



município de **Mondim de Basto**  
gabinete do desporto



**PLANO DESPORTIVO MUNICIPAL 2009**



---

## **PLANO DESPORTIVO MUNICIPAL**

### **I. INTRODUÇÃO**

Se quisermos definir a palavra Desporto, podemos citar a Carta Europeia do Desporto que nos diz que “desporto”, são todas as formas de actividades físicas que, através de uma participação organizada ou não, têm por objectivo a expressão ou o melhoramento da condição física e psíquica, o desenvolvimento das relações sociais ou a obtenção de resultados na competição a todos os níveis.

Sabemos também, que o Desporto tem um papel preponderante na formação e educação do indivíduo, inculcando valores de empenho, de generosidade, busca da superação dos seus limites e respeito pela sociedade que o rodeia.

Um dos principais problemas que afectam as sociedades em geral prende-se com o sedentarismo, que se define como a falta e/ou ausência e/ou diminuição de actividades físicas ou desportivas. Uma vida sedentária caracterizada pela ausência de actividades físicas, tende a provocar um processo de regressão funcional, perda de flexibilidade articular, além do comprometer o funcionamento de vários órgãos distinguindo-se, um fenómeno associado à atrofia das fibras musculares além de ser a principal causa do aumento da probabilidade do surgimento de várias doenças como por exemplo: a Hipertensão arterial, a diabetes, obesidade, aumento do colesterol e enfarte do miocárdio, e actuar directa ou indirectamente na causa de morte súbita.

*“Os que não encontram tempo para o exercício terão de encontrar tempo para as doenças.”* (cit. Edward Derby)

Posto isto, é importante a elaboração de um Plano Desportivo Municipal para desenvolver o desporto nas suas diversas vertentes, indo de encontro às necessidades da população inculcando assim hábitos e estilos de vida saudáveis.

## **OBJECTIVOS GERAIS:**

- Dinamizar o Pelouro do Desporto criando um gabinete com espaço próprio;
- Fomentar o desporto na população do concelho;
- Informar a população sobre os benefícios da actividade física;
- Inculcar nas crianças e jovens hábitos desportivos;
- Fomentar o desporto na sua vertente competitiva nas idades mais jovens;
- Promover a actividade física nas idades seniores, inculcando hábitos e estilos de vida saudáveis;
- Desenvolver e apoiar actividades com as Juntas de Freguesia e Associações;
- Promover actividades ao ar livre aproveitando os recursos naturais do concelho;
- Realizar protocolos com entidades promotoras do desporto, com vista ao desenvolvimento de modalidades desportivas e o desporto em geral;
- Criar um Centro Desportivo Municipal para as crianças e jovens do concelho;
- Organizar e apoiar actividades que dignifiquem a imagem do concelho e sua população, nos meios de comunicação ao dispor;
- Promover seminários e encontros com a vista a aumentar a cultura desportiva dos nossos munícipes;
- Rentabilizar os espaços desportivos existentes no nosso concelho;
- Ocupação dos tempos livre das crianças e jovens com actividades que os motivem para a prática desportiva como são as Férias Desportivas;
- Apoiar actividades desportivas existentes no concelho;
- Implementar a actividade física no pré-escolar e 1º ciclo;

- Implementar actividades físicas adaptadas para pessoas portadoras de deficiência de forma a garantir-lhes uma melhor inclusão na sociedade onde estão inseridos;
- Elaboração de um Plano Anual de Actividades;
- Reformulação da ocupação dos espaços desportivos existentes de forma a aumentar a sua rentabilização;

## **II. ÁREAS DE INTERVENÇÃO:**

Depois de termos feito um estudo sobre a realidade desportiva do concelho de Mondim de Basto, definimos algumas estratégias para podermos implementar toda esta planificação:

### **I. Organização e dinamização do Gabinete do Desporto:**

- Estruturação do corpo técnico;
- Criação de um Gabinete do Desporto;
- Elaboração de um Plano Anual de Actividades;

### **II. Acesso à Prática Desportiva:**

- Implementar a actividade física adaptada à idade sénior;
- Criação de um Centro Desportivo Municipal para promover a prática saudável de actividades física, para as crianças e jovens, ocupando desportivamente os tempos livres;
- Implementar a actividade física no pré-escolar e 1ºCiclo;
- Implementar actividades físicas adaptadas para pessoas portadoras de deficiência;

Em suma, potenciar a actividade física e o desporto em todos os escalões etários, para podermos garantir no futuro, uma melhor qualidade de vida e aumentar o número de praticantes desportivos no concelho.

**III. Requalificação e enquadramento das infra-estruturas existentes:**

- Reformulação da ocupação dos espaços desportivos existentes de forma a aumentar a sua rentabilização;
- Promoção de actividades de ar livre aproveitando os recursos naturais existentes no concelho;
- Marcação e Classificação de percursos pedonais e de BTT de forma a garantir, não só a utilização pelos habitantes do concelho como também para aproveitamento turístico.

**IV. Interação com a Sociedade Civil:**

- Apoio ao associativismo/movimento associativo na democratização do desporto
- Reestruturar a política de subsídios, fundamentada em critérios bem definidos para posterior avaliação do desempenho dos clubes e associações. Pretendemos com esta medida, atribuir subsídios mediante o serviço que prestam à comunidade, evitando que sejam atribuídas verbas a entidades inactivas ou desorganizadas;
- Elaborar um conjunto de medidas para promover o turismo na região, fazendo com que o Desporto seja o chamariz para a concretização deste objectivo;

#### **V. Promoção da Prática Desportiva**

- Desenvolver actividades que permitam dar resposta às necessidades dos munícipes;
- Realização de protocolos de cooperação com entidades promotoras do Desporto sendo elas Institutos, Federações, Associações ou entidades particulares, com o objectivo de melhorarmos qualitativamente as condições desportivas aos praticantes;
- Realizar contactos para a realização, no nosso concelho, de Estágios Concentrados de Clubes e Associações oriundas dos vários pontos do país, de forma a divulgar modalidades desportivas pouco conhecidas pelos munícipes. Por outro lado, pretendemos também divulgar e potenciar o turismo em na região;
- Apoio e promoção de seminários, acções de formação, cursos técnicos ligados ao desporto para sensibilizar e valorizar os agentes desportivos.

#### **III. DIVULGAÇÃO E PROMOÇÃO DO PROGRAMA DESPORTIVO**

O Plano Desportivo Municipal terá como slogan *"MONDIM + ACTIVO"*. Através deste slogan, pretendemos transmitir o objectivo da execução deste Plano Desportivo e quais as políticas definidas para a vertente desportiva para o Município.

