





## Plano de Candidatura – Capitão e Diretor de Cheerleading Lucas Ananias

Viçosa – MG, Janeiro de 2020

## Dados Básicos de Identificação

Nome Completo: Lucas Ananias Oliveira

Cargo Atual: Atleta e Diretor de Marketing

Contato: lucasananias2901@gmail.com / (37) 999 915 708

Tempo de Cheerleading: 1 ano e 10 meses

## Histórico e Atuação no Cheerleading

Conheci o Cheerleading somente depois que entrei para a UFV, em 2016, vendo apresentações do Garras no DCE e comecei a gostar do esporte. Ao fim de 2016 e durante 2017 conheci algumas pessoas que praticavam o esporte e pude saber mais como eram os treinos e tudo mais, me interessei bastante e então me inscrevi para o Processo Seletivo de 2017/2 no qual eu não fui aprovado. Em 2018/1 recebi contato do Capitão da equipe para fazer um Processo Seletivo Extraordinário para bases masculinas em que, sem nem pensar duas vezes, decidi tentar novamente desta vez sendo aprovado e entrei no Garras Cheerleading. Nesse período, porém, não fui selecionado para competir no Engenharíadas e não havia equipe de base, portanto fiquei o semestre assistindo os treinos de rotina. Em agosto de 2018 foi aberto o edital para a primeira diretoria da equipe, me inscrevi para ser Diretor de Marketing e por decisão do Capitão fui aprovado. Ainda em 2018/2 fui selecionado para a equipe que iria ao Campeonato Brasileiro de Cheerleading (seria a primeira vez do time em um campeonato nacional também), então participei da minha primeira competição na qual ficamos em 3º lugar na categoria mais disputada do dia com 9 equipes. Em 2019/1 competi no Engenharíadas Mineiro em que fomos campeões numa disputa de 14 equipes. Em 2019/2 fui reeleito Diretor de Marketing da equipe, e competi o Campeonato Brasileiro novamente dessa vez em duas modalidades: Team Cheer (2º lugar em 3 equipes) e Stunt Group All Boy (Campeões sem disputa).

Além das competições participei de duas apresentações: Showcase para o Engenharíadas 2019 e Cervejada da Atlética das Engenharias também em 2019. Estive presente em dois campeonatos apenas para assistir: Batalha de Cheerleading 2019 e Desafio de Cheerleading da LIU 2019.

Ainda em 2019 fui selecionado para ser Embaixador do Cheerland Camp 2020 e recebi convite para integrar a Federação do Estado de Minas Gerais de Cheerleading e Dança, no qual aceitei e hoje sou membro como Conselheiro Fiscal Suplente.

## Justificativa da Candidatura

O que me motivou a pleitear esse cargo foram vários fatores, sendo o principal minha paixão pelo esporte e minha vontade de ajudá-lo a crescer e evoluir no Brasil. Além disso, hoje me vejo dentro de um grupo das pessoas mais experientes da equipe quando se trata dos atuais atletas que estiveram presentes nas últimas competições do Garras. Também no período passado tive contato direto com a capitania no qual pude ver melhor como é o trabalho, ter aprendido bastante também com a gestão em casos de sucesso e em falhas. Também pude contribuir bastante na resolução de alguns problemas que ficavam para a Diretoria e senti bastante confiança com isso.

Outro fator são os atletas do time, por mais que tenhamos alguns desentendimentos ao longo dos semestres são pessoas com um potencial enorme, que honram o nome do Garras, que se dedicam ao extremo e sempre conseguem, pessoas legais e que fazem os treinos serem divertidos. Como sempre dizemos, somos uma família e nossa união que sempre faz nós alcançarmos resultados cada vez mais lindos.

Por fim, com as principais qualidades que tenho para o cargo que são a Proatividade e Determinação, além de já ter liderado equipes na época de Empresa Júnior, me vejo preparado para esse desafio. Farei o possível para que o Plano de Ação ocorra como o planejado, mas como sabemos, ao longo do período sempre surgem inúmeros imprevistos que podem prejudicar o andamento dele; pois estamos sempre a mercê da boa vontade das pessoas (como liberação do MU por exemplo), datas, horários, provas, e imprevistos no geral. Deixo já cientes então que seguirei as propostas ao máximo que der mas imprevistos podem ocorrer e adaptações são necessárias conforme a necessidade para nossos objetivos.

## Propostas

Bom, devo começar dizendo que em março haverá uma eleição entre os capitães das equipes do EM a fim de aprovar ou não o nível 3. Sabendo disso, segue o plano de ação abaixo:

### 1 - Das equipes:

Se eleito farei uma pesquisa interna sobre o interesse da galera continuar na equipe nesse período ou não. Considerarei todas as opções, pessoas que ficariam só se tivesse N3 por exemplo.

Para ter uma panorama geral, assim poderei ver o potencial da equipe que

temos para eu votar na reunião dos capitães do EM sobre o nível... uma vez que para subirmos de nível seria necessário que uma boa porcentagem da equipe já tenha uma vasta experiência no nível 2.

Também procurarei saber quem tentará voltar para a equipe nesse período, pois se tiver alguém é quase certo que essa pessoa seja experiente e que será aprovada no Processo Seletivo.

Para que não haja sobrecarga e melhor organização, se eleito, procurarei 2 pessoas para se responsabilizarem pela equipe 2, dando treinos, buscando melhores horários, etc. Tipo sub capitão e sub co-capitão. Claro que terão meu total apoio, estarei sempre em contato para saber como vai as coisas e farei visitas constantes aos treinos para acompanhar de pertinho todos os atletas evoluindo e o desenvolvimento da equipe mas dar treinos eu não terei condições físicas uma vez que teria de administrar os treinos da equipe principal, e vou competir na Batalha de Cheerleading em algumas categorias então já terei treinos além dos nossos, sem contar as obrigações com a atlética que o posto de capitão tem que exercer (reunião e horário de sede semanais). Por isso será fundamental o auxílio dessas pessoas na equipe 2, até mesmo para o treino ser mais proveitoso e até mesmo essas pessoas já ganharem experiência para quem sabe um dia pegar a capitania/co-capitania principal da equipe.

Sabendo disso, vamos trabalhar com duas hipóteses:

### **1.1 - Caso tiver N3 no Engenharíadas:**

Se houver N3, farei o possível na reunião para que seja Nível 3.2 uma vez que praticamente não temos tumblers N3 ainda.

Visto que a equipe atualmente já está com poucas pessoas e as habilidades de N3 foram treinadas poucas vezes e por poucos, é bem provável que teríamos de reduzir a rotina a 4 stunts para fazer essa transição do N2 para o N3.

Se puder competir com uma equipe N3 e outra N2, seria lindo demais. Porém deverá ser avaliado como será a pontuação para a atlética, a disponibilidade de quem daria os treinos para a equipe 2, etc.

Se não puder ou não der para levar 2 equipes, infelizmente não haverá

campeonato para a equipe N2 nesse semestre visto que só há o EM e a Batalha que está muito em cima e ainda não teríamos atletas preparados o suficiente para montar um team cheer até lá.

**Sugestão:** preparar uma rotina para apresentarem no showcase junto com a equipe que vai competir o EM; claro que mais uma vez dependerá bastante de quem for dar os treinos para a equipe 2.

Mas no segundo semestre terá campeonatos estaduais e também tem o Brasileiro. Porém não posso garantir nada, uma vez que a gestão pode trocar no meio do ano. Mas farei de tudo nesse semestre para que o N3 se consolide para não ter que regredir à N2 e quem estiver no N2 esteja altamente capacitado para competir em alto nível no segundo semestre.

## Calendário previsto

Como sabemos o Engenharíadas esse ano será bem no começo de Junho (11 a 14 de junho), então o calendário será um pouco apertado.

02/03 – 13/03 (treinos abertos, stunts básicos para todos pegarem o ritmo novamente e já preparar galera para o PS e futuros atletas da equipe)

14/03 – 15/03 – PROCESSO SELETIVO

16/03 – 21/03 – Intensivão N2

22/03 – 03/04 – Início ao N3

04/04 – 05/04 – TRYOUT para definir equipes

06/04 – Resultado Tryout e Divulgação dos stunts, início dos treinos

09/04 – 12/04 – Recesso Escolar, então muita gente deve ir para casa

13/04 – 19/04 – Recebimento do Adriano para Rotina do EM (se ele tiver disponibilidade)

18/05 – 24/05 – Recebimento do Adriano para limpar Rotina/passar o que faltar EM (se ele tiver disponibilidade)

08/06 – Showcase

09/06 – Treino se estiver com necessidade

10/06 – Último treino em Viçosa e dia do embarque para o EM

## 1.2 - Caso não houver N3:

Assim como para o N3, o número de stunts para a rotina do EM será definido de acordo com o número de atletas com alto potencial para apresentar uma rotina de alto nível no Engenharíadas. Nesse caso, como temos mais experiência, provavelmente haveria mais que 4 stunts competindo.

Não tendo N3, toda a equipe seria N2 o que também aumentará muito a concorrência pelas vagas. Uma vez que mesmo após o try out a vaga não estará garantida, pois aquele que estiver atrasando caixinha (sem justificativas plausíveis claro), estiver faltando muito aos treinos (sem justificativas plausíveis também óbvio), estiver se dedicando pouco ao treino, será advertido e caso permanecer haverá pessoas prontíssimas na base para substituir.

Mas, ainda assim, uma parte da equipe ficaria sem competir nesse semestre em Team Cheer pelos fatos já citados no caso se houve N3.

**Sugestão:** preparar uma rotina para apresentarem no showcase junto com a equipe que vai competir o EM; claro que mais uma vez dependerá bastante de quem for dar os treinos para a equipe 2.

## Calendário previsto

Como sabemos o Engenharíadas esse ano será bem no começo de Julho (11 a 14 de junho), então o calendário será um pouco apertado.

02/03 – 13/03 (treinos abertos, stunts básicos para todos pegarem o ritmo novamente e já preparar galera para o PS e futuros atletas da equipe)

14/03 – 15/03 – PROCESSO SELETIVO

16/03 – 27/03 – Intensivão N2

28/03 – 29/03 – TRYOUT para definir equipe

30/03 – Resultado Tryout e Divulgação dos stunts, início dos treinos

13/04 – 19/04 – Recebimento do Adriano para Rotina do EM (se ele tiver disponibilidade)

18/05 – 24/05 – Recebimento do Adriano para limpar Rotina/passar o que faltar EM (se ele tiver disponibilidade)

08/06 – Showcase

09/06 – Treino se precisar

10/06 – Último treino em Viçosa e dia do embarque para o EM

### **1.3 - Treinos das equipes:**

Se for possível levar 2 equipes para competir no EM haverá 3 treinos por semana para cada time em horários diferentes.

Caso for possível competir com apenas uma equipe então haverá 3 treinos por semana para o time que competirá e 2 treinos para a equipe base.

Independente da ocasião também haverá um treino extra por semana aberto, uma espécie de Open Gym do Garras... poderá ser usado para treinar partner, base dupla, tumbling, outros stunts... enfim, coisas que no geral não conseguimos treinar em época que fritamos rotina. Uma forma de abrir oportunidade para evoluírem em mais coisas e não ficarem presos somente à rotina.

Stunts que precisam de fazer treinos extras também poderão usar esse horário, mesmo que não vai completo haverá pessoas para substituir e você treinar além para aperfeiçoar técnica e etc, com isso facilitará da mesma forma depois.

Com esses treinos conseguiremos integrar mais as duas equipes e equiparar o nível também com a galera mais experiente auxiliando naquilo que sabem.

Além disso, a ideia é que esse treino seja aberto para pessoas da Engenharia no geral, inclusive aqueles que não foram aprovados no PS para que tenham a oportunidade de praticar e conhecer o esporte se prepararem para o próximo PS e quem sabe até alguém muito dedicado se destaque e possa acabar tendo que subir para uma equipe para repor alguém.

Caso tiver sendo inadequado ficar aberto para as outras pessoas, será fechado somente à equipe mesmo. E próximo à competição ele poderá deixar de ser um treino open e ser usado para treinos de rotina.



## **2 - Programação prevista para o Engenharíadas:**

### **2.1 - Se a competição for na sexta (12/06):**

11/06 – (quinta) Treino na chegada de manhã

Treino no alojamento sexta antes de ir para o local da competição para fazer aquecimento oficial e competir

### **2.2 - Se a competição for no sábado (13/06):**

11/06 – (quinta) Treino na chegada de manhã

Treino na sexta no alojamento em horário a combinar (Não terá treino em condições extremas (Ex.: local aberto se tiver muito frio, local sem luz, etc))

Treino no alojamento sábado antes de ir para o local da competição para fazer aquecimento oficial e competir

## **3 - Try Out Interno**

### **3.1 - Pré requisitos para o Try Out**

- Não estar inadimplente com a equipe (claro que justificativas plausíveis são aceitas)
- Entregar comprovante de matrícula para relacionamentos

### **3.2 - Quem poderá participar**

- A lista dos atletas liberados para participar do Tryout será divulgada 72 horas antes do mesmo pela diretoria do Garras
- Atletas que não estão na equipe mas estão participando com frequência e mandando bem nos treinos abertos também serão convidados ao try out como forma



de entrar para a equipe (a alocação da pessoa será de acordo com o desempenho no try out)

-Ex-atletas (desde que cumpram os 2 pré-requisitos)

### **3.3 - Como será o Try Out**

- O tryout será feito em pelo menos 1 horário no sábado e outro no domingo para dar opção de horário para todos

- Para entrar no time tem que obrigatoriamente participar de um dos testes

- Se quiser ir mais de uma vez, para tentar melhorar a nota, será opcional

Será feito da seguinte forma:

- Escolhe um stunt fixo experiente (aqueles que tiverem se destacando nos treinos anteriormente)

Vamos falar que o stunt experiente é

Flyer X

Lateral Y

Central Z

Back W

- Fulano se chama A e é flyer, pedimos para A mostrar jumps, figuras (somente em caso de flyer), mostrar o que tem de tumbling.

- Por fim A ocupa sua posição no Stunt experiente, ou seja, no lugar de X

Pedimos para esse stunt com o A fazer alguns movimentos.

- Damos notas para A.

Depois avaliamos a pessoa B, C, etc.

### **3.4 - Banca avaliadora**

Pessoas experientes da equipe

### **3.5 - Critérios de seleção:**

- Tumbling
- Potencial (dedicação/comprometimento) da pessoa (claro que tem que apresentar um desempenho razoável)
- Notas no geral

**OBS 1.:** o potencial vem antes de notas no geral pois por exemplo, fulano está na equipe é super dedicado/comprometido, aprende rápido, tem super potencial e ganhou um 7 no try out. Mas ciclano é ex-atleta, não entrou na equipe durante o processo seletivo (meio de março), não vai em treino extra, apenas apareceu agora no try out e tirou 8. Dessa forma, como as notas não são discrepantes, a preferência de seleção seria daquele que já é da equipe, para não favorecer aqueles que aparecerem somente no dia do try out.

**OBS 2.:** ex-atletas que passarem pelo Processo Seletivo não serão aplicados à regra de preferência do caso acima. Serão tratados como membros novos que nunca participaram de nada antes.

## 4 – Incentivos

Sorteios de brindes (itens da atlética) para os atletas que estiverem cumprindo requisitos pré-determinados até a data do sorteio, exemplos de critérios (ideia a ser discutida com relacionamento e financeiro):

- Frequência mínima de X% dos treinos
- Nenhum débito com a equipe

## 5 - Avisos sobre faltas/atrasos em treinos e sobre pagamento de caixinhas:

A partir de quando a rotina estiver montada, TODA vez que for faltar ou chegar com atraso de pelo menos 1 hora no treino, o atleta deverá avisar à diretoria de relacionamentos com pelo menos 48 horas de antecedência ao treino em questão. Para que haja tempo hábil de redefinirmos um horário de treino com todos da equipe e o novo horário ser definido em até 24 horas antes do treino para que aqueles que



moram longe possam se programar para comparecer.

Em casos de faltas ou atrasos de treinos deverá ser falado também o motivo para a diretoria de relacionamentos.

As diretorias de relacionamentos e financeiro tem total autonomia para decidir os motivos que são justificáveis ou não. Em casos dúbios poderão levar à diretoria para

discussão.

Os motivos de ter que justificar são os casos já acitados acima: esses critérios que definirão pessoas que poderão ou não participar do try out; pessoas que podem perder a vaga mesmo após try out; quem poderá participar do sorteio de brindes, dentre outros.

## **6 - Considerações finais**

Esse plano foi elaborado em cima de alguns problemas atuais da equipe, embasado também no que podemos ter de competição em 2020/1. Para as propostas busquei contatos com atletas que participaram de pelo menos uma temporada completa de Equipes Universitárias renomadas do Brasil, em sua maioria acima do nível 2, a fim de saber como é a gestão da equipe ao longo do ano. Compilei as informações e apliquei as ideias da forma que acho melhor para nossa realidade. Foram elas: Martelada (MG), Xtremers (PR), Deliders (SP), Asas Negras (PR), Epidemia (PR), Cerberus (RJ) e Vikings (PR).

Aproveito esse espaço também para agradecer à Marcela e Maria Luísa por sempre terem me apoiado ao tentar entrar no esporte. Ao Gabriel por ter acreditado em mim e ter dado a oportunidade de ser parte do Garras. Ao Will por ter compartilhado tanto comigo como atleta e com os aprendizados de capitão também. Ao Tristão que é uma grande inspiração para mim dentro da equipe e também um companheiro de treinos extras e viagens. À todos que fizeram parte da Diretoria de Marketing comigo, inclusive ao grupo especial Estilistas do Garras que também tem participações na imagem do Garras. Aos meus amigos do Cheerscípulos que me apoiaram tentar esse cargo e também como meus maiores inspiradores no esporte, obrigado por todo o aprendizado e momentos com vocês. Por fim mas não menos importante, a todos os atletas dessa Equipe, vocês são incríveis, sem vocês não existe



equipe, vocês são a história do Garras. Sei que juntos podemos escrever mais uma linda página no Livro do Garras Cheerleading.

Finalizo com 3 frases que gosto bastante:

*Começar é o primeiro passo. Não desistir é o segundo.*

*Nenhum obstáculo será grande se sua vontade de vencer for maior!*

*5,6,7,8 Mostra a Garra!*