

Estrutura

Auditório do Centro Cultural de Tenente Portela está interditado

O auditório do Centro Cultural de Tenente Portela está interditado por determinação do Corpo de Bombeiros. Uma vistoria feita recentemente verificou que o local apresenta problemas estruturais, como rachaduras e outros.

Os demais espaços do prédio público onde funcionam o museu e a área administrativa continuam com atividades normais.

Conforme apurou a reportagem do Sistema Provincia de Comunicação, o auditório do Centro Cultural passará por reformas para ficar em condições de receber novamente os eventos com público. Entretanto, não há previsão para o começo das obras.



Demais setores da estrutura seguem funcionando normalmente

Zaca - Educador Físico

CREF - 016912G/RS -
robinson.giraldi@bol.com.br



Força e Potência no Futebol

O futebol é uma das modalidades esportivas que apresenta a maior dificuldade para a sua caracterização com relação ao esforço físico requerido. Em provas como 100 metros rasos do atletismo ou a maratona é fácil definir, são esportes com predominância anaeróbica e aeróbica, respectivamente. Mas o futebol apresenta características particulares em cada movimento.

Para o jogador de futebol, a força explosiva de membros inferiores bastante desenvolvida lhe confere grandes vantagens, desde o fato de saltar mais alto que seu oponente até executar deslocamentos com grande aceleração, parar e recomeçar a corrida rapidamente e executar mudanças de direção instantâneas. Além disso, a força explosiva é importante nos movimentos específicos do desporto, como os sprints, saltos, chutes e cabeceios.

A força explosiva dos membros inferiores é associada significativamente aos saltos verticais e ao desempenho nos tiros em velocidade. Diversas ações do jogo de futebol exigem bastante força explosiva, como nos tiros de curta duração, além dos momentos de aceleração e desaceleração de forma brusca, quando são requeridos elevados níveis desta valência física para modificar a inércia da massa corporal do jogador. É necessário ativar a força máxima e a capacidade anaeróbica do sistema neuromuscular de diversos membros, principalmente dos inferiores.

Um estudo de 2014 analisou o resultado da aplicação de um protocolo de treinamento de potência nas pernas, em um grupo de 19 jogadores de futebol profissional, com cerca de 23 anos. A ideia era verificar se a **implementação de um treino de potência poderia ser efetiva sobre os resultados de força e potência dos jogadores, sem sobrecarregar seus sistemas musculoesqueléticos** utilizando, para isso, um treino baseado na velocidade com uma carga média, e não elevada, das extremidades inferiores.

O estudo mostrou que o **protocolo do treinamento utilizado, com carga moderada, incrementa a potência explosiva dos jogadores de futebol, além de resultar no aumento da força e da velocidade dos exercícios**. Trata-se de um dado importante para melhorar o desempenho dos jogadores em campo, sem provocar lesões.

Cada vez mais o futebol necessita de excelente condição física, para máximo desempenho dos atletas durante as partidas e sustentar isso toda a temporada.

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS

CONTRATOS CELEBRADOS ANO DE 2020

CONTRATO Nº 171/2020

DATA: 18/11/2020

CONTRATADO: MWP CONSTRUTORA INDUSTRIAL LTDA

CNPJ: 38.085.431/0001-70

OBJETO: Contratação de empresa especializada para execução de rodapés em uretano, incluso mão de obra e fornecimento de todo o material para a Indústria de Embutidos localizada junto a RSC 163

VALOR R\$: 11.716,50

CONTRATO Nº 172/2020

DATA: 18/11/2020

CONTRATADO: ALDAIR SOUZA DA SILVA - ME

CNPJ: 08.609.439/0001-28

OBJETO: Aquisição de peças para reforma parcial da caixa de câmbio do veículo Micro Ônibus placa IMY2475

VALOR R\$: 7.253,50

RIO GRANDE DO SUL MUNICÍPIO DE REDENTORA				
RELATÓRIO RESUMIDO DA EXECUÇÃO ORÇAMENTÁRIA DEMONSTRATIVO SIMPLIFICADO DO RELATÓRIO RESUMIDO DA EXECUÇÃO ORÇAMENTÁRIA ORÇAMENTOS FISCAL E DA SEGURIDADE SOCIAL 5º Bimestre/2020				
R\$ 1,00				
LRF, Art. 48 – Anexo 14				
BALANÇO ORÇAMENTÁRIO		Até o Bimestre		
RECEITAS				
Previsão Inicial		38.956.593,94		
Previsão Atualizada		38.956.593,94		
Receitas Realizadas		28.059.724,87		
Déficit Orçamentário		0,00		
Saldos de Exercícios Anteriores (Utilizados para Créditos Adicionais)		818.334,15		
DESPESAS				
Dotação Inicial		38.956.593,94		
Créditos Adicionais		2.150.789,05		
Dotação Atualizada		41.107.382,99		
Despesas Empenhadas		25.193.825,53		
Despesas Liquidadas		23.323.139,00		
Despesas Pagas		22.726.688,96		
Superávit Orçamentário		4.736.585,87		
DESPESA POR FUNÇÃO / SUBFUNÇÃO		Até o Bimestre		
Despesas Empenhadas		25.193.825,53		
Despesas Liquidadas		23.323.139,00		
RECEITA CORRENTE LÍQUIDA - RCL		Até o Bimestre		
Receita Corrente Líquida		28.197.165,77		
Receita Corrente Líquida Ajustada para Cálculo dos Limites de Endividamento		28.197.165,77		
Receita Corrente Líquida Ajustada para Cálculo dos Limites da Despesa com Pessoal		28.197.165,77		
RECEITAS E DESPESAS DO REGIME PRÓPRIO DE PREVIDÊNCIA DOS SERVIDORES		Até o Bimestre		
Regime Próprio de Previdência dos Servidores - PLANO PREVIDENCIÁRIO				
Receitas Previdenciárias Realizadas (I)		3.754.692,20		
Despesas Previdenciárias Liquidadas (II)		2.228.631,95		
Resultado Previdenciário (III) = (I-II)		1.526.060,25		
Regime Próprio de Previdência dos Servidores - PLANO FINANCEIRO				
Receitas Previdenciárias Realizadas (IV)		0,00		
Despesas Previdenciárias Liquidadas (V)		0,00		
Resultado Previdenciário (VI) = (IV-V)		0,00		
RESULTADOS NOMINAL E PRIMÁRIO				
	Meta Fixada no AMF da LDO (a)	Resultado Apurado Até o bimestre (b)	% em Relação à Meta (b/a)	
Resultado Nominal	0,00	924.667,89	0,00	
Resultado Primário	0,00	1.918.924,92	0,00	
RESTOS A PAGAR POR PODER E MINISTÉRIO PÚBLICO				
	Inscrição	Cancelamento até o bimestre	Pagamentos até o bimestre	Saldo a pagar
RESTOS A PAGAR PROCESSADOS				
Poder executivo	361.548,22	27.392,00	564.398,10	-230.241,88
Poder Legislativo	361.548,22	27.392,00	564.398,10	-230.241,88
Poder Judiciário	0,00	0,00	0,00	0,00
Ministério Público				
RESTOS A PAGAR NÃO PROCESSADOS				
Poder Executivo	1.566.931,63	4.202,48	949.266,54	613.462,61
Poder Legislativo	1.566.931,63	4.202,48	949.266,54	613.462,61
Poder Judiciário	0,00	0,00	0,00	0,00
Ministério Público				
TOTAL	1.928.479,85	31.594,48	1.513.664,64	383.220,73
DESPESAS COM AÇÕES TÍPICAS DE MDE				
	Valor Apurado Até o Bimestre	Limites Constitucionais Anuais		
		% Mínimo a Aplicar no Exercício	% Aplicado Até o Bimestre	
Mínimo Anual < 18% / 25%> das Receitas de Impostos em MDE	4.048.628,43	% / 25%>	25,73	
Mínimo Anual de 60% do FUNDEB na Remuneração do Magistério com Ensino Fundamental e Médio	2.804.197,59	60%	855.696,61	
Mínimo Anual de 60% do FUNDEB na Remuneração do Magistério com Educ. Infantil e Ensino Fundamental	2.219.127,93	60%	72,15	
Complementação da União ao FUNDEB – Mínimo Anual de 10% do Total de Recursos do FUNDEB		10%		
RECEITAS DE OPERAÇÕES DE CRÉDITO E DESPESAS DE CAPITAL				
	Valor apurado até o Bimestre	Saldo Não Realizado		
Receitas de Operação de Crédito	820.108,79	-820.108,79		
Despesa de Capital Líquida	2.441.613,58	1.395.961,24		
PROJEÇÃO ATUARIAL DOS REGIMES DE PREVIDÊNCIA				
	Exercício	10º Exercício	20º Exercício	35º Exercício
Plano Previdenciário				
Receitas Previdenciárias (I)	3.997.921,08	2.136.909,06	1.164.127,73	262.433,87
Despesas Previdenciárias (II)	2.804.197,59	2.926.393,78	2.156.337,95	855.696,61
Resultado Previdenciário (III) = (I-II)	1.193.723,49	-789.484,72	-992.210,22	-593.262,74
Plano Financeiro				
Receitas Previdenciárias (IV)	0,00	0,00	0,00	0,00
Despesas Previdenciárias (V)	0,00	0,00	0,00	0,00
Resultado Previdenciário (VI) = (IV-V)	0,00	0,00	0,00	0,00
RECEITA DA ALIENAÇÃO DE ATIVOS E APLICAÇÃO DOS RECURSOS				
	Valor apurado até o bimestre	Saldo a Realizar		
Receita de Capital Resultante de Alienação de Ativos	0,00	63.000,00		
Aplicação dos Recursos de Alienação de Ativos	1.018.583,63	1.385.961,24		
DESPESAS COM AÇÕES E SERVIÇOS PÚBLICOS DE SAÚDE				
	Valor apurado até o bimestre	Limite Constitucional Anual		
		% mínimo a Aplicar no Exercício	% aplicado até o bimestre	
Despesas Próprias com Ações e Serviços Públicos de Saúde	2.896.053,60	15,00	18,41	
DESPESAS DE CARÁTER CONTINUADO DERIVADAS DE PPP				
	Valor Apurado no Exercício Corrente			
Total das Despesas/RCL (%)				
Fonte: 1				