

LIELSON MILBURGES DA COSTA JUNIOR

CREF

02429G/PA

Telefone

96981430093

Endereço de Email

lmcostajunior@gmail.com

Categoria

19 - CATEGORIA MILITAR. Você profissional que com Educação Física no âmbito militar no ano de 2019. Quais as atividades desenvolvidas? Quais os resultados das atividades realizadas?

Descrição

CREF 18

MELHORES PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ANO 2019

CATEGORIA MILITAR

TEN CEL LIELSON MILBURGES DA COSTA JUNIOR

TEN CEL PMAP COSTA JUNIOR

Meu nome é Lielson Milburges da Costa Junior, Ten Cel PM Costa Junior, integrante da Polícia Militar do Amapá, formado em Educação Física desde o ano de 2008, registrado no CREF 18 sob o nº 02429-G/AP, e sempre atuei de maneira a melhorar a capacidade física e operacional de nossa tropa. E sem sombra de dúvida, afirmo que tal condição apenas é possível através do treinamento físico planejado e aplicado dentro da responsabilidade científica e operacional, a prática orientada e saudável da atividade física e desporto, como elementos motivadores e positivo na qualidade de vida a nossos militares.

No contexto operativo, sempre participei do planejamento e operacionalização de treinamentos físicos de nosso efetivo, desde a época em que era comandante da Companhia de CHOQUE-BOPE da PMAP.

Desde então, venho aplicando e sistematizando a aplicação de treinamentos físicos em nossa tropa, seja em tropas especiais ou ordinárias, assim como no contexto formativo.

Além disso, realizo treinamentos de defesa pessoal policial, e em seu desenvolvimento aplico variados métodos de treinamento físico, como jogos de oposição e calistenia, entre outros.

Não apenas os treinamentos físicos são importantes e necessários, a ORIENTAÇÃO FÍSICA PARA A VIDA é um dos focos diários para os militares em formação ou aperfeiçoamento, independente do instrutor que esteja à frente do pelotão, pois assim é feita a coordenação de nossa equipe de aplicação de TAF, sendo a mesma que atua como instrutores dos cursos.

O incentivo a pratica do desporto, a atividade física em geral como fontes de manutenção e melhoria da saúde também são trabalhadas diariamente, e por isso, no ano de 2019, organizei as OLIMPIADAS DO CENTRO DE FORMAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO a qual contou com a participação de mais de 300 atletas, em 8 modalidades esportivas durante 4 dias consecutivo, o que certamente favoreceu o trabalho de inclusão de nossos militares por meio do esporte.

Outra coisa que também acredito que seja positiva na minha habilitação no contexto do presente MELHORES PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ANO 2019 é o fato de ter implementado a sistemática de filmar a aplicação de todos os TAF (testes de Aptidão Física) que participo da coordenação.

A competência mostrada no decorrer dos anos fez com nossa comissão de aplicação de TAF, tenha se tornado referência dentro do contexto de aplicação

de TAF no Estado do Amapá, e por isso, independente do órgão público que tenha em seu Edital a fase física, será nossa comissão de aplicação de TAF da Policia Militar a escolhida pela gestão maior de nosso Estado para fazer a aplicação.

Após esta introdução passo a informar as atividades feitas no ano de 2019 por este concorrente na área militar:

1- Elaboração do estudo técnico de montagem e aplicação em normativa interna para a mudança dos testes físicos e índices a serem cobrados dos militares a serem incluídos através de novos concursos, já aprovado e publicado.

2- Planejamento, Coordenação e Execução de aplicação de Testes Físicos com filmagem total de todos os testados em todas as provas dos concursos e cursos seguintes:

a- Policia Civil do Amapá: em torno de 150 testados

b- FCRIA Amapá: em torno de 90 testados

c- Policia Militar do Amapá: em torno de 700 testados incluindo concursos de ingresso, TAF da força nacional, TAF de Promoção, sem levar em consideração os TAF referentes a execução da Disciplina TFM obrigatória, com aplicação de TAF para obtenção de notas.

d- No que se refere a TAF dentro de cursos, temos abaixo a discriminação do número de alunos testados por curso:

Curso	Testados	Número de testes feitos	Total Geral de Testes
CEFC	22	4	88
CAS	89	4	356
CEAS	150	2	300
CEHO	25	3	75
CFSD	296	4	1184
CFS	305	4	1220
CEFS	24	4	96
Total de Testes feitos em cursos regulares			3319

Analisando o contexto, vemos o grande volume de testes físicos aplicados, e ressalto que **TODOS OS TESTES SÃO FILMADOS E USADOS PARA VALIDAÇÃO E SE NECESSARIO, PARA JULGAMENTO DE POSSIVEIS RECURSOS**, o que nos coloca em uma situação diferenciada entre as legalidade e legitimidade de ações no que se refere a transparência nos testes de concursos públicos.

O volume total de testes aplicados sob minha coordenação, salientando que estou presente em todos os eventos obrigatoriamente, girou em torno dos 3900 testes, o que somente é possível devido a larga experiência de nosso grupo e seu comprometimento com nossa instituição.

Tive a satisfação de iniciar a coordenação desta comissão no ano de 2009, com a realização do I ESTAGIO DE CAPACITAÇÃO DE INSTRUTORES DE TFM, idealizado, coordenado e aplicado por mim no ano de 2009 na PMAP.

De todo o exposto, me candidato ao concurso MELHORES PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FISICA DO ANO 2019, por todo o contexto de ações que desenvolvo dentro de minha instituição militar, desde a **orientação física** voltada ao nosso público interno, a organização e **desenvolvimento de estudos técnicos** característicos da atuação do profissional de educação física, organização de **eventos esportivos** em nossa instituição, aplicação de testes físicos, bem como pela coordenação da citada equipe a qual hoje é referência positiva de capacitação, técnica e profissionalismo em nosso mundo militar.

LIELSON MILBURGES DA COSTA JUNIOR – TEN CEL PMAP

CREF 02429-G/PA

Pós Graduado em Fisiologia e Cinesiologia da Atividade Física e Saúde

CREF 18

MELHORES PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FISICA DO ANO 2019

CATEGORIA MILITAR

TEN CEL LIELSON MILBURGES DA COSTA JUNIOR

TEN CEL PMAP COSTA JUNIOR

Meu nome é Lielson Milbarges da Costa Junior, Ten Cel PM Costa Junior, integrante da Polícia Militar do Amapá, formado em Educação Física desde o ano de 2008, registrado no CREF 18 sob o nº 02429-G/AP, e sempre atuei de

maneira a melhorar a capacidade física e operacional de nossa tropa. E sem sombra de dúvida, afirmo que tal condição apenas é possível através do treinamento físico planejado e aplicado dentro da responsabilidade científica e operacional, a prática orientada e saudável da atividade física e desporto, como elementos motivadores e positivo na qualidade de vida a nossos militares.



Figura 1- Treinamento Natação Utilitária – Curso de Formação de Soldados

No contexto operativo, sempre participei do planejamento e operacionalização de treinamentos físicos de nosso efetivo, desde a época em que era comandante da Companhia de CHOQUE-BOPE da PMAP.

Desde então, venho aplicando e sistematizando a aplicação de treinamentos físicos em nossa tropa, seja em tropas especiais ou ordinárias, assim como no contexto formativo.

Além disso, realizo treinamentos de defesa pessoal policial, e em seu desenvolvimento aplico variados métodos de treinamento físico, como jogos de oposição e calistenia, entre outros.



Figura 2- Treinamento em área de selva - Teste do condicionamento físico geral em estresse

Não apenas os treinamentos físicos são importantes e necessários, a **ORIENTAÇÃO FÍSICA PARA A VIDA** é um dos focos diários para os militares em formação ou aperfeiçoamento, independente do instrutor que esteja à frente do pelotão, pois assim é feita a coordenação de nossa equipe de aplicação de TAF, sendo a mesma que atua como instrutores dos cursos.



Figura 3- TAAF da Polícia Civil

O incentivo a prática do esporte, a atividade física em geral como fontes de manutenção e melhoria da saúde também são trabalhadas diariamente, e por isso, no ano de 2019, organizei as **OLIMPIADAS DO CENTRO DE FORMAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO** a qual contou com a participação de mais de 300 atletas, em 8 modalidades esportivas durante 4 dias consecutivo, o que

certamente favoreceu o trabalho de inclusão de nossos militares por meio do esporte.



Figura 4- TAF FCRIA

Outra coisa que também acredito que seja positiva na minha habilitação no contexto do presente MELHORES PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FISICA DO ANO 2019 é o fato de ter implementado a sistemática de filmar a aplicação de todos os TAF (testes de Aptidão Física) que participo da coordenação.



Figura 5- TAF Concurso Interno

A competência mostrada no decorrer dos anos fez com nossa comissão de aplicação de TAF, tenha se tornado referência dentro do contexto de aplicação



Figura 6- Treinamento Defesa Pessoal Policial

de TAF no Estado do Amapá, e por isso, independente do órgão público que tenha em seu Edital a fase física, será nossa comissão de aplicação de TAF da Polícia Militar a escolhida pela gestão maior de nosso Estado para fazer a aplicação.



Figura 7- Hidroginástica Policiais mais velhos

Após esta introdução passo a informar as atividades feitas no ano de 2019 por este concorrente na área militar:

1- Elaboração do estudo técnico de montagem e aplicação em normativa interna para a mudança dos testes físicos e índices a serem cobrados dos militares a serem incluídos através de novos concursos, já aprovado e publicado.

2- Planejamento, Coordenação e Execução de aplicação de Testes Físicos com filmagem total de todos os testados em todas as provas dos concursos e cursos seguintes:



Figura 8- TAF CFS - Disciplina TFM pelotão 6

- a- Policia Civil do Amapá: em torno de 150 testados
- b- FCRIA Amapá: em torno de 90 testados
- c- Policia Militar do Amapá: em torno de 700 testados incluindo concursos de ingresso, TAF da força nacional, TAF de Promoção, sem levar em consideração os TAF referentes a execução da Disciplina TFM obrigatória, com aplicação de TAF para obtenção de notas.



Figura 9- Olimpíadas CFA 2019- Curso de Soldados

d- No que se refere a TAF dentro de cursos, temos abaixo a discriminação do número de alunos testados por curso:

Curso	Testados	Número de testes feitos	Total Geral de Testes
CEFC	22	4	88
CAS	89	4	356

CEAS	150	2	300
CEHO	25	3	75
CFSD	296	4	1184
CFS	305	4	1220
CEFS	24	4	96
Total de Testes feitos em cursos regulares			3319



Figura 10- Treinamento de Natação Utilitária

Analisando o contexto, vemos o grande volume de testes físicos aplicados, e ressalto que **TODOS OS TESTES SÃO FILMADOS E USADOS PARA VALIDAÇÃO E SE NECESSARIO, PARA JULGAMENTO DE POSSIVEIS RECURSOS**, o que nos coloca em uma situação diferenciada entre as legalidade e legitimidade de ações no que se refere a transparência nos testes de concursos públicos.



Figura 11- Olimpíadas CFA 2019

O volume total de testes aplicados sob minha coordenação, salientando que estou presente em todos os eventos obrigatoriamente, girou em torno dos 3900 testes, o que somente é possível devido a larga experiência de nosso grupo e seu comprometimento com nossa instituição.



Figura 12- TAF FCRIA

Tive a satisfação de iniciar a coordenação desta comissão no ano de 2009, com a realização do I ESTAGIO DE CAPACITAÇÃO DE INSTRUTORES DE TFM, idealizado, coordenado e aplicado por mim no ano de 2009 na PMAP.



Figura 13- Olimpíadas CFA 2019

De todo o exposto, me candidato ao concurso MELHORES PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FISICA DO ANO 2019, por todo o contexto de ações que desenvolvo dentro de minha instituição militar, desde a **orientação física** voltada ao nosso público interno, a organização e **desenvolvimento de estudos técnicos** característicos da atuação do profissional de educação física, organização de **eventos esportivos** em nossa instituição, aplicação de testes físicos, bem como

pela coordenação da citada equipe a qual hoje é referência positiva de capacitação, técnica e profissionalismo em nosso mundo militar.

LIELSON MILBURGES DA COSTA JUNIOR – TEN CEL PMAP

CREF 02429-G/PA

Pós Graduado em Fisiologia e Cinesiologia da Atividade Física e Saúde