



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RELATÓRIO REFERENTE

Novembro 2020



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

ESTE RELATÓRIO CONTÉM:

- 1-APRESENTAÇÃO;**
- 2- QUADRO DE FUNCIONÁRIOS CLT;**
- 3- PRESTADORES DE SERVIÇO (INSTRUTORES);**
- 4- LOCAIS DE ATENDIMENTO – MODALIDADES;**
- 5- INTRODUÇÃO;**
- 6- REATÓRIO DOS INSTRUTORES**
 - ✓ PLANO DE AULA;
 - ✓ RELATÓRIO SEMANAL DO PROFESSOR;
 - ✓ RELATÓRIO MENSAL;
- 7- ASSINATURA DOS RESPONSÁVEIS PELA RETIRADA DAS APOSTILAS,
DIAS 5/6 E 19/20 DE NOVEMBRO;**
- 8- PESQUISA DE SATISFAÇÃO**
- 9- BUSCA ATIVA: LIGAÇÕES PARA OS RESPONSÁVEIS;**
- 10- ROTINA SEMANAL DOS FUNCIONÁRIOS;**
- 11- FOLHA DE PONTO DOS INSTRUTORES;**
- 12- PARECER PEDAGÓGICO.**



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

NOME	União Brasil
ENDEREÇO	Avenida Alfredo Folchini, nº 1.208, Bairro Estância Jockey Clube CEP 15081-500
CIDADE	São José do Rio Preto/SP
E-MAIL	valdineiubks@gmail.com / raphaelubks@gmail.com
REPRESENTANTE LEGAL	Hajime Ide
COORDENADOR GERAL	Raphael de Souza Lima
COORDENAÇÃO PEDAGÓGICA	Valdinei Cristina Alves Armiato
ÁREA PROGRAMÁTICA	Contra turno escolar para rede municipal de ensino (Programa de Ações Educativas Complementares)
TERMO DE COLABORAÇÃO PÚBLICO ALVO	Nº 021/2019
PÚBLICO ALVO	Crianças, adolescentes e jovens matriculados no Ensino Fundamental, preferencialmente da rede municipal de ensino de São José do Rio Preto
META CONVENIADA	300 alunos
OBJETO A SER EXECUTADO	Oferecer atividades sócio educacionais e multiculturais, que complementem a jornada escolar, fazendo uso das diferentes linguagens, para alunos matriculados regularmente no ensino fundamental, preferencialmente da rede municipal.

APRESENTAÇÃO

Somos uma Organização da Sociedade Civil, fundada em 17 de janeiro de 2004, reconhecida como Entidade Sem Fins Lucrativos de Utilidade Pública, que nasceu do desejo de seus membros fundadores em construir uma sociedade mais justa e harmoniosa.

Atuamos como família alternativa, interagindo com alunos inseridos da rede Municipal de Ensino, e assim colaboramos para a edificação e resgate dessas crianças, melhorando a qualidade de vida. A partir de julho de 2017 firmamos parceria com a “Secretaria Municipal de Educação” da cidade de São José do Rio Preto, com “Plano de Trabalho Ações Educativo Complementar”. A meta de atendimento firmado no plano em questão é de 300 alunos.

No entanto no respectivo mês totalizando 900 alunos com atividades pedagógicas, culturais, esportivas de Jornada Ampliada no contra turno escolar.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

QUADRO DE FUNCIONÁRIOS

RECURSOS HUMANOS		
CARGO:	Nº	REGIME EMPREG.
Coordenador Geral	01	CLT
Coordenador Pedagógico	01	CLT
Assistente Pedagógico	01	CLT
Pedagogo	01	CLT
Coordenador Científico	01	CLT
Encarregado Administrativo	01	CLT

SERVIÇOS DE TERCEIROS:		
CARGO:	Nº	REGIME EMPREG.
Instrutores	14	M.E.I

PRESTADORES DE SERVIÇO DA UNIÃO BRASIL	
INSTRUTOR (A)	MODALIDADE
Dayane Frandoligi Gonçalves	Recreação Esportiva
Diego Minaré de Oliveira	Arte e Desenho
Eduardo José dos Santos	Karate- Do
Emerson Bastos Sereni (Bad)	Hip Hop
José Roberto Augusto (Robertinho)	Rap
Luana Cardoso dos Santos	Karate- Do
Lucas Carolino da Silva Junior	Arte Circense
Paulo Emilio Santos Galvioli	Jiu-Jitsu
Rafael de Oliveira Naime	Iniciação Esportiva/Natação
Rafaela Ferreira Saes	Karate- Do
Reinaldo Luiz Oliveira Doho Daniel Ferraça (King)	Dança Breacking
Roberto Aparecido Leal	Badminton
Thiago Prates dos Santos	Dança
Wagner Antônio Brito	Iniciação Esportiva



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

DIAS DE ATENDIMENTO NOS POLO

DIAS DA SEMANA	Seg.		Ter.		Qua.		Qui.		Sex.		Sab.	
PERÍODO	M	T	M	T	M	T	M	T	M	T	M	T
<u>CIECC “Complexo Integrado de Educação”</u>	X	X	-	X	-	-	-	X	-	X	-	X
<u>ECO – Deputado Roberto Rolemberg</u>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-
<u>ECO- Parque Ecológico Educativo Doutor Joaquim de Paula Ribeiro</u>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-
<u>E.M. Deputado Arlindo dos Santos</u>	X	X	-	X	-	X	-	X	-	X	-	-
<u>E. M. Paul Percy Harris</u>	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-
<u>Núcleo da Esperança Santa Clara Complexo Educacional Geraldo José Rodrigues Alckmin</u>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-

LOCAIS DE ATENDIMENTO E MODALIDADES

Centro Integrado de Ciência e Cultura (CICC), localizado no Complexo Integrado de Educação, Ciência e Cultura (CIECC).	
João Eduardo Remaeh	Coordenador Científico
Público Rotativo	-



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Escola de Competências “Deputado Roberto Rollemberg” (ECO)		Parque Ecológico Educativo Doutor Joaquim de Paula Ribeiro – ECO
INSTRUTOR (A)	MODALIDADE	LOCAL DE ATENDIMENTO
Dayane Frandoligi Gonçalves	Recreação Esportiva	Pq. Ecológico
Emerson Bastos Sereni (Bad)	Hip Hop	Pq. Ecológico
José Roberto Augusto	Rap	ECO/ Pq. Ecológico
Lucas Carolino da Silva Junior	Arte Circense	ECO
Rafaela Ferreira Saes	Karate Do	ECO/ Pq. Ecológico
Reinaldo Luiz O. D. D. Ferraça (King)	Dança Breacking	ECO
Roberto Aparecido Leal	Badminton	ECO/ Pq. Ecológico
Wagner Antônio Brito	Iniciação Esportiva	ECO/ Pq. Ecológico

E. M. “Deputado Arlindo dos Santos”	
INSTRUTOR (A)	MODALIDADE
Dayane Frandoligi Gonçalves	Recreação Esportiva
Diego Minaré de Oliveira	Arte e Desenho
Eduardo José dos Santos	Karate- Do
José Roberto Augusto	Rap
Paulo Emilio Santos Galvioli	Jiu-Jitsu
Rafael de Oliveira Naime	Iniciação Esportiva
Roberto Aparecido Leal	Badminton
Thiago Prates	Dança

E.M. Paul Percy Harris	
INSTRUTOR (A)	MODALIDADE
Eduardo José dos Santos	Karate- Do
José Roberto Augusto	Rap
Paulo Emilio Santos Galvioli	Jiu-Jitsu
Reinaldo Luiz O. D. D. Ferraça (King)	Dança Breacking
Thiago Prates	Dança

Núcleo da Esperança Santa Clara Complexo Educacional Geraldo José Rodrigues Alckmin	
INSTRUTOR (A)	MODALIDADE
Dayane Frandoligi Gonçalves	Recreação Esportiva
Emerson Bastos Sereni (Bad)	Hip Hop
José Roberto Augusto	Rap
Luana Cardoso dos Santos	Karate- Do
Paulo Emilio Santos Galvioli	Jiu-Jitsu
Rafael de Oliveira Naime	Iniciação Esportiva/ Natação
Roberto Aparecido Leal	Badminton



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Wagner Antônio Brito	Iniciação Esportiva
----------------------	---------------------

INTRODUÇÃO

Mediante ao Decreto Municipal n.º 18.554 de 16/03/2020, a partir do dia 23/03/2020, houve a interrupção dos trabalhos presenciais em consequência da pandemia do COVID-19 (Coronavírus).

A União Brasil juntamente com a Secretária de Educação está disponibilizando aos alunos da Rede Municipal de Ensino, por meio de vídeosaulas, atividades para dar continuidade aos trabalhos que vinham sendo desenvolvidos nos polos e para que as crianças não fiquem tão ociosas nesse período de isolamento social e possam ter mais interação familiar.

As vídeosaulas estão sendo disponibilizadas nas plataformas digitais da União Brasil, seguem as páginas:

- **Site de Transparência:**transparencia.uniaobrasil.org/;
- Facebook- **União Brasil OSC:**facebook.com/UniaoBrasilOSC;
- Facebook- **Projeto Compartilhar:**facebook.com/projetocompartilharriopreto (União Brasil/Camerata Jovem Beethoven);
- Instagram- **uniaobrasilosc:**instagram.com/uniaobrasilosc e;
- YouTube- **União Brasil OSC:**youtube.com/uniaobrasilosc.

Para complementar estamos desenvolvendo ações como distribuição de materiais impressos (apostilas) para os alunos desenvolverem nossas modalidades no âmbito pedagógico. Essa ação é realizada nos dias das entregas dos kits alimentação aos alunos da Rede Municipal de Ensino de São José do Rio Preto/SP.

Após a finalização das entregas dos materiais impressos, verificamos os alunos que não atingimos e os instrutores realizam a busca ativa por meio de ligações telefônicas aos responsáveis de cada aluno.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Dayane Frandoligi Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/2020 • Quebra Cabeça das expressões; • Quebra cabeça de papelão; • Desenho Mágico; • Alinhavo de papelão;	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 20/11/2020 • Amarelinha Aranha; • Cruz na Parede; • Brincadeira do Estilingue; • Pula Gafanhoto;
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 13/11/2020 • Tétris de caixa de ovos; • Desafio; • Sequência das cores; • Boomerang de papelão;	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 27/11/2020 • Torre de copos; • Desafio do movimento; • Encaixe na garrafa; • História do Esquilinho Preguiçoso;

PLANO DE AULA 1

TEMA: Quebra Cabeça das expressões	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver um processo de concentração das crianças.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a capacidade de resolução de problemas	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, aquisição e organização dos materiais, organização do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. No vídeo de hoje faremos um brinquedo muito fácil e divertido a partir de materiais recicláveis, um quebracabeça das expressões ou emojis se preferir. Primeiro iremos precisar de placas de papelão, um objeto redondo, lápis, canetinhas, régua, tesoura e estilete, lembrando sempre de pedir ajuda de um adulto para não se machucar. Agora iremos desenharmos nossos emojis no papelão para recorta-los e estará pronto nosso quebra cabeça. Espero que vocês tenham gostado do vídeo, se gostou, clique em curtir, comente, compartilhe fotos no nosso grupo no WhatsApp, um beijo e até o próximo vídeo.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/pin/740138519991829969/ Acesso em 25/10/2020	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Quebra Cabeça de papelão	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Exercitar habilidades das crianças por meio da imagem do quebra cabeça	
OBJETIVO GERAL: Estimular o raciocínio lógico e habilidades motoras.	
PROCEDIMENTOS: Captação dos materiais e realização do brinquedo, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. No vídeo de hoje faremos um brinquedo de papelão muito fácil! Chame quem está em casa com você para ajudar e brincar com você. Os materiais são: papelão, lápis, canetinha, tesoura e ou estilete.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Iremos fazer o desenho formato de curvas, depois iremos recortar e estará pronto nosso quebra cabeça. Espero que vocês tenham gostado do brinquedo, se gostou, clique em curtir, comente, compartilhe fotos no nosso grupo no WhatsApp, um beijo e até o próximo vídeo

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.instagram.com/p/CCIOkzpJ736/> página de psicopedagogia acesso em 25/20/2020

PLANO DE AULA 3

TEMA: Desenho mágico	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Estabelecer a criança um conhecimento sobre traços e figuras geométricas de forma lúdica.	
OBJETIVO GERAL: proporcionar desenvolvimento da criança que são importantes num ambiente educacional e aumento do vocabulário se familiarizando com as formas geométricas.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais e desenvolvimento do brinquedo, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vocês precisarão de papelão, fita adesiva e canetinhas. Iremos desenhar formas geométricas no papelão, depois colar a fita por cima para que ao colorir com guache possamos apagar depois utilizando um pano úmido, assim poderemos pintar várias vezes e de diversas cores diferentes. Espero que tenham gostado, não esqueçam de curtir, comentar e compartilhar esse vídeo, um beijo a te a aproxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CFpeFBxn9PV/ página de psicopedagogia acesso em 25/10/2020	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Alinhavo de papelão	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Oferecer o desenvolvimento da concentração e coordenação.	
OBJETIVO GERAL: Propor o trabalho da coordenação motora fina, capacidade de concentração, criatividade.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo e desenvolvimento, organização do espaço e materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá criança, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. No vídeo de hoje iremos realizar uma brincadeira muito legal o alinhavo. Iremos precisar de papelão tesoura e lápis. Vamos recortar um desenho no papelão fazer vários furos nas suas laterais para poder passar o barbante por dentro e está pronto! Espero que tenham gostado, não esqueçam de curtir, comentar e compartilhar esse vídeo, um beijo até a aproxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CF5Wg1VHUof/ pagina de psicopedagogia em 25/10/2020	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Tétris de caixa de ovos	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Facilitar a criatividade através do um exercício cognitivo.	
OBJETIVO GERAL: Fomentar a percepção, interação social das crianças, coordenação motora, memória e reciclagem.	
PROCEDIMENTOS: Captação das caixas de ovos, organização dos materiais, do espaço, luz, gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

nessa aula, faremos um trétris de caixa de ovos, você ora precisar de 2 caixas de ovos, tinha guache, pincel e tesoura. Utilizando esses materiais iremos construir nosso brinquedo recortando 1 das caixas e pintando, depois a outra iremos utilizar para montar nosso quebra cabeça de forma criativa! E pronto! SE você gostou desse vídeo deixe sua curtida, comente e compartilhe! Um beijo e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CFrcrjFNys/> página de psicopedagogia acesso em 25/10/2020

PLANO DE AULA 6

TEMA: Desafio	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Favorecer o controle das emoções, atenção e foco das crianças.	
OBJETIVO GERAL: Compreender melhor o copo e seu controle respiratório.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, luz, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. No vídeo de hoje, faremos uma brincadeira utilizando canudo e pedaços de papel para trabalhar o controle respiratório. Pegue os pedaços de papel e recorte, espalhe na mesa utilize o canudo para pegar ele o coloca-los numa caixinha ou pote, quem colocar todos primeiro vence. Essa é a aula de hoje, espero que tenham gostado, curta esse vídeo, comente e compartilhe, um beijo e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CDji5uOJW9U/ Página de educação física escolar acesso em 25/10/2020	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Sequência das cores	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Aprimorar as capacidades motoras e cognitivas.	
OBJETIVO GERAL: Nutrir a criança de estímulos para o desenvolvimento da sua capacidade visual, de concentração e memória, além do trabalho com materiais sustentáveis.	
PROCEDIMENTOS: Criação do brinquedo, organização do espaço, pesquisa, gravação edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá criançada, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane, na aula de hoje faremos a sequência das cores uma brincadeira divertida para você fazer em casa. Primeiro utilize rolinhos de papel, 1 rolo de papel toalha ou um maior, um pratinho de isopor, tinta guache. Vamos recortar os rolinhos e pintá-los de cores diferentes, depois posicionar o rolo maior e desenhar a sequência de cores num papel. O objetivo da brincadeira é reproduzir a sequência com os rolinhos da mesma cor. Essa foi a aula de hoje, espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, um beijo e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CEoast5HtTv/ Página de psico pedagogia acesso em 25/10/2020	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Boomerang de papelão	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Concitar o desenvolvimento motor e sustentável.	
OBJETIVO GERAL: Aguçar a criatividade, o exercício ao ar livre, a coordenação motora fina e ampla, através dos materiais recicláveis.	
PROCEDIMENTOS: pesquisa e construção do brinquedo organização espacial, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Dayane. Nessa aula, utilizaremos uma plaquinha de papelão para recortar duas tiras de papelão e cola-las para formar nosso boomerang. Essa foi a aula de hoje, espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, um beijo e até a próxima

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CHNh7L9HomH/> Página de educação física escolar acesso em 26/10/2020

PLANO DE AULA 9

TEMA: Amarelinha Aranha	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças uma brincadeira popular de forma diferente.	
OBJETIVO GERAL: Auxiliar no desenvolvimento das noções numéricas, espaciais, na formação de aquisições importante como, lateralidade, coordenação motora e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa, organização, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. No vídeo de hoje iremos brincar de uma amarelinha diferente, utilizaremos uma fita para desenhar a amarelinha no chão, com um pé você pula com o outro você empurra uma tampinha de garrafa para o próximo número, se não conseguir volte onde estava. Essa foi a aula de hoje espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CGw9YPmHpNB/ Página de educação física escolar acesso em 26/10/2020	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Cruz na parede	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Promover o desenvolvimento raciocínio lógico e flexibilidade.	
OBJETIVO GERAL: Oportunizar o trabalho de regras, noções espaciais e numéricas, melhorar a capacidade de flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Análise do conteúdo, criação, organização do espaço. Gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje iremos realizar uma brincadeira usando números, primeiro faça números de 1 ao 9 duplicados em folhas, depois faça um formato de cruz ou plano cartesiano na fita na parede e cole os números de forma aleatória na parede depois ao comando por voz, você precisará encontrar os números e na parte de cima utilizando os braços e na debaixo as pernas. E essa a brincadeira de hoje. Se você gostou, a aula de hoje espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CG8xhCDHNdv/ Página de educação física escolar, acesso em 26/10/2020	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Brincadeira do estilingue	Turma: 4 e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Favorecer o desenvolvimento de brincadeiras populares em casa.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a motricidade fina, concentração e precisão.	
PROCEDIMENTOS: Captação dos materiais, organização do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. No vídeo de hoje faremos uma brincadeira do estilingue usando um lacinho de cabelo, três garrafas	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

pet e três bolinhas, o objetivo da brincadeira é derrubar as bolinhas usando um pedaço de papel dobrado no lacinho como estilingue. Vence quem derrubar as bolinhas. É simples e divertido! E essa a brincadeira de hoje. Se você gostou, a aula de hoje espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CGvG4LinZvu/> Página de educação física escolar acesso em 26/10/2020

PLANO DE AULA 12

TEMA: Pula gafanhoto	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Praticar jogos de precisão para o desenvolvimento da motricidade fina.	
OBJETIVO GERAL: Criar estratégias de jogo, desenvolver habilidades de coordenação motora e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa, organização dos materiais, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira usando uns prendedores de roupa e potinhos. O objetivo da brincadeira é conseguir que os prendedores “pulem” no alvo que são os potinhos. E essa foi a aula de hoje espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CGU-7THHkHR/ Página de educação física escolar acesso em 26/10/2020	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Torre de copos	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Promover um desafio para desenvolver as habilidades das crianças.	
OBJETIVO GERAL: Obter coordenação e concentração para fazer a torre.	
PROCEDIMENTOS: Análise de conteúdo, separação dos materiais, organização do espaço, gravação e edição	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Nessa aula, faremos um desafio usando copos de plásticos e tampinhas de garrafa, o objetivo é virar o copo e acertar as tampinhas dentro e montar uma torre. E essa foi a aula de hoje espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CF-mDpbny5W/ página de educação física escolar acesso em 26/10/2020	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Desafio do movimento	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Incentivar a prática de exercícios em casa.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação motora e aspectos afetivo social da criança.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização da brincadeira, espaço, luz, gravação e edição,	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. No vídeo de hoje, iremos fazer um desafio. Primeiro escreva movimentos numa folha de papel e espalhe no chão depois utilizando uma garrafa pet iremos gira-la e onde ela apontar você vira a	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

plaquinha e terá que realizar os movimentos. E essa foi a aula de hoje espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.facebook.com/500968106672719/videos/354521765640892> Página de educação física escolar acesso em 26/10/2020

PLANO DE AULA 15

TEMA: Encaixe na garrafa	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Fomentar exercícios com materiais recicláveis	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a motricidade fina e coordenação óculo pedal.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, espaço, e realização da brincadeira, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira usando três garrafas pet, rolinhos de papel e lápis de cor. No primeiro momento iremos encaixar com os pés os rolinhos nas garrafas, no segundo momento encaixar os lápis e no terceiro conseguir colocar os lápis dentro da garrafa. E essa foi a aula de hoje, espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CHqmG07nSAP/ Página de educação física escolar acesso em 26/10/2020	

PLANO DE AULA 16

TEMA: História do esquilincho preguiçoso	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Promover um momento lúdico e educativo através das histórias.	
OBJETIVO GERAL: Incentivar as crianças a cuidar da higiene bucal	
PROCEDIMENTOS: Análise do conteúdo, estudo sobre a história, organização do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane, no vídeo de hoje irei contar uma historinha para vocês do esquilincho preguiçoso. Era uma vez um esquilincho muito preguiçoso, ele adorava comer de tudo. Doces, troncos e castanhas, mas não gostava de escovar os dentes. Sua mãe sempre dizia que era importante escovar os dentes sempre depois de todas as refeições para não causar cáries, mas o esquilincho não ouvia. Um dia, num belo passeio pela floresta ele ouviu um barulho era o choro de um amiguinho que estava com dor de dente. O esquilincho acompanhou seu amiguinho ao dentista. Chegando em casa ele correu para sua mamãe contar que nunca mais iria ficar sem escovar os dentes. E essa foi a história de hoje, espero que tenham gostado curta esse vídeo, comente e compartilhe, mandem fotos no grupo no WhatsApp, um beijo e até a próxima	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: http://cmeivilaizabel.blogspot.com/2015/03/atividade-historia-o-esquilinho.html Acesso em 26/10/2020.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Dayane F. Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 02/11 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	Gravação do vídeo quebra cabeça da expressões, captação dos materiais, e edição.
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	Reunião Pedagógica e planejamento. Gravação do vídeo quebra cabeça de papelão, organização do espaço e edição.
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	Gravação do vídeo desenho mágico. Entrega de materiais impressos (apostilas) na E.M Deputado Arlindo dos Santos, no período da tarde.
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	Entrega de materiais impressos (apostilas) na E.M Deputado Arlindo dos Santos, no período da manhã. Gravação do vídeo alinhavo de papelão e edição

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Dayane F. Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA __09/11/2020__	Reunião Pedagógica e Planejamento. Gravação do vídeo trétris de caixa de ovos e edição
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Gravação do vídeo do Desafio e edição.
QUARTA-FEIRA __11/11/2020__	Gravação do vídeo Sequência das cores e edição.
QUINTA-FEIRA __12/11/2020__	Gravação do vídeo boomerang de papelão, organização dos materiais e edição
SEXTA-FEIRA __13/11/2020__	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Dayane F. Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	Gravação do vídeo Amarelinha Aranha;
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	Gravação do vídeo Cruz na Parede
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	Gravação do vídeo Brincadeira do Estilingue;
QUINTA-FEIRA	Gravação do vídeo Pula Gafanhoto



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

19/11/2020	Entrega de materiais impressos (apostilas) na E.M Deputado Arlindo dos Santos, no período da tarde.
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Dayane F. Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 23/11 à 27/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	Gravação do vídeo torre de copos, organização dos materiais e edição.
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	Gravação do vídeo desafio do movimento e edição.
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	Gravação do vídeo encaixe na garrafa, organização dos materiais e edição.
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	Gravação do vídeo história do esquinho preguiçoso e edição.
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Dayane Frandoligi Gonçalves		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Recreação Esportiva		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 85: Quebra cabeça das expressões	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=8x4V71RqKWw&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL	
		Youtube	Visualização: 20
		Facebook	Visualização: 20
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 20
		Instagram	Visualização: 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 72		TOTAL DE CURTIDAS: 24	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: Quebra cabeça fácil de papelão	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HUdivl1dejQ&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=86	
		Youtube	Visualização: 11
		Facebook	Visualização: 19
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 19
		Instagram	Visualização: 4



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: Desenho Mágico	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ZPKCpINAwq0&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=87		
	Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: Brincando com alinhavo	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=l5d_k4H5VSY&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=88		
	Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 15	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Jogo Tetris reciclável	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=AQJLXo38GK0&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=89		
	Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 90: Desafio	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=BGZLex3n6PA&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=90		
	Youtube	Visualização: 4	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15	Curtida: 3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 15	Curtida: 8



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Instagram		Visualização: 7	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS:14		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 91: Sequência das cores		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=vppmeMEFIHU&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=91		
		Youtube	Visualização: 4	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 3
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 8	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS:12		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 92: Bumerangue de papelão		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=B4JoJzOhM0M&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=92		
		Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 5
		Instagram	Visualização:6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS:11		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 93: Amarelinha aranha		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ZlfsWTW2osE&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=93		
		Youtube	Visualização: 4	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 32	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 32	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 78		TOTAL DE CURTIDAS:15		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 94: Brincadeira cruz na parede		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=3KlNyY5LkCY&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=94		
		Youtube	Visualização: 3	Curtida:3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 4
		Facebook PROJETO	Visualização: 5	Curtida: 4



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

		COMPARTILHAR		
		Instagram	Visualização: 18	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31			TOTAL DE CURTIDAS:11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 95: Brincadeira do estilingue		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6DK3YvwCmQA&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=95		
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 3
		Facebook	Visualização: 4	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20			TOTAL DE CURTIDAS:12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 96: Desafio vira copo		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=nbR_MfFvn7k&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=96		
		Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook	Visualização: 6	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21			TOTAL DE CURTIDAS:10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 97: Pula gafanhoto		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=cjXzQIDVc3w&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=97		
		Youtube	Visualização: 3	Curtida:3
		Facebook	Visualização: 6	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18			TOTAL DE CURTIDAS:11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 98: Desafio do movimento		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=4dDskb_8LHU&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=98		
		Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook	Visualização: 3	Curtida: 3



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

		PROJETO COMPARTILHAR			
		Instagram		Visualização: 9	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18				TOTAL DE CURTIDAS:9	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 99: Encaixe na garrafa			
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=YVVS6EnL6pQ&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=99			
		Youtube	Visualização: 7	Curtida: 3	
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 5	
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 6	
		Instagram	Visualização: 13	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32				TOTAL DE CURTIDAS:14	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 100: O esquilhinho preguiçoso			
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yRveEvawU38&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=100			
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 3	
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12	Curtida: 5	
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13	Curtida: 5	
		Instagram	Visualização: 9	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39				TOTAL DE CURTIDAS:13	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 508					
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 212					



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

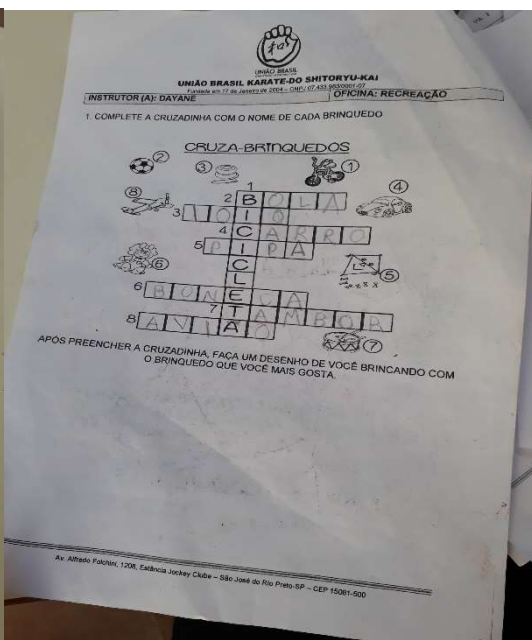
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

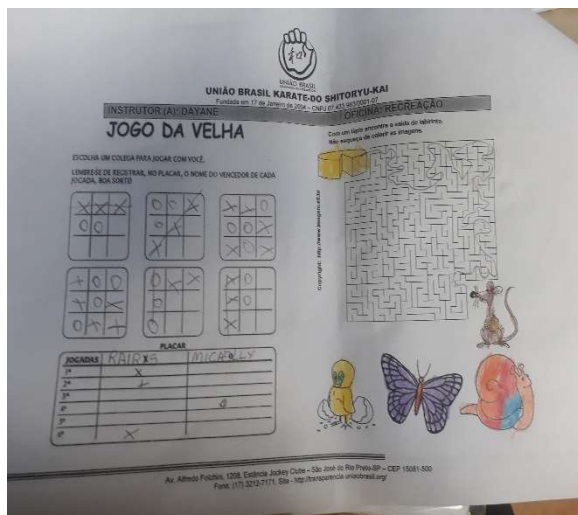
RETORNO DOS ALUNOS



Aluna Lara, 2º ano, Arlindo dos Santos.



Aluna Maria Eduarda, Arlindo dos Santos



Aluna Rairys, 1º ano, Arlindo dos Santos



Aluno Rafael Duran, Santa Clara.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07



Aluno Rafael Duran. Santa Clara.



Aluno Rafael Duran, Santa Clara.



Aluno Rafael Duran, Santa Clara.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 05/11 Entrega de material impresso.



DIA: 06/11 Entrega de material impresso.



DIA: 19/11 Entrega de material impresso.





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Carga horária semanal: <u>12</u> horas
Carga horária total: <u>48</u> horas	
Plano de aula 1º semana de: <u>02</u> /11 à <u>06</u> /11/2020 • Pintura no filtro de café. • Pintura multicolorida com espátula de metálica. • Pintura abstrata com copo de tintas em camadas.	Plano de aula 3º semana de: <u>16</u> /11 à <u>20</u> /11/2020 • Caranguejo carimbo, utilizando as mão e tinta. • Flor dente de leão. • Pintando utilizando o fundo de garrafa de plástico.
Plano de aula 2º semana de: <u>09</u> /11 à <u>13</u> /11/2020 • Flor com rolo de papelão. • Pintando uma galinha com as mãos. • Aranha carimbo utilizando as mão e tinta.	Plano de aula 4º semana de: <u>23</u> /11 à <u>27</u> /11/2020 • Pintura com espátula de papelão. • Pintura com tampinhas plásticas -frutas. • Mão colorida.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Pintura no filtro de café	Turma: 1º,2º,3º Ano
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula, o procedimento foi demonstrado passo a passo durante a vídeoaula, apresentando o método e os materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindos a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré. Para nossa aula de hoje vamos precisar de um filtro de café, canetinhas e um pote com água. Sigam me os bons! O procedimento será pintar o filtro com as cores que escolherem e vamos dar um espaço entre as linhas coloridas, em seguida vamos mergulhar o filtro na água, ele irá absorver-la e espalhar a tinta em forma de manchas, depois vamos virar o filtro e mergulhar a outra parte. Bom criançada esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa, visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ARTE DE APRENDER E ENSINAR. A ARTE DE APRENDER E ENSINAR. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QCUmjLylIW8&feature=youtu.be . Acesso em: 23 out. 2020.	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Pintura multicolorida com espátula metálica	Turma: 1º,2º,3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar ferramentas básicas para as crianças realizarem pintura com espátula metálica preparando a criança para diversas criações no âmbito artístico.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a pintar com espátula metálica.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré. Para nossa aula de hoje vamos precisar de uma folha sulfite, tintas disponíveis e uma espátula de pintura ou se tiver em casa uma espátula de bolo. Vamos	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

espalhar porções de tintas no meio da folha, feito isso, vamos utilizar a espátula para espalhar a tinta e misturar as cores, vocês podem fazer como o professor no vídeo ou escolher seus próprios movimentos. Após espalhar a tinta com nosso instrumentos, vamos experimentar a textura que ficou na espátula e experimentar carimbar a folha para experimentar novas texturas. Bom criançada esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa, visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ARTE DE APRENDER E ENSINAR. A ARTE DE APRENDER E ENSINAR. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QCUmjLylIW8&feature=youtu.be>. Acesso em: 23 out. 2020.

PLANO DE AULA 3

TEMA: Pintura abstrata com copo de tintas em camadas	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar o estilo de pintura abstrata para as crianças, amplia o repertório cultural e competência artística.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar o estilo de pintura abstrata as crianças.	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano e objetivo da aula, será apresentado o procedimento passo a passo para organizar os materiais e desenvolver a atividade e visualizar o fazer artístico.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré. Para nossa aula de hoje vamos precisar de uma folha sulfite ou papelão, tintas com a textura cremosa, um recipiente transparente. Preparado a mesa de trabalho e os materiais, vamos começar a encher o copo com tintas, uma de cada vez, isso formará camadas de tintas, em seguida, vamos despejar nossa tinta a uma altura média do papel, essa ação irá criar uma imagem abstrata na folha. Bom galerinha, esse foi nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula e pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Atividade desenvolvida no laboratório de artes e práticas na Universidade Estadual de Maringá.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Flor com rolo de papelão	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais recicláveis e alternativos, contribui para a conscientização sobre os materiais recicláveis e no processo criativo da criança	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer uma flor com rolo de papelão.	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula e seu objetivo, apresentar a técnica e procedimento durante a vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês?! Vamos lá, sigam os bons! Para nossa aula de hoje vamos precisar de um rolo de papelão, pode ser de papel higiênico, papel toalha, o que tiverem em casa, tesoura sem ponta, cola, tinta da sua escolha e uma folha sulfite. Bom galerinha, vamos começar, achatando o rolo de papelão em seguida vamos recortar tiras, dessa forma, após isso vamos utilizar seis tiras para montar nossa flor, vamos cola-las dessa maneira, depois de secar vamos colorir nossa flor e pintar seu caule, podemos fazer um cenário como grama e etc. Bom turminha, esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ARTE DE APRENDER E ENSINAR. A ARTE DE APRENDER E ENSINAR. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QCUmjLyllW8&feature=youtu.be>. Acesso em: 25 out. 2020.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Pintando uma galinha com as mãos	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais recicláveis e alternativos, contribui para a conscientização sobre os materiais recicláveis e no processo criativo da criança.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer uma flor com um rolo de papelão	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula e seu objetivo, apresentar a técnica passo a passo por meio da vídeoaula para as crianças, como utilizar os materiais e compor um objeto artístico.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês?! Vamos lá, sigam os bons! Para nossa aula de hoje vamos precisar de Tinta, o professor irá utilizar amarela e canetinha laranja e preta. Nosso primeiro passo será pintar a palma de nossas mão com tinta e carimba-la na folha um pouco inclinada, dessa forma, em seguida vamos desenhar o bico e a crina da galinha com a canetinha e terminar com as patas, depois com o dedão vamos fazer os filhotes da nossa galinha, da mesma forma vamos desenhar as patinhas, bico e olhos dos filhotes. Para finalizar podemos desenhar um gramado para construir um cenário para nosso desenho. Bom turminha, esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ARTE DE APRENDER E ENSINAR. A ARTE DE APRENDER E ENSINAR. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QCUmjLyllW8&feature=youtu.be . Acesso em: 25 out. 2020.	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Aranha carimbo utilizando as mão e tinta	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Esse tipo de atividade, estimula os sentidos sensoriais da criança, como a textura da tinta na pele, gelado e quente, líquido ou viscoso, além de desenvolver a coordenação motora da criança utilizando seu próprio corpo como ferramenta para se expressar	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer a pintar uma aranha utilizando as mão como instrumento de pintura.	
PROCEDIMENTOS: Como previsto no plano de aula e seu objetivo, a metodologia aplicada pretende apresentar essa técnica a criança para compor nossa aranha, detalhando cada etapa deste estilo de pintura.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês?! Vamos lá, sigam os bons! Bom turminha, para a aula de hoje vamos utilizar duas folhas sulfite coladas uma na outra na posição horizontal, dessa forma, pincel, e tinta preta. Vamos começar pintando a palma e dedos da mão menos o dedão, em seguida vamos carimbar na horizontal como o professor está mostrando a metade da nossa aranha, vamos repetir isso de forma contrária. Feito isso vamos recortar dois círculos com folha branca para colar os olhos da nossa aranha, utilize uma caneta para dar acabamento nos olhos. Bom turminha, esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço!	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ARTE DE APRENDER E ENSINAR. A ARTE DE APRENDER E ENSINAR. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QCUmjLylIW8&feature=youtu.be>. Acesso em: 25 out. 2020.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Caranguejo carimbo, utilizando as mão e tinta	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Esse tipo de atividade, estimula os sentidos sensoriais da criança, como a textura da tinta na pele, gelado e quente, líquido ou viscoso, além de desenvolver a coordenação motora da criança utilizando seu próprio corpo como ferramenta para se expressar.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a pintar um caranguejo com as mãos	
PROCEDIMENTOS: Como previsto no plano de aula e seu objetivo, a metodologia aplicada pretende apresentar essa técnica a criança para compor nossa aranha, detalhando cada etapa deste estilo de pintura.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês ?! Vamos lá, sigam os bons! Para nossa aula de hoje vamos precisar de duas folhas sulfite coladas uma na outra na posição horizontal, dessa forma, pincel, e tinta laranja ou vermelha, mas podem utilizar outras cores se preferirem, o professor irá utilizar o laranja, para isso vamos recorrer a uma técnica que vocês já conhecem que é misturas o vermelho e o amarelo para obtermos o laranja. Dessa vez vamos pintar a mão toda e carimba-la na folha dessa forma, vamos repetir de forma contrária e teremos o corpo do nosso caranguejo, para finalizar com uma canetinha ou outro material vamos dar o acabamento desenhando os olhos do nosso animal. Bom turminha, esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ARTE DE APRENDER E ENSINAR. A ARTE DE APRENDER E ENSINAR. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QCUmjLylIW8&feature=youtu.be . Acesso em: 23 out. 2020.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Flor dente de leão	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais recicláveis e alternativos, contribui para a conscientização sobre os materiais recicláveis e no processo criativo da criança	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a pintar a flor dente de leão utilizando canudo reciclável	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula e seu objetivo, apresentar a técnica passo a passo por meio da vídeoaula para as crianças, como utilizar os materiais e compor um objeto artístico	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês ?! Vamos lá, sigam os bons! Bom turminha, para a aula de hoje vamos utilizar, uma folha sulfite preta ou pintar uma folha branca com tinta preta, tinta branca, um canudo reciclável, um pincel fino e tesoura sem ponta. Bom galerinha nosso primeiro passo será pintar uma folha de preto caso não tenha papel preto, posteriormente vamos preparar uma tinta branca líquida, mas não muito; Segundo passo recortar o canudo de acordo como professor está fazendo, a ideia é criar um pincel com o canudo. Agora vamos mergulhar nosso pincel canudo na tinta e pintar a folha com movimentos circulares, assim como estou mostrando no vídeo, para finalizar vamos fazer o caule da nossa flor dente de leão. Bom turminha, esse é nosso resultado	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

final, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 5-MINUTE CRAFTS PLAY. **COOL ART HACKS YOU'VE NEVER SEEN BEFORE.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=M7eCgNYUvxc>. Acesso em: 16 nov. 2020.

PLANO DE AULA 9

TEMA: Pintando utilizando o fundo de garrafa de plástico	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais recicláveis e alternativos, contribui para a conscientização sobre os materiais recicláveis e no processo criativo da criança.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar técnicas para pintura abstrata	
PROCEDIMENTOS: Conforme o planejamento e o objetivo da aula, iremos avançar com técnicas de recorte e pintura sem pincel.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês ?! Vamos lá, sigam os bons! Bom turminha, para a aula de hoje vamos utilizar folha sulfite, fundo de uma garrafa plástica recortada, peçam ajuda para os responsáveis para recortar a garrafa, ela deve estar com o recorte alinhado, feito isso, vamos centralizar o fundo da garrafa na folha sulfite, em seguida vamos derramar diversas cores no centro do fundo da garrafa, utilizem as cores que tiverem, dependendo do ângulo do seu apoio irá mudar a expressão abstrata dessa técnica. Bom turminha, esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 5-MINUTE CRAFTS PLAY. COOL ART HACKS YOU'VE NEVER SEEN BEFORE. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=M7eCgNYUvxc . Acesso em: 16 nov. 2020.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Pintura com espátula de papelão	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Essencial as crianças, alunos e alunas terem consciência do trabalho com materiais recicláveis e perceber sua utilidade no campo da criação artística.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar a técnica de pintura com espátula de papelão	
PROCEDIMENTOS: A metodologia dessas atividades são de caráter prático e a distância, por meio do plano de aula e seu objetivos, o professor irá conduzir os procedimentos por meio de vídeoaula, apresentando materiais e o fazer artístico.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês ?! Vamos lá, sigam os bons! Bom turminha, para a aula de hoje vamos utilizar tinta guache, papel sulfite, uma tira de papelão, no formato que o professor está apresentando pra vocês. O procedimento será semelhante com a utilização da espátula metálica, porém vamos alcançar um novo efeito visual; vamos distribuir porções de tinta em coluna pela folha, em seguida vamos experimentar espalhar essas cores pelo papel. Vocês podem testar novas cores e novos movimentos de pintura com a espátula de papelão Bom turminha, esse é nosso resultado final, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço!	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 5-MINUTE CRAFTS PLAY. COOL ART HACKS YOU'VE NEVER SEEN BEFORE. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=M7eCgNYUvxc>. Acesso em: 16 nov. 2020.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Pintura com tampinhas plásticas -frutas – Laranja e Cereja	Turma: 1º,2º,3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar aos alunos e alunas o material plástico como ferramenta de Arte é sem dúvida apresentar novos terrenos, tanto no artístico e o social.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar carimbar frutas redondas com tampinhas plásticas	
PROCEDIMENTOS: Conforme o plano de aula e seu objetivo, pretende se apresentar por meio de vídeoaula, apresentar pragmaticamente o percurso e fundamentos da criação artística utilizando meios alternativos e contemporâneos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês ?! Vamos lá, sigam os bons! Para nossa aula de hoje vamos precisar de uma folha sulfite, uma tampinha plástica, tinta vermelha e laranja, podemos dobrar a folha no meio, em seguida preparem a nossa mesa de pintura que é um copo de água, um paninho velho. Agora vamos pintar a parte superior da tampinha e carimba-la no papel, em seguida vamos desenhar um galho de acordo com a fruta, façam vários testes e se divirtam; Essa foi nossa experiência de hoje, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 5-MINUTE CRAFTS PLAY. COOL ART HACKS YOU'VE NEVER SEEN BEFORE. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=M7eCgNYUvxc . Acesso em: 16 nov. 2020.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Mão colorida	Turma: 1º,2º,3º Ano
JUSTIFICATIVA: Esse tipo de atividade, estimula os sentidos sensoriais da criança, como a textura da tinta na pele, gelado e quente, líquido ou viscoso, além de desenvolver a coordenação motora da criança utilizando seu próprio corpo como ferramenta para se expressar.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar imprimir uma mão mosaico colorida sobre alguma superfície	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo! Sejam bem vindos e bem vindas a mais uma aula de Artes com o Professor Diego Minaré, tudo bem com vocês ?! Vamos lá, sigam os bons! Para nossa aula de hoje vamos precisar de uma folha sulfite ou qualquer superfície lisa que possa usar, tintas de diversas cores e um pincel, organizado nosso material, vamos iniciar a pintura da palma da mão, lembram da mão mosaico que fizemos há alguns meses !? Vamos pintar a palma da nossa mão com diversas manchas coloridas, em seguida vamos carimbar nossa pintura na mão para o papel e ver qual será o resultado. Turminha esse foi meu resultado, espero ver o de vocês. Essa foi nossa experiência de hoje, espero que tenham gostado da aula. Pratiquem em casa. Visitem nossas redes sociais, assistam as aulas e guardem seus trabalhos. O professor fica por aqui e até a próxima aula. Um abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 5-MINUTE CRAFTS PLAY. COOL ART HACKS YOU'VE NEVER SEEN BEFORE. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=M7eCgNYUvxc . Acesso em: 16 nov. 2020.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 02 / 11 / 2020 à 06 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03 / 11 / 2020	-Gravação da vídeoaula Pintura no filtro de café
QUARTA-FEIRA 04 / 11 / 2020	-Reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. -Gravação da vídeoaula Pintura multicolorida com espátula de metálica.
QUINTA-FEIRA 05 / 11 / 2020	
SEXTA-FEIRA 06 / 11 / 2020	-Gravação da vídeoaula Pintura abstrata com copo de tintas em camadas. -Entrega de materiais gráficos (apostilas) no EM Deputado Arlindo dos Santos no período da tarde.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 09 / 11 / 2020 à 13 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09 / 11 / 2020	Reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. Gravação da vídeoaula Flor com rolo de papelão.
TERÇA-FEIRA 10 / 11 / 2020	
QUARTA-FEIRA 11 / 11 / 2020	Gravação da vídeoaula Pintando uma galinha com as mãos.
QUINTA-FEIRA 12 / 11 / 2020	
SEXTA-FEIRA 13 / 11 / 2020	Gravação da vídeoaula Aranha carimbo utilizando as mão e tinta.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 16 / 11 / 2020 à 20 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16 / 11 / 2020	Gravação da vídeoaula Caranguejo carimbo, utilizando as mão e tinta.
TERÇA-FEIRA 17 / 11 / 2020	
QUARTA-FEIRA 18 / 11 / 2020	Gravação da vídeoaula Flor dente de leão. (PINTIRA)



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

QUINTA-FEIRA 19 / 11 / 2020	
SEXTA-FEIRA 20 / 11 / 2020	-Gravação da vídeoaula Pintando utilizando o fundo de garrafa de plástico -Entrega de materiais gráficos (apostilas) no EM Deputado Arlindo dos Santos no período da tarde.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 23 / 11 à 27 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23 / 11 / 2020	Gravação da vídeoaula Pintura com espátula de papelão
TERÇA-FEIRA / /	
QUARTA-FEIRA 25 / 11 / 2020	Gravação da vídeoaula Pintura com tampinhas plásticas -frutas.
QUINTA-FEIRA / /	
SEXTA-FEIRA 27 / 11 / 2020	Gravação da vídeoaula Mão colorida

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira		Carga horária semanal: 12 horas	
Oficina: Artes		Carga horária mensal: 48 horas	
PRINT DO VIDEO		Aula nº 74: "Pintura no filtro de café"	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=QlvyxQUIfDA&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=74		
	Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 11	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VIDEO		Aula nº 75: "Pintura com espátula papelão"	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=N56BuXHGX9g&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=75		
	Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 7



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 8	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 76: "Pintura abstrata" -	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=UD828CVsons&list=PLpU23UKH WZE4XzUAMnIOUv4gwK8179w9&index=76		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 77: Pintura abstrata	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=UD828CVsons&list=PLpU23UKH WZE4XzUAMnIOUv4gwK8179w9&index=76		
	Youtube	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 78: "Pintura espátula metálica"	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6uFsaxTzoWU&list=PLpU23UKH WZE4XzUAMnIOUv4gwK8179w9&index=78		
	Youtube	Visualização: 4	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 79: Pintura com tampinha	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=pvR7HGQTO9U&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=79	
	Youtube	Visualização: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7
	Instagram	Visualização: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 2
PRINT DO VÍDEO		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=pvR7HGQTO9U&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=79	
	Youtube	Visualização: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6
	Instagram	Visualização: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 13
PRINT DO VÍDEO		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=GR-0GTS3Fv0&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=81	
	Youtube	Visualização: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9
	Instagram	Visualização: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 15
PRINT DO VÍDEO		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=pPWgDv2ds8w&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=82	
	Youtube	Visualização: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5
	Instagram	Visualização: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 16



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 83: Aranha carimbo	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ERsPM6zoCBg&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=83		
	Youtube	Visualização: 2	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 84: Caranguejo carimbo	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=fdM4H7DD944&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=84		
	Youtube	Visualização: 4	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 85: Mão colorida	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sP03Vaa_UVo&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=85		
	Youtube	Visualização: 4	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 1	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 239			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 169			

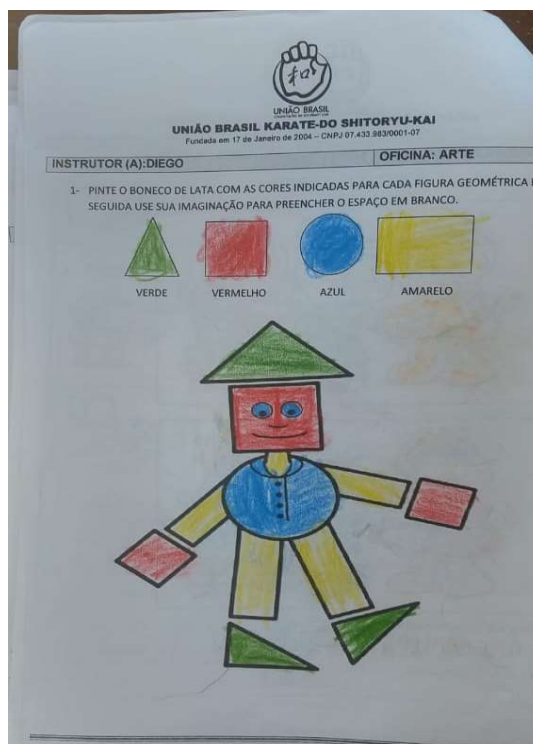


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RETORNO DOS ALUNOS





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

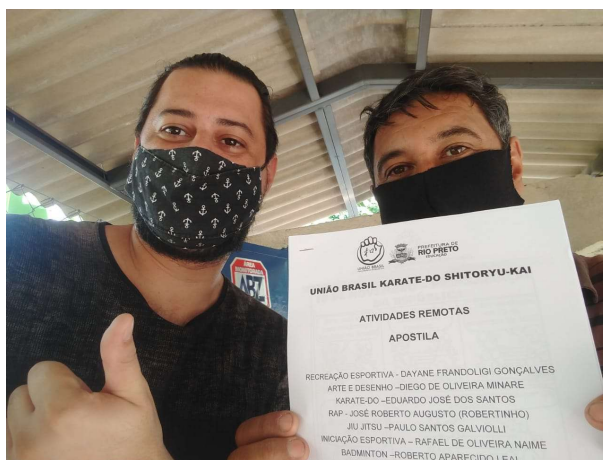
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS **DIA: 05/11**



DIA: 20/11





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/2020 - Treinamento de alvo usando uma sequência de kizami e Gyaku – Parte 5 - Treinamento de alvo usando o Mae Geri – Parte 6 - Treinamento de alvo usando uma sequência de Mae Geri e Kizami – Parte 7 - Treinamento de alvo usando uma sequência de Hanmi e Mae Geri – Parte 8	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 20/11/2020 - Treinamento de alvo usando o Hanmi e Yoko Geri – Parte 12 - Explicando sobre sabaki, angulação e recuada - Treinamento de kihon usando Kizami, Gyaku recua Gyaku - Treinamento de Kihon usando o kizami, Gyaku sabaki kizami
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 13/11/2020 - Treinamento de alvo usando o Mawashi Jodan – Parte 9 - Treinamento de Kizami Hanmi em kihon - Treinamento de alvo usando o Kizami Hanmi – Parte 10 - Treinamento de alvo usando o Hanmi e Kizami Hanmi – Parte 11	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 27/11/2020 - Treinamento de Kihon usando o Kizami, Gyaku angula aplicando o Mawashi chudan - Treinamento de Ashi Barai com a perna da Frente - Treinamento de Kihon usando o Hanmi e Ashi Barai - Treinamento de Ashi Barai com a perna de traz

PLANO DE AULA 1

TEMA: Treinamento de alvo usando uma sequência de kizami e Gyaku – Parte 5.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar o Kizami e o Gyaku com o alvo, e ao mesmo tempo o raciocínio e a coordenação motora.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência de Kizami e Gyaku com todos os quesitos para um golpe de pontuação “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Também se trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Kizami e Gyaku, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTEIRO VÍDEOAULA:A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de kizami e Gyaku no alvo, para que o aluno entenda a sequência e ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade, força, e inserimos o kiai, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.

PLANO DE AULA 2

TEMA:Treinamento de alvo usando o Mae Geri – Parte 6.

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O objetivo é trabalhar a primeira etapa do Mae Geri com o alvo, e ao mesmo tempo o raciocínio e a coordenação motora.

OBJETIVO GERAL:É ensinar apenas o Mae Geri para depois inclui-lo a uma sequência com todos os quesitos para um golpe pontual “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Também se trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.

PROCEDIMENTOS:Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Mae Geri, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos com uma grande explicação da técnica sobre suas qualidade e quando usá-lo para que possa ter um bom desempenho e em seguida veio o treinar devagar do Mae Geri no alvo, para que o aluno entenda a sequência e ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade, força, e inserimos o kiai, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.

PLANO DE AULA 3

TEMA:Treinamento de alvo usando uma sequência de Mae Geri e Kizami - Parte 7.

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O objetivo é trabalhar a segunda etapa do Mae Geri incluindo o Kizami com o alvo, e ao mesmo tempo o raciocínio e a coordenação motora.

OBJETIVO GERAL:É ensinar a sequência de Mae Geri e Kizami com todos os quesitos para um golpe de pontuação “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Também se trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.

PROCEDIMENTOS:Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Mae Geri e Kizami, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de Mae Geri e Kizami no alvo, para que o aluno entenda a sequência e ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade, força, e inserimos o kiai, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.

PLANO DE AULA 4

TEMA: Treinamento de alvo usando uma sequência de Hanmi e Mae Geri – Parte 8.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O objetivo é trabalhar a sequência de Hanmi e Mae Geri com o alvo, e ao mesmo tempo o raciocínio e a coordenação motora.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência de Hanmi e Mae Geri com todos os quesitos para um golpe de pontuação “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Também se trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Hanmi e Mae Geri, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de Hanmi e Mae Geri no alvo, para que o aluno entenda a sequência e ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade, força, e inserimos o kiai, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Treinamento de alvo usando o Mawashi Jodan – Parte 9.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O objetivo é trabalhar o Mawashi Jodan como forma de desafio e ao mesmo tempo desenvolver a coordenação motora, senso de espaço e velocidade.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar o Mawashi Jodan de forma lúdica e com desafio para que os alunos aprendam brincando, os chutes foram disferidos com a maior velocidade de execução obrigando o aluno a treinar e tentar conquistar um tempo menor que o meu, e uma maior quantidade de chute.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Mawashi Jodan, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de Mawashi Jodan no alvo, para que o aluno entenda a sequência e ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade e força, nessa forma executamos diversos chutes com a maior velocidade em menor tempo, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Treinamento de Kizami Hanmi em Kihon.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula é ensinar o Kizami Hanmi, um golpe difícil só que muito eficaz dentro da luta, pois ele a sua forma de execução engana muito o adversário, e tem uma vasta sequência para dar continuidade.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

OBJETIVO GERAL: É mostrar e desenvolver o Kizami Hanmi em forma de kihon, e incrementar ao decorrer da aula os quesitos para um golpe de pontuação “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Também se trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.

PROCEDIMENTOS: Estudar o golpe, treiná-lo, montar o roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio

ROTEIRO VÍDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos explicando a mecânica do movimento passo a passo, depois dessa pequena parte teórica, partimos para as sequências do golpe executando-o devagar para que os alunos sintam toda a mecânica do movimento e devagar vamos colocando ritmo e força, executamos diversas séries desse kihon nesse ritmo, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>

PLANO DE AULA 7

TEMA: Treinamento de alvo usando o Kizami Hanmi – Parte 10.

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar o Kizami Hanmi com o alvo, e ao mesmo tempo o raciocínio e a coordenação motora.

OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência de Kizami Hanmi com todos os quesitos para um golpe de pontuação “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Também se trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.

PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Kizami Hanmi, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de kizami Hanmi no alvo, para que o aluno entenda a sequência e ajuste, distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade, força, e inserimos o kiai, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.

PLANO DE AULA 8

TEMA: Treinamento de alvo usando o Hanmi e Kizami Hanmi – Parte 11.

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar o Hanmi e Kizami Hanmi com o alvo, e ao mesmo tempo o raciocínio e a coordenação motora.

OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência de Hanmi e Kizami Hanmi com todos os quesitos para um golpe de pontuação “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.

PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Hanmi e Kizami Hanmi, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de Hanmi e Kizami Hanmi no alvo, para que o aluno



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

entenda a sequência, ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade, força, e inserimos o kiai, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.

PLANO DE AULA 9

TEMA: Treinamento de alvo usando o Hanmi e Yoko Geri – Parte 12	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar o Hanmi e Yoko Geri com o alvo, e ao mesmo tempo o raciocínio e a coordenação motora.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência de Hanmi e Yoko Geri com todos os quesitos para um golpe de pontuação “força, velocidade, pontaria, kiai e zanchin”. Também se trabalha a questão da distância e tempo de golpe que é desenvolvida devido ao alvo.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento do fundamento do Hanmi e Yoko Geri, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de Hanmi e Yoko Geri no alvo, para que o aluno entenda a sequência, ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade, força, e inserimos o kiai, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RODRIGUES, S.; RODRIGUES, M. Estudo de correlação entre tempo de reação e tempo de movimento no karatê. Kinesis, v. -, n. esp., p. 107-17, 1984.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Explicando sobre sabaki, angulação e recuada	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito dessa aula é explicar algumas formas de lutar diferente, o sabaki, angulação e recuada são fintas de corpo, e são muito utilizadas por diversos lutadores do mundo do karatê.	
OBJETIVO GERAL: É mostrar a grandeza dessas formas de lutar, uma delas é específica na luta frente a frente, só que é chamada de lutador de deai para esse estilo de luta é usado a recuada, o sabaki e a angulação são estilos de lutadores que geralmente não lutam frente a frente, e sempre vão estar buscando a suas costas.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento dos fundamentos específicos do sabaki, angulação e recuada, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos os ensinamentos teóricos dessa técnicas, depois de diversos ensinamentos e explicação, começo a mostrar algumas das técnicas para o aluno assimilar a técnica ao nome dela, e devagar vou mostrando a sua importância e a sua eficácia, depois dessa aula teórica do que é sabaki, angulação e recuada partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 11

TEMA: Treinamento de kihon usando Kizami, Gyaku recua Gyaku	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar a sequência de kihon usando o Kizami, Gyaku recuada e Gyaku, desenvolvendo o hábito de lutar no estilo deai, onde o lutar ataca já pensando em como vai contra atacar, geralmente esse estilo de lutador, luta sempre com dois passos à frente de seu oponente, e também existe muitos ganhos no raciocínio e a coordenação motora.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência mostrando todos seus propósitos e explicar suas virtudes e seus contras, qual o lutador que essa técnica vai ser mais eficaz e trabalhar a força e a resistência na aplicação da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento dos fundamentos específicos do Kihon usando Kizami, Gyaku, recuada e Gyaku, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos explicando a mecânica do movimento passo a passo, depois dessa pequena parte teórica, partimos para as sequências do golpe executando-o devagar para que os alunos sintam toda a mecânica do movimento e devagar vamos colocando ritmo e força, executamos diversas séries desse kihon nesse ritmo, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treinamento de Kihon usando o kizami, Gyaku sabaki kizami	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar a sequência de kihon usando o Kizami, Gyaku sabaki, Kizami, dentro dessa aula desenvolve-se o hábito de lutar buscando as costas do adversário, sempre saindo da frente dele, e existe muitos ganhos no raciocínio e a coordenação motora.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência mostrando todos seus propósitos e explicar suas virtudes e seus contras, qual o lutador que essa técnica vai ser mais eficaz e trabalhar a força e a resistência na aplicação da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento dos fundamentos específicos do Kihon usando Kizami, Gyaku, Sabaki e Kizami montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos explicando a mecânica do movimento passo a passo, depois dessa pequena parte teórica, partimos para as sequências de Kizami, Gyaku, Sabaki e Kizami executando-o a sequência devagar para que os alunos sintam toda a mecânica do movimento e devagar vamos colocando ritmo e força, executamos diversas séries desse kihon nesse ritmo, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 13

TEMA: Treinamento de Kihon usando o Kizami, Gyaku angula aplicando o Mawashi chudan	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar a sequência de kihon usando o Kizami, Gyaku angula aplicando o Mawashi chudan, dentro dessa aula desenvolve-se o hábito de lutar buscando as costas do adversário, e existe muitos ganhos no raciocínio e a coordenação motora.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência mostrando todos seus propósitos e explicar suas virtudes e seus contras, qual o lutador que essa técnica vai ser mais eficaz e trabalhar a força e a resistência na aplicação da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento dos fundamentos específicos do Kihon usando Kizami, Gyaku angula aplicando o Mawashi chudan, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos explicando a mecânica do movimento passo a passo, depois dessa pequena parte teórica, partimos para as sequências de Kizami, Gyaku, angula aplicando o mawashi chudan, executando-o a sequência devagar para que os alunos sintam toda a mecânica do movimento e devagar vamos colocando ritmo e força, executamos diversas séries desse kihon nesse ritmo, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Treinamento de Ashi Barai com a perna da Frente	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar na teoria e prática do Ashi Barai com a perna da frente, e essa é a prima técnica de projeção que se ensina para os alunos, ela difícil e exige muita concentra para a sua execução.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar as manhas da projeção, falar sobre pontuação e a importância dela no cenário esportivo e a sua aplicação dentro da defesa pessoal.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento dos fundamentos específicos da Ashi Barai com a perna da frente, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de Ashi Barai com a perna da frente com o auxílio de uma mesa para aplicar o golpe, para que o aluno entenda a sequência, ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade e força, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 15

TEMA: Treinamento de Kihon usando o Hanmi e Ashi Barai	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar a sequência de kihon usando o Hanmi e Ashi Barai, dentro dessa aula desenvolve-se o hábito de lutar buscando o contragolpe do adversário para projetar e conseguir executar o maior ponto no karatê, ippon.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar a sequência mostrando todos seus propósitos e explicar suas virtudes e seus contras, qual o lutador que essa técnica vai ser mais eficaz e trabalhar a força e a resistência na aplicação da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, experiência própria de campeonatos, treinamento dos fundamentos específicos do Kihon usando Hanmi e Ashi Barai, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos explicando a mecânica do movimento passo a passo, depois dessa pequena parte teórica, partimos para as sequências de Kizami, Gyaku, angula aplicando o mawashi chudan, executando-o a sequência devagar para que os alunos sintam toda a mecânica do movimento e devagar vamos colocando ritmo e força, executamos diversas séries desse kihon nesse ritmo, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Treinamento de Ashi Barai com a perna de traz	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar na teoria e prática do Ashi Barai com a perna de traz, e essa é a prima técnica de projeção que se ensina para os alunos, ela difícil e exige muita concentra para a sua execução.	
OBJETIVO GERAL: É ensinar as manhas da projeção, falar sobre pontuação e a importância dela no cenário esportivo e a sua aplicação dentro da defesa pessoal.	
PROCEDIMENTOS: Estudo com visualização de vídeos, treinamento dos fundamentos específicos da Ashi Barai com a perna de traz, montagem do roteiro da videoaula, organizar o espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: A aula tem início com a apresentação do professor e da modalidade, em seguida é abordado o tema que será trabalhado, o próximo passo é o cumprimento marcial, e assim começamos a treinar devagar a sequência de Ashi Barai com a perna de traz com o auxílio de uma mesa para aplicar o golpe, para que o aluno entenda a sequência, ajuste a distância e o tempo, depois dessa série, aumentamos a velocidade e força, nessa forma executamos diversas séries, e assim partimos para a parte final da aula, onde é feito o cumprimento marcial e o bushido.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Com autor: JUNIOR. biomecânica dos golpes do kumitê de competição, efdeportes, 2011. disponível: <efdeportes.com>	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê-Dô	Semana de: 02/11 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO - FINADOS
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando uma sequência de kizami e Gyaku – Parte 5
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	✓ Reunião Pedagógica – Google Meet Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando o Mae Geri – Parte 6
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	✓ Entrega de Material impresso “apostila” – Tarde – E.M Alindo dos Santos Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando uma sequência de Mae Geri e Kizami – Parte 7
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	✓ Entrega de Material impresso “apostila” – Manhã e Tarde – E.M Paul Percy Harris. Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando uma sequência de Hanmi e Mae Geri – Parte 8

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	✓ Reunião Pedagógica – Google Meet
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando o Mawashi Jodan – Parte 9
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de Kizami Hanmi em kihon
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando o Kizami Hanmi – Parte 10
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando o Hanmi e Kizami Hanmi – Parte 11

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de alvo usando o Hanmi e Yoko Geri – Parte 12
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Explicando sobre sabaki, angulação e recuada



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

QUARTA-FEIRA 18/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de kihon usando Kizami, Gyaku, recuada Gyaku
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	✓ Entrega de Material impresso “apostila” – Manhã e Tarde – E.M Paul Percy Harris.
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	✓ Entrega de Material impresso “apostila” – Manhã –ECO - Escola de Competências"Deputado Roberto Rollemberg" Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de Kihon usando o kizami, Gyaku sabaki kizami

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos

Oficina: Karatê - Dô

Semana de: 23/11 à 27/11/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de Kihon usando o Kizami, Gyaku angula aplicando o Mawashi Chudan
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de Ashi Barai com a perna da Frente
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de Kihon usando o Hanmi e Ashi Barai
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação. • Treinamento de Ashi Barai com a perna de traz
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

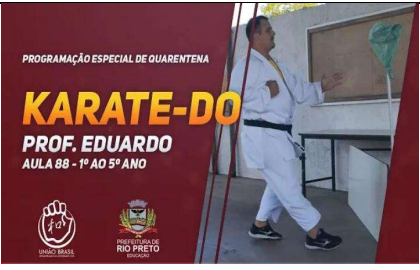
Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Karatê - Dô		Carga horária mensal: 64 horas	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº86: (nome da aula) Treinamento de alvo usando uma sequência de kizami e Gyaku – Parte 5.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/ls7T5Fvk6_8	
		Youtube	Visualização: 6
		Facebook	Visualização: 26
		Facebook	Visualização: 24
		Instagram	Visualização: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 67		TOTAL DE CURTIDAS: 20	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

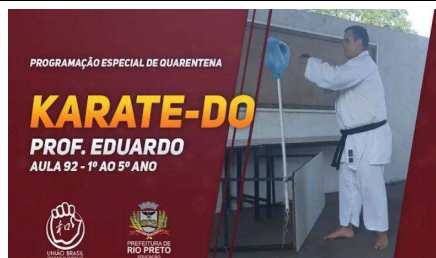
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº87: (nome da aula) Treinamento de alvo usando o Mae Geri – Parte 6.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/n_ANCh7QXFo	
	Youtube	Visualização: 5
	Facebook	Visualização: 25
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 25
	Instagram	Visualização: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 60		TOTAL DE CURTIDAS: 22
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº88: (nome da aula) Treinamento de alvo usando uma sequência de Mae Geri e Kizami – Parte 7.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/cPM06k8LM2M	
	Youtube	Visualização: 6
	Facebook	Visualização: 29
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 29
	Instagram	Visualização: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 71		TOTAL DE CURTIDAS: 22
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº89: (nome da aula) Treinamento de alvo usando uma sequência de Hanmi e Mae Geri – Parte 8.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/u_BeCaE8t6Q	
	Youtube	Visualização: 6
	Facebook	Visualização: 22
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 22
	Instagram	Visualização: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 22
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº90: (nome da aula) Treinamento de alvo usando o Mawashi Jodan – Parte 9.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/741M-yagE2Y	
	Youtube	Visualização: 5
	Facebook	Visualização: 20
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 20
	Instagram	Visualização: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 51		TOTAL DE CURTIDAS: 19
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº91: (nome da aula) Treinamento de Kizami Hanmi em Kihon.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Link do vídeo: https://youtu.be/1TxTlwbFOI0		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida: 4
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 28	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 28	Curtida: 2
	Instagram	Visualização: 3	7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 64		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº92: (nome da aula) Treinamento de alvo usando o Kizami Hanmi – Parte 10.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/3WRbBw9Sg7Q		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida: 4
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 27	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 27	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 4	7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 63		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº93: (nome da aula) Treinamento de alvo usando o Hanmi e Kizami Hanmi – Parte 11.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/vvCbClpa2Mc		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida: 4
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 19	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 19	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 1	7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº94: (nome da aula) Treinamento de alvo usando o Hanmi e Yoko Geri – Parte 12.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/tYU-3OsFPIg		
	Youtube	Visualização: 6	Curtida: 4
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 17	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 17	Curtida: 1
	Instagram	Visualização: 3_	8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 21	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº95: (nome da aula) Explicando sobre sabaki, angulação e recuada.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/h7lgnt6v7kc		
		Youtube	Visualização: 7	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 6	8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		TOTAL DE CURTIDAS: 23		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº96: (nome da aula) Treinamento de kihon usando Kizami, Gyaku recua Gyaku.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/owy-gr5ENf0		
		Youtube	Visualização: 6	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 15	Curtida: 2
		Instagram	Visualização: 5	8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 19		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº97: (nome da aula) Treinamento de Kihon usando o kizami, Gyaku sabaki kizami.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/TQsJX7uc8rs		
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 25	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 25	Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 8	8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 63		TOTAL DE CURTIDAS: 20		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº98: (nome da aula) Treinamento de Kihon usando o Kizami, Gyaku angula aplicando o Mawashi chudan.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/VWFslJ9kCJk		
		Youtube	Visualização: 6	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 17	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 17	Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 8	8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 48		TOTAL DE CURTIDAS: 21		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº99: (nome da aula) Treinamento de Ashi Barai com a perna da Frente.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/7ZLrhb8w2lw	
	Youtube	Visualização: 7 Curtida: 4
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 23 Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 23 Curtida: 1
	Instagram	Visualização: 11 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 64		TOTAL DE CURTIDAS: 20
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº100: (nome da aula) Treinamento de Kihon usando o Hanmi e Ashi Barai.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/dTS7jZuTF18	
	Youtube	Visualização: 11 Curtida: 5
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 28 Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 28 Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 7 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 74		TOTAL DE CURTIDAS: 24
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº101: (nome da aula) Treinamento de Ashi Barai com a perna de trás.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/gHBbJL3yGLk	
	Youtube	Visualização: 10 Curtida: 5
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 55 Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 55 Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 9 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 129		TOTAL DE CURTIDAS: 26
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 950		
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 341		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 5/11 - ARLINDO



DIA: 6/11 - PAUL



DIA: 19/11 – PAUL





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

DIA: 20/11 - ECO





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop “Danças Urbanas”	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/2020 87 – Breaking – Coreografia Top Rock I 88 – Breaking – Coreografia Top Rock II 89 – Breaking – Coreografia Top Rock III 90 – Breaking – Coreografia Top Rock IV	Plano de aula 3º semana de: 09/11 à 13/11/2020 91 - Top Rock & Música I 92 - Top Rock & Música II 93 - Top Rock & Música III 94 - Top Rock & Música IV
Plano de aula 2º semana de: 16/11 à 20/11/2020 95 - Top Rock e Música - Dupla I 96 – Top Rock E Música - Dupla II 97 – Slow Motion I 98 – Slow Motion II	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 37/11/2020 99 – Danças Sociais Popping + Bônus 100 – Passinho 101 – Danças Sociais Breaking 102 – Danças Sociais Locking

PLANO DE AULA 1

TEMA: Breaking – Coreografia Top Rock I	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Dar suporte aos alunos referente ao estilo (movimento) Top Rock, para que eles se desenvolvam e evoluam juntamente com o professor através da atenção nos passos uma vez que os mesmos são realizados sem o som.	
OBJETIVO GERAL: Verificar o desenvolvimento das crianças quando os passos são realizados sem som. Isto faz com que eles prestem mais atenção nos ensinamentos e colocações de pés, pernas, giros de quadril, deslocamento e lateralidade.	
PROCEDIMENTOS: Levantamento do roteiro a ser utilizado na gravação do vídeo. Verificação do local, estrutura, som, limpeza, higienização, água, toalha, pen drive, músicas selecionadas mesmo que a aula tenha sido gravada sem sua utilização.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Apresentação do professor no local diferenciado. Anexo Santa Clara, escola Regina Mallouk. Breve sugestão de como será desenvolvido a vídeo aula. Inicia-se o ensinamento dos passos básicos coreografados do Top Rock.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://conscienceofbreaking.wordpress.com/page/8/	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Breaking – Coreografia Top Rock II	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Após os ensinamentos de compreensão dos estilos de Top Rock, a ideia é orientar os alunos como é simples criar uma coreografia de dança através dos passos utilizados nas vídeos aulas anteriores. Tais como: Top Rock de frente, trás, lateral e frontal.	
OBJETIVO GERAL: Criar oportunidades de liberdade quando eles forem dançar nas festas de familiares, amigos, escolas ou até mesmo em eventos de Hip Hop, onde acontecem a maior concentração de adeptos desta modalidade artística urbana, ocorrendo após a liberação do isolamento social devido ao novo Covid-19.	
PROCEDIMENTOS: Verificação do espaço (limpeza, higienização), idealização do roteiro da aula remota, rádio, pen drive, energia 127wts, toalha, água e ensaio da coreografia a ser utilizada.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTEIRO VÍDEOAULA:Breve abertura da vídeo aula parabenizando os alunos por eles estarem praticando todas as aulas e modalidades culturais, esportivas e recreativas da União Brasil. Continuação da coreografia Top Rock I.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://sites.google.com/site/freestylemovebreakdanceopen/home/historia-e-curiosidades>

PLANO DE AULA 3

TEMA:Breaking – Coreografia Top Rock III

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA:Oportunizar a vivência na Dança Breaking através de suas variáveis formas de se dançar. Seja ela no Top Rock, Foot Work, Power Moves ou Freezes. Nesta ocasião destaco o Top Rock como forma coreográfica para que futuramente os alunos possam utilizar em seus momentos de descontração nas Cypher (rodas) de Breaking.

OBJETIVO GERAL:Caracterizar o estilo, este ‘passo’ ou ‘movimento’ como fator principal da apresentação do dançarino (aluno) em suas performances, onde muitas vezes são utilizados em mostras de artes, festas de fim de ano ou encontros artísticos escolares (caça talentos).

PROCEDIMENTOS:Criação, ensaio e memorização dos passos a serem utilizados na aula. Levantamento do roteiro e suas particularidades. Preocupação em deixar o ambiente limpo, higienizado, com o rádio portátil próximo ao professor, pen drive e todas as play lists (pasta de música) para a prática da aula apenas como preparação já que a aula é sem som.

ROTEIRO VÍDEOAULA:O professor inicia a aula com seu ‘grito de guerra’, “Eu falo Hip Hop, você responde show, Hip Hop Show! Continuação dos ensinamentos passo a passo da coreografia Top Rock II. Desta forma o aluno consegue ir memorizando a coreografia juntamente com o professor e em breve ambos irão utilizar nas aulas presenciais ou até mesmo em apresentações nas escolas.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://escolaartedanca.com.br/dancas-urbanas-street-dance-ou-danca-de-rua>

PLANO DE AULA 4

TEMA:Breaking – Coreografia Top Rock IV

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA:Compreender e aplicar as diferenciações de passos que juntos formam a coreografia como um todo. Estilo original e criativo. Top Rock IV. Memorização e desenvolvimento em parceria com o professor. Onde, juntamente com o aluno, ele se conecta artisticamente fazendo com que a energia e a liberdade da dança encham seu interior com coisas boas e puras.

OBJETIVO GERAL:Formar uma geração de apaixonados pela dança e seus feitos e efeitos. A arte como forma de resgate cultural e a prática como forma de exercícios físicos estimulando assim a formação completa do organismo. Top Rock e suas diferentes formas de se dançar. Estimulando o aluno a estar sempre preparado para o hoje e atual dança de rua.

PROCEDIMENTOS:Após idealização do roteiro, coreografia e figurino, a verificação do espaço é um fator importantíssimo para a gravação da vídeo aula devido à profundidade em que a câmera capta. Desta forma a limpeza e a higienização serão uma das principais preocupações do professor.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Abertura da vídeo aula com breve palavras do professor orientando e agradecendo os alunos por cada realização das aulas. Apresentando o graffiti art na parede de fundo. Explicando um pouco do beat Box (som com a boca). Iniciação dos passos da vídeo aula sem som para que os alunos memorizem cada detalhe.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://pt.wikihow.com/Dan%C3%A7ar-Break>



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 5

TEMA: Top Rock & Música I	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade nos trabalhos anteriores realizados em vídeo aula. Encaixando os passos coreográficos ao beat (batida) da música. Com ritmo acentuado e bem batido. Expressar com garra cada passo ensinado pelo professor.	
OBJETIVO GERAL: Priorizar o Top Rock como ferramenta essencial do B.boy ou B.girl (garoto ou garota que dançam Breaking). Desta forma ambos vão trabalhando como dançar corretamente em festas, encontros e apresentações.	
PROCEDIMENTOS: Radio, pen drive, toalha, garrafa d'água, espaço amplo, roteiro em mãos, posicionamento do tripé, posicionamento a câmera, limpeza do local, higienização e melhor horário para iniciar a gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Som ambientando a aula e compondo o contexto da cultura Hip Hop com o graffiti art ao fundo. Breve apresentação do professor. Iniciação da pratica da aula. Relembrando os passo ensinados anteriormente sem som.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.nsctotal.com.br/noticias/hip-hop-floripa-o-breaking-e-a-danca-que-caracteriza-o-movimento	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Top Rock & Música II	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Promover uma aula divertida e diferenciada das demais modalidades artísticas sugerindo aos alunos que busquem praticar as aulas de forma descontraída não importando muito com as técnicas dos passos, mesmo porque o foco não é este e sim expressarem apenas suas alegrias em conexão com o ritmo.	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que os alunos saibam diferenciar um som do outro e que os mesmos estejam sempre preparados para colocarem em pratica tudo que foi ensina nesta vídeo aula. Que o tempo não os distanciem da arte e muito menos daquilo que é bom.	
PROCEDIMENTOS: Elaboração do roteiro completo da vídeo aula. Ensaio geral para memorização dos passos. Levantamento do radio, pen drive, seleção das músicas, limpeza do ambiente e melhor buscar o melhor enquadramento do professor na câmera.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: O professor inicia a aula mega agitado. Com som rolando ao fundo e grito de guerra “eu falo Hip Hop, você responde, show, Hip Hop? Showww!! Iniciação dos passos encaixando ao som sugerido pelo professor.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://charliefelix.wordpress.com/2011/09/12/507/	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Top Rock & Música III	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Acrescentar uma maior quantidade de estilos e formas de se realizar um Top Rock. Mesclar as diversidades ao som utilizado incluindo giros, gestos e movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Buscar variedades aos movimentos e formas do Top Rock, sendo assim, os alunos estarão se desenvolvendo de forma criativa, levando em considerações tópicos diferenciados referente ao tema em que se pede.	
PROCEDIMENTOS: Elaborar o roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos da aula Top Rock em execução. Após isto, diagnosticar o espaço ideal para a execução da aula, tais como:	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ambientização adequada, som exclusivo ao estilo de dança e a forma correta de apresentação dos passos do professor.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve iniciação do professor juntamente com os alunos, orientando para que eles continuem se cuidando de forma correta para que nenhuma eventualidade as quais estamos passando venha nos parar.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.dancaderua.com/fundamentos/toprock/passos-de-break-dance-top-rock>

PLANO DE AULA 8

TEMA: Top Rock & Música IV	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Compreender os valores que foram impostos em cada passo do Top Rock. Expressar o ritmo de acordo com os passos relacionados e suas diversas variáveis de praticidades. O aluno irá desmistificar os problemas e mitos caso ocorra dentro de cada um.	
OBJETIVO GERAL: Oportunizar cada criança a se desenvolverem individualmente utilizando a música e a dança como ferramenta principal deste estilo de dança.	
PROCEDIMENTOS: Mapeamento do espaço. Limpeza do local. Roteiro bem desenvolvido e trabalhado de acordo com a proposta sugerida. Posicionamento do smartphone para melhor captação da imagem ampliada com todo o espaço.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Grito de guerra com o professor. O som inicia de forma correta e sem preconceitos. Iniciação das aulas e popping, lembrando os passos e toda sua interpretação.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://brainly.com.br/tarefa/24515302	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Top Rock Dupla I	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Idealizar trabalhos em duplas entre irmãos e ou familiares. Desta forma, os conceitos acabam se unificando em um mesmo ambiente. Trazendo de certa forma movimentos coreográficos em duplas e supostamente em equipe.	
OBJETIVO GERAL: Utilizar a dança como mecanismo de aproximação das crianças, jovens e adultos. Criação dos passos e movimentos juntamente com o professor e sua convidada especial, B.girl Lua Dadalte.	
PROCEDIMENTOS: Radio portátil, pen drive, toalha, garrafa d'água, espaço amplo, roteiro textual, posicionamento do celular para captação das imagens, esperar o melhor momento para iniciar o trabalho juntamente com o tempo necessário para finalização.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Eii, Wow. Ei. Wow (grito de guerra). E assim vamos seguindo no foco e n missão. Para que a palavra de Deus seja nosso referencial.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: http://www.autobahn.com.br/estilos/break.html	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Top Rock Dupla II	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade no trabalho coreográfico iniciado anteriormente. Encaixando a música e sua técnica. Passo a passo a coreografia ganhando forma juntamente com os professores Bad e Lua.	
OBJETIVO GERAL: Fixar a coreografia com as crianças para que elas trabalhem com seus irmãos e familiares. Ensaando várias vezes até que ambos consigam memorizá-las e praticá-las. Desta forma,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

a dupla irá se sentir mais a vontade para se apresentarem em festas e encontros familiares.

PROCEDIMENTOS: Garrafa d'água, rádio com acesso a Bluetooth, pen drive, AM, FM com bateria recarregável, toalha, figurino adequado ao estilo musical apresentado, piso para a prática da dança, tripé, celular com filmagem em Full Hd e espaço suficiente para a gravação e apresentação da aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Cumprimentado a Bgirl Lua, e com suas afirmações dos passos, sejam elas de certa forma bem forte o suave.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.douradosagora.com.br/noticias/entretenimento/break-de-dourados-agita-o-rio>

PLANO DE AULA 11

TEMA: Slow Motion I	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade das aulas de Popping técnica Slow Motion. A Dança desperta o interesse do aluno porque além de desenvolver os aspectos físicos, mentais e emocionais dos indivíduos, potencializa a concepção de grupo.	
OBJETIVO GERAL: Acreditar no poder que a dança exerce sobre o ser humano, entendemos que de certa forma não basta ficarmos apenas no papel em sala de aula e sim dar continuidade no compromisso de transformá-la em vivência prática. Dançar é uma experiência transformadora e muito boa.	
PROCEDIMENTOS: Idealização do roteiro do professor, idealização da ordem de apresentação da aula, concentração no período todo da vídeoaula, explicação de fácil entendimento buscando a facilidade de aprendizagem do aluno com esta arte.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura do vídeo com o professor dizendo que logo logo tudo isso irá passar. E que a aula será muito gratificante com diversas formas de slow motion, sejam elas bem prazerosas ou não.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Popping	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Slow Motion II	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Partilhar a continuidade e inclusão do vídeo anterior em um clima de cooperação e respeito. É uma dança que pode ser praticada em todas as idades, sem restrições, podendo levar para longos anos, porque pode ser vivenciada em qualquer tempo, em qualquer lugar sem contar que serão vivenciados por longas datas.	
OBJETIVO GERAL: Ampliar de certa forma a consciência individual e grupal estimulando o ritmo e proporcionar momentos que de forma indireta envolvam os sentimentos e entendimentos dos alunos das redes municipais.	
PROCEDIMENTOS: Idealizar a vídeo aula sugerida pelo professor com roteiro da realização dos passos do Slow Motion com início, meio e fim. Buscando transmitir esta aula em um ambiente adequado que conecte o aluno ao 'mundo do Hip Hop' salientando suas origens e desenvolvimentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Continuação da vídeo aula com vídeo do professor dizendo que logo logo tudo isso irá passar. E que a aula será muito gratificante com diversas formas de slow motion, sejam elas bem prazerosas ou não.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Popping	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 13

TEMA: Danças Sociais Popping + Bônus	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Trabalhar as diversidades das danças em sua total abrangência, fazendo com que o aluno não precisa ter vergonha devido ao preconceito, alguns alunos se exercitam por prazer, gerando com isso um complicado problema para o professor resolver.	
OBJETIVO GERAL: Proporcionar a vivência em Danças Sociais e suas Simbologias como forma de estimular o aluno para a prática da dança e com isso promover a interação social, sendo ela por meio de vídeo aula ou presenciais como antes ocorriam nas escolas.	
PROCEDIMENTOS: Elaborar conceitualmente o roteiro, as formas de apresentação, posicionamento do professor frente da câmera, centralização do vídeo, a colocação do rádio e da garrafa de água. O horário ideal para realizar a gravação. Após ter ensaiado passo a passo a vídeo aula, chega o momento da gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Video inicial com rádio e o professor desenvolvem a aula com toda animação perguntando como estão as crianças. Ele faz um breve relato da aula atual. Popping. Passos a passo o prof vai se agitando às conexões sugeridas anteriormente.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://wp.ufpel.edu.br/danca/files/2018/08/TCC-David-Fevii-2018-Finalizado.pdf	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Passinho	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: A integração está expressa em seus praticantes. Dos anos 80 e 90 aos tempos atuais. Portanto, vemos no Passinho um ótimo instrumento de socialização e inclusão a ser desenvolvido nas aulas de Hip Hop 'Danças Urbanas', permitindo ao aluno uma nova visão com outro conceito sobre a dança.	
OBJETIVO GERAL: Esta modalidade temática urbana e didática é uma mescla de ações com muita prática, com a finalidade de promover a dança no espaço familiar como um conteúdo que pode ser levado a efeito para o resto da vida e que vai se refletir na conservação da saúde corporal e mental.	
PROCEDIMENTOS: Feito e levantamento do roteiro, a idealização do local, limpeza, higienização, espaço adequado, som ambiente para não atrapalhar a fala do professor. Agora é só posicionar corretamente o tripé com a câmera e iniciar a gravação da vídeo aula imaginando que os alunos estão ali presencialmente assistindo a aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve apresentação da aula direcionando aos passos a serem utilizados nos dias atuais. Flash back é o som que se destacam nas vídeos aulas.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/arleteaw/dan%C3%A7as-passinhos/	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Danças Sociais Breaking	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Oportunizar o momento. É na movimentação dos passos de Breaking que a transformação acontece. Não precisamos saber passos e nem ter ritmo desenvolvido. Enquanto tudo acontece, dançamos sem percebermos, o movimento dos passos nos leva a aprender os movimentos, desenvolver o ritmo e a noção de espaço e o tempo.	
OBJETIVO GERAL: Elaborar e proporcionar atividades de descontração e interação social, para que os alunos percebam a possibilidade de movimentarem-se ao som da música, com igualdade de expressão referente aos estilos e passos do Breaking.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PROCEDIMENTOS: Pesquisa elaborada dia após dia, buscando o resultado satisfatório. Iniciando com os anos passos originais do Top Rock. Roteiro idealizado de forma intensa dos estilos que saíram dos subúrbios de Nova York para o mundo. Limpando o local a ser gravado a vídeo aula para melhor visualização do vídeo.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Ao som de Arrested Development o professor se desenvolve batendo palmas de acordo com o ritmo. Diversas são as formas de se realizar uma dança social sem ao menos sair de casa.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://projetos.globo.com/redbull-infograficos/breakdance>

PLANO DE AULA 16

TEMA: Danças Sociais Locking	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Os movimentos do Funk Style Locking despertam os sentimentos de sermos uma parte importante do movimento do corpo, o que nos torna mais capazes e confiantes. Desta forma, experimentamos a maravilhosa sensação que o movimento associado à música pode provocar em nossos sentimentos.	
OBJETIVO GERAL: Estimular o despertar e a criatividade aprendendo a considerar diferentes passos relacionados ao tema da aula sugerido pelo professor proporcionando momentos que de forma indireta envolvam os sentimentos e entendimentos dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Ambientização do espaço, seleção da música, rádio com bateria 100% carregada, idealização e montagem do roteiro da vídeo aula. Pensar no horário, no enquadramento, na postura do professor e principalmente no seu preenchimento de espaço durante a gravação	
ROTEIRO VÍDEOAULA: O rádio é fator principal desta atividade. Com seus gritos de guerra, “eu falo hip hop vocês respondem show. Hip Hop.. Show!!!! Dando continuidade, inicia-se a aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://memoria.ebc.com.br/cultura/2016/05/conhece-o-locking-aprenda-os-passos-desta-danca-com-filipi-ursao	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 02/11 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	Planejamento e gravação das vídeoaulas Nº87 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE UM e Nº 88 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE DOIS.
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	Reunião pedagógica on line.
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	Entrega presencial das apostilas impressas no núcleo Santa Clara (8h às 16h).
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	Elaboração e gravações da vídeoaulas Nº89 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE TRES e Nº 90 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE QUATRO.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	Reunião pedagógica on line.
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Montagem e gravação das vídeoaulas Nº91 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE UM & MUSICA e 92 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE DOIS & MUSICA.
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	Idealização e gravação das vídeo aulas Nº93 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE TRES & MUSICA e 94 COREOGRAFIA TOP ROCK - PARTE QUATRO & MUSICA.
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	Planejamento e gravação da vídeoaula Nº95 COREO DUPLA TOP ROCK 01.
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	Divulgação das aulas remotas nas plataformas da União Brasil e Projeto Compartilhar.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	Montagem e gravação da vídeoaula Nº97 SLOW MOTION I e Nº 98 SLOW MOTION II.
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	Elaboração e gravação da vídeoaula Nº 96 COREO DUPLA TOP ROCK 02.
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	Buscativa com os pais do Santa Clara das 13h às 16h.
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	Entrega presencial das apostilas impressas no núcleo Santa Clara (12h às 16h).
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	Divulgação das aulas remotas nas plataformas da União Brasil e Projeto Compartilhar.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 23/11 à 27/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	Planejamento e gravação da vídeoaula Nº99 DANÇAS SOCIAIS POPPING "Bônus".
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	Elaboração e gravação da vídeoaula Nº 100 PASSINHO.
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	Idealização e gravação da vídeoaula Nº101 DANÇAS SOCIAIS BREAKING.
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	Montagem e gravação da vídeoaula Nº 102 DANÇAS SOCIAIS LOCKING.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

SEXTA-FEIRA 27/11/2020	Divulgação das aulas remotas nas plataformas da União Brasil e Projeto Compartilhar.
---	--

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 30/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 30/11/2020	Divulgação das aulas remotas nas plataformas da União Brasil e Projeto Compartilhar.

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Hip Hop Dança Urbanas		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: Breaking Coreografia Top Rock I	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XBLmjAmyQnw	
		Youtube	Visualização: 24
		Facebook	Visualização: 32
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 21
		Instagram	Visualização: 14
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 91		TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: Breaking Coreografia Top Rock II	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=EZ6inC2rbos	
		Youtube	Visualização: 20
		Facebook	Visualização: 28
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 21
		Instagram	Visualização: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 77		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Breaking Coreografia Top Rock III	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mYpBicqECYQ	
		Youtube	Visualização: 20
		Facebook	Visualização: 33
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 29
		Instagram	Visualização: 08



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 90		TOTAL DE CURTIDAS: 29	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 90: Breaking Coreografia Top Rock IV	
	Link	do	
	vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=iAPIJqQsRlc	
	Youtube	Visualização: 25	Curtida: 07
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 50	Curtida: 05
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 26	Curtida: 08
Instagram		Visualização: 04	Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 105		TOTAL DE CURTIDAS: 30	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 91: Top Rock & Música I	
	Link	do	
	vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=WfplGRVOecM	
	Youtube	Visualização: 13	Curtida: 05
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 29	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 30	Curtida: 07
Instagram		Visualização: 13	Curtida: 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 85		TOTAL DE CURTIDAS: 32	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 92: Top Rock & Música II	
	Link	do	
	vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=RJB8Ed7oT_E	
	Youtube	Visualização: 11	Curtida: 05
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 67	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 68	Curtida: 05
Instagram		Visualização: 14	Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 160		TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 93: Top Rock & Música III	
	Link	do	
	vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=eQIW6Ssn5dg	
	Youtube	Visualização: 10	Curtida: 04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 28	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 29	Curtida: 06
Instagram		Visualização: 08	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 75		TOTAL DE CURTIDAS: 28	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 94: Top Rock & Música IV		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=oR83L4LLCoA		
		Youtube	Visualização: 09	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 31	Curtida: 09
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 32	Curtida: 08
		Instagram	Visualização: 22	Curtida: 15
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 94		TOTAL DE CURTIDAS: 36		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 95: Top Rock em Dupla B.girl Lua I		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=5hOmwnBPnYs		
		Youtube	Visualização: 08	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 59	Curtida: 09
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 60	Curtida: 09
		Instagram	Visualização: 12	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 139		TOTAL DE CURTIDAS: 31		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 96: Top Rock em Dupla B.girl Lua II		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=DBXpdFgrwRE		
		Youtube	Visualização: 08	Curtida: 05
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 45	Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 48	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 06	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 107		TOTAL DE CURTIDAS: 29		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 97: Slow Motion Parte I		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ELU9MTmaOy8		
		Youtube	Visualização: 12	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 35	Curtida: 09
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 33	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 14	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 94		TOTAL DE CURTIDAS: 31		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 98:Slow Motion Parte II	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=azy7a9vW8v8		
	Youtube	Visualização: 07	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 25	Curtida:09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 26	Curtida:07
	Instagram	Visualização: 15	Curtida:11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 73		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 99:Danças Sociais Popping	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=aV4u0HtEeBk		
	Youtube	Visualização: 22	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 52	Curtida:10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 54	Curtida:08
	Instagram	Visualização: 07	Curtida:09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 135		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 100:Danças Sociais Passinho	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=621NZRJ6nk4		
	Youtube	Visualização: 10	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 45	Curtida:11
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 46	Curtida:06
	Instagram	Visualização: 12	Curtida:09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 113		TOTAL DE CURTIDAS: 30	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 101:Danças Sociais Breaking	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=lysy_aPnKs		
	Youtube	Visualização: 08	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 46	Curtida:09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 47	Curtida:05
	Instagram	Visualização: 10	Curtida:09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 111		TOTAL DE CURTIDAS: 27	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 102: Danças Sociais Funk Style		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PY7GgsWR1kg		
		Youtube	Visualização: 11	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 44	Curtida: 06
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 46	Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 10	Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 111		TOTAL DE CURTIDAS: 26		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 1.660				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 472				

RETORNO DOS ALUNOS

Maria Clara T 3



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

Ações desenvolvidas pelo instrutor Emerson Bad

**DIA: 05/11 – ENTRADA DAS APOSTILAS IMPRESSAS
ESCOLA REGINA MALLOUK ANEXO SANTA CLARA – 8H ÀS 16H**

Rebeca e Nicole T 3



Matheus T 3

Rafael T 3



Lara T 3

Nicole T 3





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07



David T 2



Washington T 4



**DIA: 19/11 – ENTRADA DAS APOSTILAS IMPRESSAS
ESCOLA REGINA MALLOUK ANEXO SANTA CLARA – 8H ÀS 16H**



**DIA: 18/11
BUSCA ATIVA COM OS PAIS – 13H ÀS 16H – ECO SANTO ANTONIO**





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RELATÓRIO MENSAL

(REFERÊNCIA- SETEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019

PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES

Coordenador Científico: João Eduardo Remaeh

Carga horária semanal: 20 horas

Eu, Prof. MSc. João Eduardo Remaeh, RG 10545375-4, Coordenador Científico do Complexo Integrado de Educação, Ciência e Cultura “Dr. Aziz Ab’ Saber” - CIECC, venho por meio deste relatar as atividades desenvolvidas no mês de novembro, em detrimento as suspensões das atividades normais, dado a pandemia do Novo Corona Vírus, que se abateu em nosso município e país; assim, segue:

- > Acompanhamento e direcionamento dos jardineiros em seus trabalhos.
- > Verificação dos experimentos do laboratório de Química;
- > Conserto da maçaneta da porta de acesso ao saguão do planetário;
- > **Verificação das cercas (alambrados) do perímetro do CIECC;**
- > Limpeza dos microscópios do laboratório de Biologia.
- > Verificação da máquina do planetário, ajuste do foco e limpeza de suas lentes.
- > Limpeza do telescópio principal da cúpula de observação.
- > Verificação dos telescópios que se encontram no terraço do observatório número 2.
- > Limpeza do jogo de lentes do telescópio em exposição do saguão do planetário.
- > Organização dos computadores da mostra do saguão do planetário.
- > Limpeza de lentes da máquina de projeção do planetário.
- > Testes de funcionamento mecânico e elétrico dos microscópios.
- > Verificação de janela quebrada do banheiro do CEDET.
- > Verificação do funcionamento da máquina do planetário.
- > Limpeza das lentes da máquina do planetário.
- > Limpeza de oculares dos telescópios.
- > Acompanhamento dos trabalhos da equipe de jardinagem da Ambient All.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Rap / Hip Hop	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/2020	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 20/11/2020
• Projetando Rimas, elaboração + reflexão I • Projetando Rimas, elaboração + reflexão II • Projetando Rimas, elaboração + reflexão III • Projetando Rimas, elaboração + reflexão IV	• Projetando Rimas, elaboração + reflexão IX • Projetando Rimas, elaboração + reflexão X • Projetando Rimas, elaboração + reflexão XI • Projetando Rimas, elaboração + reflexão XII
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 13/11/2020	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 27/11/2020
• Projetando Rimas, elaboração + reflexão V • Projetando Rimas, elaboração + reflexão VI • Projetando Rimas, elaboração + reflexão VII • Projetando Rimas, elaboração + reflexão VIII	• Projetando Rimas, elaboração + reflexão XIII • Projetando Rimas, elaboração + reflexão XIV • Projetando Rimas, elaboração + reflexão XV • Projetando Rimas, elaboração + reflexão XVI

PLANO DE AULA 1

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão I	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: demonstrar por meio das palavras o que cada aluno (a) deve aprender referente aos novos conceitos.	
OBJETIVO GERAL: elaboração de rimas e reflexão conjunta com as crianças do Projeto.	
PROCEDIMENTOS: papel, caneta e materiais que a criança tem em casa.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Hoje vamos iniciar a elaboração de uma música nova, e vamos falar sobre o Projeto e a escola, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na primeira rima podemos começar assim: “Eu pensei, refleti, lembrei e vim aqui cantar... mostrar, falar da saudade que eu tenho de estar”. Muito bom... na próxima aula continuaremos, abraço e até a próxima...	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Textos referentes a saudade.	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão II	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: demonstrar por meio das palavras o que cada aluno (a) deve aprender referente aos	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

novos conceitos.
OBJETIVO GERAL: provocar uma reflexão sobre o valor e a importância do projeto e da escola. como era legal, natural...fundamental para o meu crescimento pessoal”
PROCEDIMENTOS: papel, caneta,
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima podemos refletir: “Na escola, no projeto junto com as amigadas...e também com os professores(a) fazendo as atividades”. Muito bom, continuaremos na próxima aula, valeu.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Uma escola encantada – Saskia Brígido

PLANO DE AULA 3

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão III	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: demonstrar por meio das palavras o que cada aluno (a) deve aprender referente aos novos conceitos.	
OBJETIVO GERAL: levar ao educando a valorizar a escola e as consequências de sua falta.	
PROCEDIMENTOS: reflexões através de palavras soltas	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Vamos dar continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima: “Todo dia se divertindo e aprendendo com amor...mas nem todo mundo dava o devido valor”. Vão Memorizando, ok.... continuaremos na próxima aula, abraço valeu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Nossa Escola criança feliz – Marcos Antonio Lavagnini	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão IV	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: demonstrar o quanto se faz necessário trabalhar os conteúdos em vídeo e aulas online e mostrar a diferença entre o (a) aluno (a) estar presente fisicamente e quando ele não se faz presente na escola.	
OBJETIVO GERAL: Refletir sobre a necessidade de se ter manter os cuidados para com a saúde e ver as consequências da pandemia e do Coronavírus.	
PROCEDIMENTOS: materiais do educando (papéis, canetas)	
ROTEIRO DE AULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima: “Aí chegou esse tal de CORONA vírus... querendo nos deixar na LONA caídos”. É isso aí...vamos continuar na próxima aula. Fiquem com Deus.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Malala – a menina que queria ir para a escola. Adriana Carranca	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 5

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão V	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: faz- se urgente pensarmos sobre o ambiente online e a falta que a escola faz na vida do educando.	
OBJETIVO GERAL: Refletir sobre a questão da doença, do impedimento de ir à escola.	
PROCEDIMENTOS: aula dinâmica através das rimas criadas no “momento”.	
ROTEIRO DE AULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima: “Fomos impedidos de continuar...a escola e o projeto tiveram que parar, fechar”. Vamos refletir, e ir Memorizando ok. Abraço e até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Malala – a menina que queria ir para a escola. Adriana Carranca	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão VI	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: faz- se urgente pensarmos sobre o ambiente online e a falta que a escola faz na vida do educando.	
OBJETIVO GERAL: apontar a necessidade das crianças ter um cuidados e a valorização dos pais. Apresentando que os pais precisam trabalhar mas necessitam de apoio de outras pessoas para cuidar das crianças.	
PROCEDIMENTOS: Papéis e lápis coloridos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima: “E agora para os pais irem trabalhar...não tenho com quem deixar, aonde eu vou ficar?”. Continuaremos... até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão VII	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: faz- se urgente pensarmos sobre o ambiente online e a falta que a escola faz na vida do educando e valorizar a escola, os amiguinhos e os profissionais que por lá trabalham.	
OBJETIVO GERAL: Levar as crianças a se adaptarem a nova situação presenciada devido a pandemia e aprender a lidar com a saudade.	
PROCEDIMENTOS: aula reflexiva apontando a palavra saudade como temática principal.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima: “Se adaptar, se virar em instantes... vixi mó saudade de como tudo era antes”. Boa reflexão, abraço galera e até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 8

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão VIII	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: faz- se urgente pensarmos sobre o ambiente online e a falta que a escola faz na vida do educando e valorizar a escola, os amiguinhos e os profissionais que por lá trabalham.	
OBJETIVO GERAL: Chamar a atenção sobre a necessidade de se viver “ a vida presente”.	
PROCEDIMENTOS: Refletir sobre as palavras e rimas “ao vivo”.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas. E agora chegamos na parte do Refrão, e diante das rimas que já construímos podemos fazer essa afirmação no REFRÃO: – “Todo dia nós temos que aprender... todo dia nós temos que fazer valer”. Continuaremos na próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão IX	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: faz- se urgente pensarmos sobre o ambiente online e a falta que a escola faz na vida do educando e valorizar a escola, os amiguinhos e os profissionais que por lá trabalham.	
OBJETIVO GERAL: Valorização e investimento da pessoa e de todo e qualquer ser humano.	
PROCEDIMENTOS: Reflexões soltas com palavras e rimas “ao vivo”.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas. E agora chegamos na parte do Refrão, e diante das rimas que já construímos podemos fazer essa afirmação no REFRÃO – “As oportunidades que temos pra viver...então valorize e faça acontecer, então se analise, invista em você”. Vamos Memorizando e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão X	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA:	
OBJETIVO GERAL: mostrar tudo o que é feito em sala de aula, relembrar os momentos bons guardados na memória	
PROCEDIMENTOS: palavras e rimas soltas.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima que vai compor a segunda parte da música podemos colocar: “Eu lembro muito bem de como a gente CHEGAVA... a gente corria, se divertia e BRINCAVA”. Vão ensaiando, memorizando... se cuidem e até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 11

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão XI	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: dar importância e significado do aluno ajudar a preparar a sua “própria aula”, lembrando o quanto os professores exercem um papel fundamental ao aluno (a).	
OBJETIVO GERAL: dar continuidade a temática abordada na aula anterior.	
PROCEDIMENTOS: palavras, rimas soltas fazendo a criança e/ou adolescente a confeccionar suas próprias palavras e rimas.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima: “CONVERSAVA ali no pátio antes de bater o sinal...depois ENTRAVA pra aula num clima sensacional”. Muito bom, estamos no caminho...continuaremos na próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão XII	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: dar importância e significado do aluno ajudar a preparar a sua “própria aula”, lembrando o quanto os professores exercem um papel fundamental ao aluno (a).	
OBJETIVO GERAL: Provocar um reflexão e mostrar que nem todo dia estamos 100%, porém não podemos desistir	
PROCEDIMENTOS: Papel, Caneta e rádio Boombox	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima vamos deixar claro que nem todo dia estamos 100%, porém não podemos desistir. Vamos continuar essa reflexão na próxima aula. Abraços, se cuidem....	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão XIII	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: dar importância e significado do aluno ajudar a preparar a sua “própria aula” fazer com que cada criança relembre os bons momentos vividos. Trabalhando indiretamente com todos os sentimentos despertados nessa pandemia.	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que o aluno (a) construa seus próprios conhecimentos.	
PROCEDIMENTOS: aprender a resolver os conflitos existentes e referentes a falta que a escola faz.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima continuaremos a reflexão sobre a vida, que é uma roda gigante, temos altos e baixos e temos que aprender a lidar com isso. Não desista. Avante! Até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 14

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão XIV	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: dar importância e significado do aluno ajudar a preparar a sua “própria aula” fazer com que cada criança lembre os bons momentos vividos. Trabalhando indiretamente com todos os sentimentos despertados nessa pandemia.	
OBJETIVO GERAL: refletir sobre os momentos vivenciados trabalhando os sentimentos de cada pessoa.	
PROCEDIMENTOS: a metodologia utilizada será o uso da voz, pensamento-ação e reflexões.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima ressaltamos a importância de enxergarmos as "coisas boas" que temos pra fazer. Continuaremos na próxima aula galerinha, valeu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O clube secreto - Hugo Fabrício de Medeiros	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão XV	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: fazer o (a) aluno (a) valorizar a vida, seu entorno, os amigos e as escolas.	
OBJETIVO GERAL: apresentar novas rimas e suas construções. Motivando cada aluno (a) a confeccionarem suas próprias rimas.	
PROCEDIMENTOS: a metodologia utilizada se baseará na construção e inovação através das rimas.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima ainda refletindo sobre os altos e baixos que a vida nos Proporciona, e como lidar com tudo isso e saber enxergar o lado positivo. Até a próxima aula galerinha.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O clube secreto - Hugo Fabrício de Medeiros	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Projetando Rimas, elaboração + reflexão XVI	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: apresentar novas rimas e suas construções. Motivando cada aluno (a) a confeccionarem suas próprias rimas.	
OBJETIVO GERAL: apresentar uma reflexão sobre a necessidade do bem aprender.	
PROCEDIMENTOS: a metodologia utilizada serão as rimas e as palavras apresentadas de forma lenta.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, pois vejo muita gente falando que tem saudades e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima refletindo sobre o leque de opções que temos no projeto e na escola. Que possamos valorizar. Vão ensaiando, Memorizando, e continuaremos nas próximas aulas. Fiquem com Deus, se cuidem...	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O clube secreto - Hugo Fabrício de Medeiros	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Rap / Hip Hop	Semana de: 02/11 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão I"
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet às 9:00 horas "Projetando Rimas, elaboração + reflexão II"
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão III" Entrega das Apostilas na Escola Paul Percy - Período Tarde
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão IV"

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Rap / Hip Hop	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet às 9:00 horas
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão V"
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão VI"
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão VII"
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão VIII"

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Rap / Hip Hop	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão IX"
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão X"
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão XI"
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão XII" Entrega das Apostilas na Escola Paul Percy - Período Tarde



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Rap / Hip Hop	Semana de: 23/11 à 27/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão XIII"
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão XIV"
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão XV"
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	"Projetando Rimas, elaboração + reflexão XVI"

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

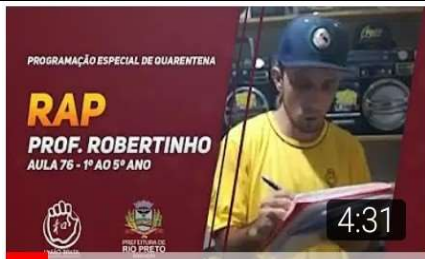
Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Rap / Hip Hop		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 72: "Projetando Rimas I"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/sDCcO9Gdkyl	
Youtube		Visualização: 10	Curtida: 4
Facebook UNIÃO BRASIL		Visualização: 7	Curtida: 9
Facebook PROJETO COMPARTILHAR		Visualização: 8	Curtida: 5
Instagram		Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 73: "Projetando Rimas II"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/EOiGvFn8ORc	
Youtube		Visualização: 10	Curtida: 5
Facebook UNIÃO BRASIL		Visualização: 7	Curtida: 6
Facebook PROJETO COMPARTILHAR		Visualização: 9	Curtida: 6
Instagram		Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 74: "Projetando Rimas III"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/A42Pk6YVsOg	
Youtube		Visualização: 11	Curtida: 5
Facebook UNIÃO BRASIL		Visualização: 4	Curtida: 6
Facebook PROJETO		Visualização: 5	Curtida: 5



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

		COMPARTILHAR		
		Instagram	Visualização: 14	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34			TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 75: "Projetando Rimas IV"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/EpSsKzl5ghA		
		Youtube	Visualização: 9	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33			TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 76: "Projetando Rimas V"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/Zg2juQvS3Pg		
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20			TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 77: "Projetando Rimas VI"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/-4m_ezeoUOE		
		Youtube	Visualização: 6	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18			TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 78: "Projetando Rimas VII"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/N5926Ls_kLQ		
		Youtube	Visualização: 6	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23			TOTAL DE CURTIDAS: 14	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 79: "Projetando Rimas VIII"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/sN8Ms0TUgg8	
		Youtube	Visualização: 5 Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6 Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 4 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 80: "Projetando Rimas IX"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/BetCVUi7OSo	
		Youtube	Visualização: 5 Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 5 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 81: "Projetando Rimas X"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/dDhS9T4_dZM	
		Youtube	Visualização: 4 Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 5 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 82: "Projetando Rimas XI"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/-Ju36IO-sRI	
		Youtube	Visualização: 5 Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 7 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 83: "Projetando Rimas XII"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/eolxQnsBOWk	
		Youtube	Visualização: 6 Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6 Curtida: 5
		Facebook PROJETO	Visualização: 6 Curtida: 6



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

		COMPARTILHAR		
		Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21			TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 84: "Projetando Rimas XIII"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/VE-QNWTrclY		
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23			TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 85: "Projetando Rimas XIV"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/pNUMMpBJM40		
		Youtube	Visualização: 7	Curtida: 5
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20			TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: "Projetando Rimas XV"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/LUgZ9_7XrCw		
		Youtube	Visualização: 4	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23			TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: "Projetando Rimas XVI"		
		Link do vídeo: https://youtu.be/okwxo_ruuFQ		
		Youtube	Visualização: 6	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19			TOTAL DE CURTIDAS: 16	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 374				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 249				



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RETORNO DOS ALUNOS

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 05/11/20



DIA: 20/11/20





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Luana Cardosos dos Santos	
Oficina: Karatê-do	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 03/11 à 06/11/2020 - Kihon de kata - Kihon de Nekoashi - Kihon de Kokutsu - Kumite com escada de agilidade	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 19/11/2020 - Treinamento de kumite - Kumite com cones - Kihon de kata - Revisão kihon kata dai ichi
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 12/11/2020 - Fortalecimento - Revisão kihon kata nijyu go - Kihon de kata - Treinamento de kumite	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 26/11/2020 - Alongamento - Kihon de kata - Treinamento de chutes - Treinamento de yoko gueri

PLANO DE AULA 1

TEMA: Kihon de Kata	Turma: 1º, 2º e 3º ano.
JUSTIFICATIVA: Aprimorar a técnica de combinação de soco com o chute.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é trabalhar as técnicas zuki e gueri. Melhorando a coordenação motora do aluno principalmente, pois os movimentos exigem trocas de braço e perna simultaneamente e em uma mesma contagem.	
PROCEDIMENTOS: A aula foi planejada através dos movimentos que utilizamos no kata e em conhecimentos adquiridos através dos treinamentos com o kyoshi Ubiratan de Souza Lima.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Vamos para uma aula de karatê? Eu sou a sensei Luana e espero que gostem da nossa aula. Hoje faremos a base zenkutsu e acrescentar um movimento que irá dificultar um pouco, acrescentaremos o chute. Avança a perna esquerda na frente, fazendo a zenkutsu e a defesa guedan barai com o braço. Mão para trás e agora faremos o maegueri que é o chute reto, caindo com o pé na frente. Estica bem a perna! Muito bem! Kamai. É muito importante durante o movimento manter a mesma altura. Agora, vamos acrescentar o movimento de braço, o guiaku zuki. Vamos fazer o mawate também, a virada com a perna que esta atrás. Kamai. Vamos acrescentar mais um movimento, ao todo serão três, maegueri, guiaku e oizuki. Vamos lá! Um chute e dois ataques na sequência. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Kihon de Nekoashi	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Aprimorar a base nekoashi.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é trabalhar a base nekoashi de maneira diferente, com movimentos que junto a ela aumentam o grau de dificuldade, como o equilíbrio e a coordenação	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

motora.

PROCEDIMENTOS: Foi planejado através dos movimentos que utilizamos no kata. O vídeo foi gravado com movimentos bem explicativos e de forma mais lenta, para facilitar na aprendizagem do aluno.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, galera! Todo mundo bem? Eu sou a sensei Luana e estou aqui para mais uma aula de karatê, preparados? Na nossa aula de hoje vamos treinar a base nekoashi, o pé da frente fica erguido e o pé de trás inteiro no chão. O quadril fica para trás, como se fosse sentar em um banco. A perna que suporta o maior peso é a de trás, já a da frente é para o equilíbrio e a estabilidade. Mão para trás e vamos avançar somente com a base. Kamai. Já relembramos a base, agora faremos a nekoashi e em seguida um chute, maegueri (chute reto) com a perna que está livre de peso, ou seja, a perna da frente. Muito bem! O mawate dessa base nós fazemos com a perna que esta na frente. Agora, vamos acrescentar um movimento de braço, o oizuki seguido de maegueri. Mawate! Kiai no chute. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Esse foi nosso kihon de hoje, espero que tenham gostado. Até a próxima aula!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 3

TEMA: Kihon de Kokutsu

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Realizar a base kokutsu de diferentes formas.

OBJETIVO GERAL: O Objetivo principal é melhorar o deslocamento na base kokutsu.

PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento passado pelo Kyoshi Ubiratan. As variações dos golpes são feitas pelo Sensei no seu planejamento mensal mediante seu conhecimento e treinamento individual.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que sim! Vamos para o nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai. Agora, vamos fazer a base kokutsu dachi. Nela colocamos o peso na perna que está atrás. Kamai. Avança colocando a perna na frente e fazendo a base kokutsu, os pés ficam virados para a mesma direção, uma perna fica dobrada e a outra esticada. Certo? E junto com ela faremos o movimento de guedan barai. Façam bem forte! Não se esqueçam de puxar bem o rikite (puxada do golpe). Vamos acrescentar o kiai, que é o grito do karatê. Vamos agora continuar na mesma base, porém agora faremos avançando. A posição das mãos é a defesa yoko uke. Gira o corpo para frente, cruza as mãos e avança no movimento. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Pessoal, treine bastante a kokutsu, ela é uma base que não costumamos fazer com frequência. Osu! Até a próxima aula!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 4

TEMA: Kumite com escada de agilidade

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Trabalhar a saída do golpe seguido de um ataque.

OBJETIVO GERAL: Aprimorar as técnicas de saída de golpe e fazer com que após a saída o aluno pense nas possibilidades diferentes de ataque.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PROCEDIMENTOS: Nessa aula utilizamos a escada de agilidade como uma forma diferente e eficaz no ensino dos movimentos propostos.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Na nossa aula de hoje, como vocês já perceberam vamos utilizar a escada de agilidade. Quem não tiver uma escada dessas, pode confeccionar com fita crepe ou até mesmo utilizar as riscas do piso para realizar os movimentos. Um pé vai ficar dentro do quadradinho da escada e o outro fora e nós vamos realizar a saída do golpe, em posição de luta com a movimentação e vai sair para trás. Vamos voltar fazendo a mesma coisa, porém com o outro lado. Faremos agora também na base um recuo e em seguida um ataque de kizame zuki (soco com a mão da frente). Vamos começar devagar! Recua com velocidade e volta atacando. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora, no último movimento vamos sair do quadradinho e fazer um chute, kizame mawashi com a perna que está na frente (chute circular). Troca o lado! Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Essa foi nossa aula de hoje, espero que tenham gostado! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan)

PLANO DE AULA 5

TEMA: Fortalecimento	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Melhorar o condicionamento físico dos alunos	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a força muscular dos alunos, além da coordenação motora e agilidade.	
PROCEDIMENTOS: Nessa aula utilizamos a escada de agilidade como uma forma diferente e eficaz no ensino dos movimentos propostos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Esperto que sim. Na aula de hoje também vamos utilizar a escada de agilidade. Lembram-se do vídeo passado? Quem não tiver a escada pode estar fazendo ela com uma fita ou até mesmo utilizar as riscas do chão. Então vamos fazer um fazer um fortalecimento, alguns exercícios para melhorar nosso condicionamento físico. Primeiro vamos começar com o pé dentro da escada avançando e elevando o joelho. Se quiser fazer mais vezes, pode fazer! Agora vamos fazer indo para o lado, o joelho também vai subir. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! No próximo vamos utilizar as mãos, em cada quadradinho desse vamos entrar e sair, andando para a lateral. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! E agora no último vamos trabalhar o salto, salta para frente pulando sempre um quadradinho. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Otagaini rei – resposta: Oss. Senseini rei – resposta: Arigato gozai mashita. Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Espero que tenham gostado da aula. Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=59crAiqwKTM	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Revisão kihon kata nijyu go	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Relembrar os movimentos do kata.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo é aprimorar as técnicas desse kata e principalmente relembrar a sequência já que todos os katas são muito importantes e não podem ser esquecidos.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana e espero que	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

gostem da aula! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu

Hoje vamos relembrar o kata kihon kata nijyu go. Kamai. Vamos falar o nome do kata, primeiro movimento é a defesa acima da cabeça (jodan age uke). Lembrando que tudo que faz de um lado, se repete do outro e o kata sempre começa com o lado direito. Próxima é a yoko uke, mão na altura do ombro. Agora a defesa de fora para dentro, uti uke. Desce a mão e faz a guedan barai, não se esqueçam de cruzar as defesas. Agora a defesa de mão aberto, o shuto uke. Cotovelada para cima, e depois para os lados. Vai abrir a perna e trocar a base, fazer a shiko dachi e dois socos para frente, em cada um deles tem o kiai. Desce a mão e agora o soco é para baixo. Sobe a base, volta para a rekodachi e faz o kamai na frente do corpo, primeiro vamos fazer o chute reto (maegeri) e em seguida o chute circular (mawashi). O ultimo movimento é um zuki, um pouco mais curto e também com kiai. Muito bem! Espero que tenham relembrado, treinem bastante! Oss! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha

PLANO DE AULA 7

TEMA: Kihon de kata	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Aprimorar a transição das bases shiko dachi e zenkutsu.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é melhorar a transição de uma base para outra, além de fortalecer membros inferiores devido à posição exigida nestas bases, principalmente na shiko dachi.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula foi planejada e aplicada com os conhecimentos que tenho nos kihons kata, e também nos katas pinans. Pois essa base é muito utilizada neles e para isso devem ser bem treinadas.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana e espero que gostem da aula! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Hoje iremos trabalhar a base shiko dachi, nessa base o peso é distribuído igualmente entre as duas pernas, fazendo com que o equilíbrio esteja no centro. Kamai. Vamos avançar e fazer a defesa guedan barai, a defesa vai junto com a perna para frente, vai intercalando as pernas. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos misturar a shikodachi a base zenkutsu, continuamos no movimento de defesa e gira a perna que está atrás, trocando a base e fazendo um guaku zuki. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Pessoal, estas são as técnicas de hoje, treinem bastante! Espero que tenham gostado. Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Treinamento de kumite	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Relembrar as defesas.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo principal dessa aula é melhorar a técnica de defesa e ataque na sequência dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Não foi utilizado nenhum tipo de material. A aula foi planejada através dos treinamentos passados pelo Kyoshi Ubiratan e através de vídeos de competições que utilizamos como	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

estudo.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana e espero que gostem da aula! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokuso, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai. Hoje vamos trabalhar a parte de defesa as mais básicas que utilizamos, porém não na modalidade de kata e sim kumite. Kamai te. Na primeira defesa vamos utilizar a mão da frente, imaginem que está vindo um ataque e a mão se desloca para o lado. Agora, vamos fazer a mesma defesa seguida do ataque guiaku zuki. A próxima defesa é pra defender um ataque chudan, é a guedan barai. Movimenta a mão para baixo e em seguida volta na guarda novamente. Vamos acrescentar mais um movimento, o guiaku zuki de novo. Defende o ataque e volta contra atacando. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem, pessoal! Essas foram nossas defesas, treinem bastante ai em casa. Espero que tenham gostado! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=tKrfJuQiTP4>; Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan).

PLANO DE AULA 9

TEMA: Treinamento de kumite	Turma: 1º, 2º e 3º ano.
JUSTIFICATIVA: Aprimorar as movimentações no kumite.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar e relembrar a movimentação que pode ser usada durante o shiai kumite.	
PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento passado pelo Kyoshi Ubiratan. Porém as variações dos golpes são feitas pelo Sensei no seu planejamento mensal. Através de seu conhecimento e treinamento individual.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, pessoal! Como estão? Espero que bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokuso, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai. Hoje trabalharemos o kumite (luta) mais especificamente a movimentação. Agora, ao invés de ficar parado vamos movimentar o corpo para frente e para trás, os pés vão juntos. Kamai. No próximo vamos angular, fazer uma saída para o lado. A perna que está na frente vai para trás e para o lado. Vamos somente fazer a troca de base, porém o mais rápido possível. Respira e descansa. Para terminar, vamos fazer dez agachamentos! Muito bem! Agora vamos fazer uma mistura da base de angulação com o chute reto (maegeri). Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Espero que vocês tenham gostado, trabalhem bastante essas movimentações. Oss! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Kumite com cones	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a lateralidade.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno melhore além da parte técnica do karatê-do, a sua lateralidade, reação e reflexo.	
PROCEDIMENTOS: Nessa aula utilizamos cones, porém os alunos p	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana e vamos para uma aula de karatê? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai. Como vocês estão vendo, hoje utilizaremos cones. Quem não tiver pode utilizar garrafas, chinelos o importante é fazer a aula. Para aquecer, vamos à lateral do cone e passar por cima deles, uma perna e depois a outra. Respira e descansa. Próximo treino será passar na frente e atrás dos cones. Agora, vamos trocar os cones de lugar e utilizar somente dois. Cada contagem vai virar de frente para o cone e realizar qualquer golpe que já aprendemos até hoje, qualquer soco ou chute. Kamai. Sobe a guarda e saltita. Tenta não repetir os golpes. Sequência com dois golpes é permitida também. Kamai. Muito bem, pessoal! Gostaram? Espero que sim! Oss! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=ZToDHUmJf6s>

PLANO DE AULA 11

TEMA: Kihon de kata	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Aprender técnicas diferentes.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar os movimentos do kata ananko para que os alunos já se familiarizem para posteriormente ensinar o kata completo.	
PROCEDIMENTOS: Nessa aula não houve utilização de materiais. Essa aula foi planejada através de treinamentos e estudos do vídeo do nosso mestre Soke Del Saito.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Como vocês estão? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai. Na aula de hoje faremos um kihon de kata, esses movimentos que iremos executar são do kata Ananko. O primeiro movimento é uma defesa que já realizamos antes, shuto uke com a base de zenkutsu dachi. O movimento é para a diagonal e sempre volta para o kamai. Agora vamos juntar os dois movimentos, fazer para os dois lados numa sequência só. Kamai. Respira um pouco e descansa. O próximo movimento será o yoko uke seguido de dois socos, porém neste vamos deslocar para o lado. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora, iremos recuar na base nekoashi realizando a mesma defesa o yoko uke e em seguida avançar na base zenkutsu fazendo um oi zuki. Muito bem, pessoal! Essa foi nossa aula de hoje, espero que tenham gostado! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Revisão kihon kata dai ichi	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Relembrar os movimentos e as técnicas do kata.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo é aprimorar as técnicas desse kata e principalmente relembrar a sequência já que todos os katas são muito importantes e não podem ser esquecidos.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, pessoal! Tudo bem com vocês? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

meditação. Mokusô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai. Na aula de hoje iremos revisar um kata que nós já aprendemos. Esse kata é o Kihon kata zenkutsu dachi dai ichi. Kamai. Vamos falar o nome do kata, depois o nawate. Kamai. Agora vamos fazer uma defesa para o lado esquerdo. Este kata possui somente dois movimentos diferentes de braço e um de perna. Defesa embaixo, e avança um soco. Vamos virar e andar para trás fazendo a defesa, em seguida avançar novamente o soco. Agora, iremos para frente fazendo uma defesa e depois três ataques com o kiai (grito) no último. Em seguida faremos a troca de direção movimentando a perna que esta atrás na base, avança um soco e depois recua girando para trás. Já viemos para frente com os movimentos, agora vamos retornar ao lugar com uma defesa e três ataques também. Feito isso, iremos trocar a direção novamente, gira com a perna que esta atrás fazendo um “X”. Avança um soco e faz a defesa, e repete a mesma coisa para o outro lado. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Espero que tenham gostado, até a próxima! Oss!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha

PLANO DE AULA 13

TEMA: Alongamento	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Melhorar a flexibilidade dos alunos.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo é preparar a musculatura e assim, evitam problemas musculares, articulares, tendinosos e circulatórios, além de favorecer a recuperação muscular dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Os alongamentos foram escolhidos e praticados antes, de forma com que alongasse os principais músculos utilizados no karatê e no dia a dia.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que sim! Na nossa aula de hoje vamos trabalhar o alongamento. E para começar vamos abrir um pouco as pernas, esticar os braços em cima e depois desce para um lado e para o outro. Agora, puxa a perna para trás e quem não conseguir pode se apoiar na parede. Vamos cruzar uma perna na frente da outra e levar as mãos em direção aos pés. Dobre uma perna e estique a outra, os dois pés estão apoiados completamente no chão e agora vamos levantar a ponta do pé que esta esticado. Abre bem a perna, e vamos alongar a parte lateral do corpo, segura na ponta dos pés. Perna de borboleta e movimenta para cima e para baixo, em seguida desce o corpo em direção aos pés. Estica as duas pernas e segura na ponta do pé, agora uma perna vai passar por cima da outra e puxa o joelho em direção ao peito. Cruza a perna, coloca o braço para trás e com o outro vamos puxar para alongar. Muito bem! Gira os ombros para trás, relaxa bem o corpo. Cruza os dedos e coloca atrás da nuca, soltando o peso dos braços para baixo. Levantou! Agora gira o quadril, duas vezes para cada lado. Lateral, estica bem o corpo! Coloca um pé para frente, e vai fazer o movimento de giro. Vai esticar o braço, e puxar para trás todos os dedos da mão. Espero que tenham gostado do nosso alongamento! Oss e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=e0smb6t_KQo	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Kihon de kata	Turma: 1º, 2º e 3º ano.
JUSTIFICATIVA: Novas formas de kihon são criadas, fazendo com que o aluno amplie seu conhecimento.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a transição de uma base para a outra, isso exige do aluno muita concentração.	
PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento já passado aos senseis	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

pelo Kyoshi Ubiratan e Soke Del Saito.

ROTEIRO VÍDEOAULA: E ai, pessoal! Como vocês estão? Vamos para o nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Hoje vamos fazer um kihon de kata, o primeiro movimento será um recuo com a base shikodachi e a shuto uke guedan (altura baixa) com as mãos. Sempre vamos fazer o movimento e voltar para o kamai. Não se esqueçam de que na shikodachi o peso é distribuído igualmente entre as duas pernas. Logo em seguida vamos puxar a perna que esta atrás e bater junto com ela com a mão que está atrás. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Respira e descansa. O próximo movimento será o tensho com a base em kokutsu dachi guedan barai, a perna que esta atrás vai para a base ranzenkutsu dachi. Kamai. Esse foi nosso kihon, espero que todos tenham gostado! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 15

TEMA: Treinamento de chutes

Turma: 1º, 2º e 3º ano.

JUSTIFICATIVA: Aprimorar diferentes técnicas de variados chutes.

OBJETIVO GERAL: Treinar e aprimorar os chutes mais utilizados em competições. Ensinar as variações para que cada um desenvolva suas habilidades específicas. Desenvolver equilíbrio e agilidade.

PROCEDIMENTOS: O planejamento da aula foi em cima de um vídeo de um campeonato.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Todo mundo bem? Espero que sim! Vamos para o nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Hoje vamos trabalhar o kihon de chute (geri). Perna esquerda na frente e vamos realizar o mawashi, que é o chute circular. Saltitando! Kamai! Muito bem! Agora vamos fazer o mawashi seguido de kizame maegeri, que é o chute reto com a perna da frente. Mawate! Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Nossa atividade de agora é levantar o joelho o máximo que conseguir, sem o deixar abaixar e saltar para frente, na posição de chutar. Kamai! Espero que tenham gostado da nossa aula! Oss e até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=A_bYvor6vLY

PLANO DE AULA 16

TEMA: Treinamento de yoko gueri

Turma: 4º e 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Melhorar a técnica do golpe yoko gueri.

OBJETIVO GERAL: O objetivo é fazer com que o aluno aprenda ou aprimore sua técnica de yoko gueri, melhorando também o equilíbrio, coordenação motora, força e resistência.

PROCEDIMENTOS: O movimento foi ensinado passo a passo, explicado qual é o ponto correto de força, a postura dos pés, joelho e quadril.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Como vocês estão? Espero que bem. Vamos para uma aula de karatê? Eu sou a sensei Luana e espero que gostem da aula. Bom, hoje faremos uma aula de kumite, mais especificamente de um chute chamado: Yoko gueri. Nós já o aprendemos nas aulas



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

anteriores, porém hoje vamos lembrar e treinar mais para que a técnica fique cada vez melhor. Esse chute é reto, o joelho sobe na altura chudan e nós vamos girar o corpo para o lado, mas a perna vai para frente de maneira retilínea. Um detalhe muito importante é que a força desse chute é na lateral ou como chamamos no karatê de “faca do pé”. Então se conseguirem, deixe o dedão para cima, para que isso os ajude a canalizar a força para o lugar certo. Vamos avançar fazendo o chute para lembrar. A maioria das pessoas confunde esse chute com o mawashi, porém o mawashi é circular e a parte que acertará o adversário é a parte de cima do pé, já o yoko é a parte lateral da sola. Não confundam! Kamai. Cumprimento marcial: Otagaini rei – resposta: Oss. Agora vamos fazer ele de outras formas, recuando e fazendo o chute com a perna que está na frente.

Por último, faremos a troca de base seguida do yoko gueri. A base será trocada no mesmo lugar. Cumprimento marcial: Otagaini rei – resposta: Oss. Obrigada pela aula. Oss! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=ZmE9J45Q2mw>

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos

Oficina: Karate - Do

Semana de: 03/11 à 06/11/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata”
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Kihon de Nekoashi” - Treinamento
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	- Entrega dos materiais impressos “Apostilas” – Escola Arlindo dos Santos - Gravação da aula “Kihon de Kokutsu”
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Kumite com escada de agilidade” - Edição das aulas da semana

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos

Oficina: Karate – Do

Semana de: 09/11 à 12/11/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Fortalecimento”
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Revisão kihon kata nijyu go”
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	- Gravação da aula “Kihon de kata” - Treinamento
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	- Gravação da aula “Treinamento de kumite” - Edição das aulas da semana - Treinamento



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

SEXTA-FEIRA _/_/_	
----------------------	--

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate – Do	Semana de: 16/11 à 19/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	- Gravação da aula “Treinamento de kumite” - Treinamento
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	- Busca Ativa – Núcleo Santa Clara - Treinamento - Gravação da aula “Kumite com cones”
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	- Gravação da aula “Kihon de kata”
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	- Gravação da aula “Revisão kihon kata dai ichi” - Entrega dos materiais impressos “Apostilas” – Núcleo Santa Clara - Edição das aulas da semana
SEXTA-FEIRA _/_/_	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate – Do	Semana de: 23/11 à 26/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Alongamento”
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata”
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	- Gravação da aula “Treinamento de chutes”
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	- Gravação da aula “Treinamento de yoko gueri” - Edição das aulas da semana
SEXTA-FEIRA _/_/_	

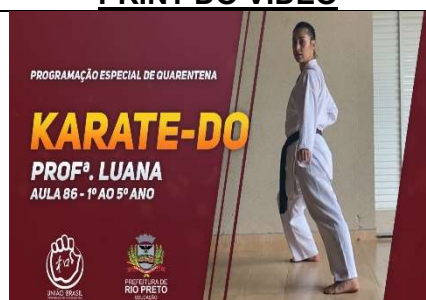


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Karatê-do		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 84: Kihon de kata	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Nuki-BolZiQ&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=84		
	Youtube	Visualização: 18	Curtida: 5
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 48		TOTAL DE CURTIDAS:22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 85: Kihon de nekoashi	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2v85pmJOHWQ&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=85		
	Youtube	Visualização: 24	Curtida: 5
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 18	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 56		TOTAL DE CURTIDAS:22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: Kihon de kokutsu	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ai3mchJ9Ws8&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=86		
	Youtube	Visualização: 15	Curtida: 5
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 15	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 46		TOTAL DE CURTIDAS:23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: Kumite com escada de agilidade	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=eH0K6mrTogM&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=87		
	Youtube	Visualização: 27	Curtida: 5
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 13	Curtida: 14



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 11	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 64		TOTAL DE CURTIDAS: 26	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: Fortalecimento	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=tgRpXmcPN08&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=88		
	Youtube	Visualização: 24	Curtida: 7
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 18	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 18	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 65		TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Revisão de kata	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=QUW_6dAwazl&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=89		
	Youtube	Visualização: 22	Curtida: 5
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14	Curtida: 11
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 14	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 57		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 90: Kihon de kata	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2c6dIQUghCM&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=90		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 9	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 91: Treinamento de kumite	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=bUD0TWx7QQ8&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=91	
		Youtube	Visualização: 8 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3 Curtida: 2
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 2 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 6	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 92: Treinamento de Kumite	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=l1FSlshjYc&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=92	
		Youtube	Visualização: 9 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2 Curtida: 1
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3 Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 4 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 6	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 93: Kumite com cones	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=dIQcH1sDWpg&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=93	
		Youtube	Visualização: 15 Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2 Curtida: 3
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 3 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 94: Kihon de kata	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HZON_dvRCBw&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=94	
		Youtube	Visualização: 9 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3 Curtida: 1
		Instagram	Visualização: 10 -



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 95: Revisão Kihon de kata dai ichi	
	Link	do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=kATzohNWQIY&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=95	
	Youtube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 2
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 96: Alongamento	
	Link	do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=bVn6iCfJXos&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=96	
	Youtube	Visualização: 16	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 1
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 97: Kihon de kata	
	Link	do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HIVHARblaqM&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=97	
	Youtube	Visualização: 14	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 98: Treinamento de chutes	
	Link	do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=3eZs197Sgaw&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=98	
	Youtube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 1
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 4	-



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Instagram	Visualização: 10	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:29		TOTAL DE CURTIDAS:6		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 99: Treinamento yoko geri		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=gkPnAG5Tpc&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=99		
		Youtube	Visualização: 13	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 3
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS:9		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 561				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 193				

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 05/11 – ENTREGA DE APOSTILAS





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

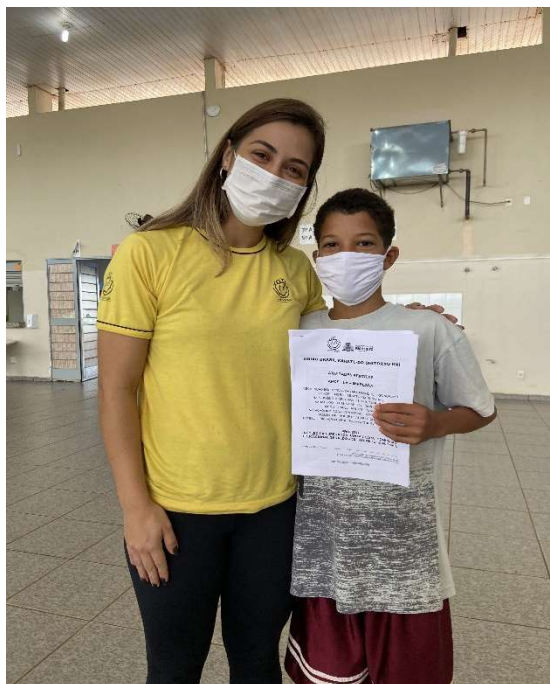
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

DIA: 17/11 – BUSCA ATIVA



DIA: 19/11 – ENTREGA DE APOSTILAS





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte Circense	Carga horária semanal: 12 horas.
Carga horária total: 48 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/2020 - Aula 61 Desafio da dama. - Aula 62 Conhecendo apoio de solo - Aula 63 Ensinando estrelinha parte 1.	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 20/11/2020 - Aula 67 Relembrando movimentos com swing poi. - Aula 68 Sequência de movimentos com swing poi parte 1. - Aula 69 Sequência de movimentos com swing poi parte 2.
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 13/11/2020 - Aula 64 Ensinando estrelinha parte 2. - Aula 65 Ensinando estrelinha parte 3. - Aula 66 Malabares com objetos comuns.	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 27/11/2020 - Aula 70 Sequência de movimentos com swing poi com música. - Aula 71 Continuação da sequência de movimentos com swing poi parte 1. - Aula 72 Continuação sequência de movimentos com swing poi parte 2.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Desafio da Dama.	Turma: 3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Que tal desafiar seus amigos e familiares com uma brincadeira bem fácil de fazer e muito divertida? Ensinar a fazer o desafio da dama.	
OBJETIVO GERAL: Você vai precisar apenas de uma folha sulfite, uma caneta ou lápis e 6 tampinhas de garrafas pet de cores diferentes e seguir as orientações do vídeo A respostapara o mistério do desafio da dama está nesse vídeo mais antes de ser revelado tente realizar o desafio. Agora escolha a sua “vítima”!	
PROCEDIMENTOS: Treinando as técnicas e as formas de executar o desafio, separando os matérias para realização da vídeo aula. Gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense e vamos dar continuidade aos nossos desafios espero que vocês estejam gostando e fazemos nossos desafios e mostrando esses desafios para os familiares de vocês. Para o nosso desafio de hoje vamos precisar, de uma folha vamos riscar essa folha com o jogo da velha, vou precisar de 6 tampinhas de garrafa pet. Em seguida explicação do nosso desafio, execução do desafio e em seguida revelação do nosso desafio. Esse e nosso desafio, agora treinem o desafio para depois vocês desafiar alguém. Mais vez espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=-4DEXy3P-AE acessado em 03/11/2020 https://www.youtube.com/watch?v=ET7tdpGuE6I acessado em 03/11/2020.	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Conhecendo apoio de solo.	Turma: 3º,4º e 5º anos.
--	--------------------------------



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

JUSTIFICATIVA: Trazer para os alunos e conhecimentos, sobre movimentos de solo usando seu próprio corpo e as possibilidade de movimentos que somos capazes de executar, respeitando nossos limites.

OBJETIVO GERAL: Através dessa atividade proposta, podemos trabalhar com os alunos as possibilidades de movimentos no solo que posso executar com nosso próprio corpo respeitando nossos limites: assim trabalhando força, concentração, noção de espaço e consciência corporal.

PROCEDIMENTOS: pesquisar os possíveis movimento que poderiam ser executados pelos alunos, treinamento dos movimentos e em seguida gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje na nossa atividade de hoje a gente vai trabalhar com apoios, apoios a gente usa não somente no circo mais em todas as atividades, dança, lutas etc. O que é apoio? Vamos trabalhar apoio médio e baixo. Explicação dos movimentos ensinados, execução dos movimentos propostos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, espero que tenham gostado da nossa atividade, jaja eu volta com mais atividades para vocês.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=31dMEDGU5To&list=PL0k4DHXoMJgkwy3bEkmP-a7HYsOqAv&index=158> acessado em 04/11/2020

PLANO DE AULA 3

TEMA:Ensinando Estrelinha parte 1

Turma: 3º, 4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: Dar uma estrelinha é um movimento básico de ginástica que fortalece a parte superior do corpo e ajuda a treinar para acrobacias mais avançadas.

OBJETIVO GERAL: Para aprender, primeiro é necessário encontrar um ambiente seguro para praticar, onde você possa colocar as mãos e os pés confortavelmente no chão, para dar impulso, sair do chão e cair da maneira certa. Assim trabalhando coordenação motora fina, flexibilidade, atenção, concentração, noção de espaço e trabalhando a parte do medo.

PROCEDIMENTOS: treinar e praticar os movimentos que serão ensinados, preparação do local de gravação, e gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje a gente vai fazer alguns exercícios para aprender a fazer nossa famosa estrelinha. Explicação dos exercícios, execução dos exercícios. Agora o professor precisa que vocês treinem esses movimentos, até perde o medo porque na próxima aula vou trazer mais movimentos que vai facilitar mais ainda nossa estrelinha. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://pt.wikihow.com/Dar-uma-Estrelinha> acessado em 05/11/2020.

PLANO DE AULA 4

TEMA:Ensinando estrelinha parte 2.

Turma: 3º, 4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: é um movimento básico de ginástica e também da arte circense que fortalece a parte superior do corpo e ajuda a treinar para acrobacias mais avançadas.

OBJETIVO GERAL: através dos exercícios propostos para atividade, ajudar e preparar os alunos para execução de forma correta da famosa estrelinha, com esses exercícios podemos melhorar a questão da força, agilidade, flexibilidade, a perda do medo, força, noção de espaço e consciência corporal.

PROCEDIMENTOS: treinamentos dos exercícios a ser executado, ensaios dos movimentos, preparação do local a ser executado a gravação da vídeoaula, vídeo teste e em seguida gravação.

ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

circense. E hoje vamos dar continuidade nos nossos exercícios para conseguir virar nossa estrelinha. Sei que muitos de vocês já fazem, sei que alguns fazem os movimentos corretos, e alguns a gente ainda precisa limpar os movimentos, e alguns ainda tem um pouco de medo. Explicação dos exercícios, execução dos exercícios propostos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <https://br.pinterest.com/pin/764626842967020266/#:~:text=Dar%20uma%20Estrelinha.-,Dar%20uma%20estrelinha%20%C3%A9%20um%20movimento%20b%C3%A1sico%20de%20gin%C3%A1stica%20que,treinar%20para%20acrobacias%20mais%20avan%C3%A7adas.> Acessado em 09/11/2020.
https://www.youtube.com/watch?v=khzSod_0u74 acessado em 09/11/2020.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Ensinando estrelinha parte 3	Turma: 3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Embora possa parecer algo impressionante, dar estrelas é, na verdade, um movimento de ginástica muito simples. Nossos corpos são adequados para executá-lo, o que faz com que aprendê-lo seja fácil para a maioria das pessoas.	
OBJETIVO GERAL: melhorar as técnicas da estrelinhas com movimentos mais complexos e assim conseguir realizar a estrelinha de forma segura e correta. Assim perdendo o medo melhorando a condenação motora a atenção, concentração e a consciência corporal.	
PROCEDIMENTOS: estudas formas de exercícios que ajudem os alunos a realizar a estrelinha, treinamento e vídeo teste e em seguida gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje vamos fazer o movimento da nossa estrelinha, aqui meu espaço e um pouco reduzido então por isso que eu fico com a perna uma pouco dobrada, mais da para fazer do mesmo jeito. O que a gente vai fazer hoje? Explicação do movimento completo da estrelinha, execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikihow.com/Superar-o-seu-Medo-de-dar-Estrelas acessado em 10/11/2020. https://www.youtube.com/watch?v=6q45thh8wdl acessado em 10/11/2020.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Malabares com objetos comuns.	Turma: 3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: é uma habilidade física, executada com destreza por um malabarista, que envolve a manipulação de objetos por diversão, entretenimento, arte ou esporte. A forma mais conhecida de malabarismo é o malabarismo de arremesso. O malabarismo pode consistir da manipulação de um ou mais objetos ao mesmo tempo, na maioria das vezes com uma ou ambas as mãos, embora também possam ser usados os pés	
OBJETIVO GERAL: traves para os alunos atreves de uma brincadeira de malabares, com objetos comuns que eles tenham em casa, assim com essa brincadeira vou estar trabalhando com eles, condenação motora, melhora nas técnicas de malabares, noção de espaço, criatividade, atenção e concentração.	
PROCEDIMENTOS: estudar os movimentos e separar os abjetos utilizados na aula, treinamento dos possíveis movimentos e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

arte circense. E hoje nossa atividade é. Brincar de malabares, tudo bem, vamos brincar de malabares com objetos comuns que vocês tenham em casa. Explicação das nossas atividades, execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Malabarismo> acessado em 11/11/2020.
<https://www.youtube.com/watch?v=eulDP3SbYZ0> acessado em 11/11/2020.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Relembrando movimentos com swing poi.	Turma: 3º, 4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: O Swing poi é um instrumento de malabarismo, muito utilizados por artistas de circo. Consta de uma corda, com uma bola no fim, terminado em fitas coloridas.	
OBJETIVO GERAL: relembrar os possíveis movimentos que já foram ensinados nas vídeos aula já passada anteriormente, assim os alunos vão lembrar os movimentos que vão ajudar para montar nossas próximas aulas. Trabalhando noção de espaço, ritmo, concentração, atenção.	
PROCEDIMENTOS: treinamento dos movimentos já ensinados, estudo de novos movimentos, vídeo teste, separação do material e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje vamos falar um pouco sobre swing poi. Vamos fazer alguns movimentos com ele, para quem ainda não tem o professor nos primeiros vídeos eu em sino a fazer. Explicação e relembrando os movimentos do swing poi. Execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Swing_poi acessado em 16/11/2020.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Sequência de movimentos com swing poi parte 1.	Turma: 3º, 4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: como os movimentos já ensinando ao longo das vídeos aulas já passado sobre swing poi, vamos montar uma sequência de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: traves os movimentos ensinados nas aulas de swing poi, uma coreografia com os movimentos já ensinados, assim melhorando as técnicas dos alunos, trabalhando atenção, concentração, ritmo, noção de espaço e tempo, coordenação motora e consciência corporal.	
PROCEDIMENTOS: estudo dos movimentos a ser passado, treinamento e separação dos matérias necessários para a realização da vídeo aula e em seguida gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje nos vamos dar sequência nos nossos movimentos de swing poi. Vão ser movimentos fáceis de fazer e também vou ensinar devagar para não ficar nenhuma dúvida. Explicação dos movimentos, inicio da sequência de movimentos, execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=S1hlqp4hVrg acessado em 18/11/2020. https://www.youtube.com/watch?v=pu2rdB0jhtl acessado em 18/11/2020.	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Sequência de movimentos com swing poi parte 2	Turma: 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: vamos dar continuidade dos movimentos de swing poi, assim aumentando a nossa sequência de movimentos e dificultando uma pouco mais para os alunos.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

OBJETIVO GERAL: continuidade dos movimentos com swing poi. Assim aumenta a sequência e melhorando nossa sequência, trabalhando as habilidades manuais, a memória, atenção concentração. Noção de espaço e tempo e melhorando a consciência corporal dos alunos.

PROCEDIMENTOS: ensaio dos novos movimentos, treinamento e vídeo teste para correção dos movimentos, separação do material utilizado na vídeo aula e em seguida gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: início do vídeos com os movimentos executados no vídeo anterior. Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. Lembra esses movimentos que dá aula passada, foram os movimentos que nos realizamos a aula anterior. Vou fazer mais uma vez e em seguida começamos os movimentos novos. Explicação dos novos movimentos, execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=sYAZbkegaMM> acessado em 19/11/2020.
<https://www.youtube.com/watch?v=syK3B2xN9Fk> acessado em 19/11/2020.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Sequência de movimentos com swing poi com música.

Turma: 3^o, 4^o e 5^o anos.

JUSTIFICATIVA: com a primeira parte dos nossos movimentos já feito e treinados, vamos colocar um pouco mais de dificuldade para nossos alunos acrescentando a nossa música.

OBJETIVO GERAL: agora com a primeira parte da sequência já memorizada e decorada vamos acrescentar a música. Assim vamos melhorar o ritmo dos alunos, a atenção, concentração, melhorando a memória dos alunos, noção de espaço e tempo.

PROCEDIMENTOS: escolher a música para a nossa sequência, ensaios os movimentos na música, vídeo teste para correção de movimentos errados e em seguida gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje vamos acrescentar a música nos nossos movimentos tudo bem? Vou soltar a música e vamos fazer os movimentos devagar. Execução dos movimentos de forma devagar em seguida vamos soltar a música e execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=0RkSy6EINIY> acessado em 23/11/2020.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Continuação da sequência de movimentos com swing poi.

Turma: 3^o, 4^o e 5^o anos.

JUSTIFICATIVA: com a primeira parte já montada vamos dar continuidade na nossa segunda parte da nossa sequência de movimentos com swing poi.

OBJETIVO GERAL: vamos aumentar a dificuldade dos movimentos assim melhorando as técnicas de swing poi dos alunos, corrigindo os movimentos que eles tenham mais dificuldade de executar: com isso vamos trabalhar coordenação motora fina, atenção, memória, noção de espaço e tempo.

PROCEDIMENTOS: estudar novas possibilidades de movimentos que possam ser utilizados na segunda parte da sequência, treinamento dos movimentos, separação dos materiais e gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje vamos dar continuidade na nossa segunda parte da sequência de movimentos com swing poi. Vai lá pega os swing de vocês para a gente começar. Explicação dos novos



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

movimentos, execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=WRxVqh7mGkU> acessado em 24/11/2020.

PLANO DE AULA 12

TEMA: Continuação da sequência de movimentos com swing poi. **Turma:** 3º, 4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: dando continuidade na segunda parte da sequência de movimentos com swing poi, assim finalizando nossa coreografia.

OBJETIVO GERAL: trabalhar a ultima parte da nossa sequência de movimentos de swing poi, assim terminando ela com movimentos em dois planos, e também trabalhando nossos apoio de solo, assim melhorando as técnicas corporais dos alunos, ajudando a memorizar nossa coreografia, melhorando noção de espaço e tempo, coordenação motora, atenção e memorização dos movimento já executados.

PROCEDIMENTOS: pesquisar novos movimentos, treinamento e ensaio das possibilidades de movimentos, vídeo teste e gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E vamos dar continuidade na nossa segunda parte da sequência de movimentos. Explicação dos movimentos e execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=zvtKGYnBSKM> acessado em 25/11/2020.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior

Oficina: Arte Circense

Semana de: 02/11/2020 a 06/11/2020

Carga horária semanal: 12 horas

Carga horária total: 48 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA
02/11/2020

FERIADO

TERÇA-FEIRA
03/11/2020

Separação dos materiais e treinamento em seguida gravação da vídeoaula
Desafio da dama.

QUARTA-FEIRA
04/11/2020

Reunião Pedagógica pela plataforma Google Meet
Gravação da vídeoaula Conhecendo apoio de solo.

QUINTA-FEIRA
05/11/2020

Gravação da vídeoaula Ensinando estrelinha parte 1.

SEXTA-FEIRA
06/11/2020

Entrega de material impressos (apostila) na Eco Santo Antônio. Horário (08:00 as 12:00)

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior

Oficina: Arte Circense

Semana de: 09/11/2020 a 13/11/2020

Carga horária semanal: 12 horas

Carga horária total: 48 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA
09/11/2020

Reunião pedagógica no Google Meet



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Gravação da vídeoaula Ensinando estrelinha parte 2.
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	Estudo e pesquisa, treinamento e gravação da vídeoaula Ensinando estrelinha parte 3
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	Gravação da vídeoaula Malabares com objetos comuns.
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte Circense	Semana de: 16/11/2020 a 20/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	Gravação da vídeoaula Relembrando movimentos com swing poi.
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	Gravação da vídeoaula Sequência de movimentos com swing poi parte 1.
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	Separação do matérias, preparação do cenário, treinamento de novos movimentos e teste para a gravação da vídeoaula. Em seguida gravação da vídeoaula Sequência de movimentos com swing poi parte 2.
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte Circense	Semana de: 23/11/2020 a 27/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	Treinamentos dos movimentos, e escolha da música preparando os matérias utilizados e gravação da vídeoaula Sequência de movimentos com swing poi com música.
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	Estudos e pesquisa de novos movimentos com swing poi, treinamento e ensaio para depois a gravação da vídeo aula Continuação da sequência de movimentos com swing poi parte 1.
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	Pesquisa de novos movimentos, treinamentos das técnicas necessárias para realização dos movimentos, ensaio e vídeo teste. Gravação da aula Continuação sequência de movimentos com swing poi parte 2.
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	

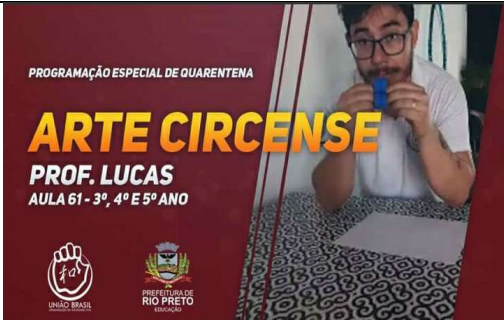


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior		Carga horária semanal: 12 horas	
Oficina: Arte Circense		Carga horária mensal: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 61 Desafio jogo de dama.	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=N8fE3ZRMylk&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2	
		Youtube	Visualização: 06
		Facebook	Visualização: 32
		UNIÃO BRASIL	Curtida: 04
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Curtida: 12
		Instagram	Visualização: 33
		Visualização: 06	Curtida: 06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 77		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 62 Conhecendo apoio de solo.	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=19ixaYICbek&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=62	
		Youtube	Visualização: 05
		Facebook	Visualização: 03
		UNIÃO BRASIL	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Curtida: 04
		Instagram	Visualização: 13
		Visualização: 09	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 63 Ensinando estrelinha - 1ª parte.	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=dxI9_Ujw73o&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=63	
		Youtube	Visualização: 05
		Facebook	Visualização: 03
		UNIÃO BRASIL	Curtida: 13
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 15
		Visualização: 09	Curtida: 06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 22	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64 Ensinando estrelinha - 2ª parte.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=0ZVy1lprL14&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=64		
	Youtube	Visualização: 04	Curtida: 03
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 07	Curtida: 12
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 08	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 08	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 65 Ensinando estrelinha - 3ª parte.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=iOszmNPojTE&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=65		
	Youtube	Visualização: 03	Curtida: 03
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15	Curtida: 16
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 16	Curtida: 05
	Instagram	Visualização: 06	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 24	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 66 Malabares com objetos comuns.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=-oK7GAH19Hw&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=66		
	Youtube	Visualização: 07	Curtida: 03
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15	Curtida: 15
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13	Curtida: 05
	Instagram 08	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 67 Relembrando Swing Poi.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6eYoLoWdZTQ&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=67		
	Youtube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 16	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 17	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 09	-



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 68 Movimentos Swing Poi 1.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=EYwwEmZcpM0&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=68		
	Youtube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 03	Curtida: 05
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 04	Curtida: 05
	Instagram	Visualização: 04	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 69 Movimentos Swing Poi 2.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=kudsiNNTpzo&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=69		
	Youtube	Visualização: 03	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	Curtida: 06
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 04	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 70 Swing Poi com música.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=y1BfVjzrQic&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=70		
	Youtube	Visualização: 04	Curtida: 03
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 09	Curtida: 06
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 05
	Instagram:	Visualização: 02	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 71 Sequência Swing Poi.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=J17ms-CHSUo&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=71		
	Youtube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12	Curtida: 03
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 05	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 12	



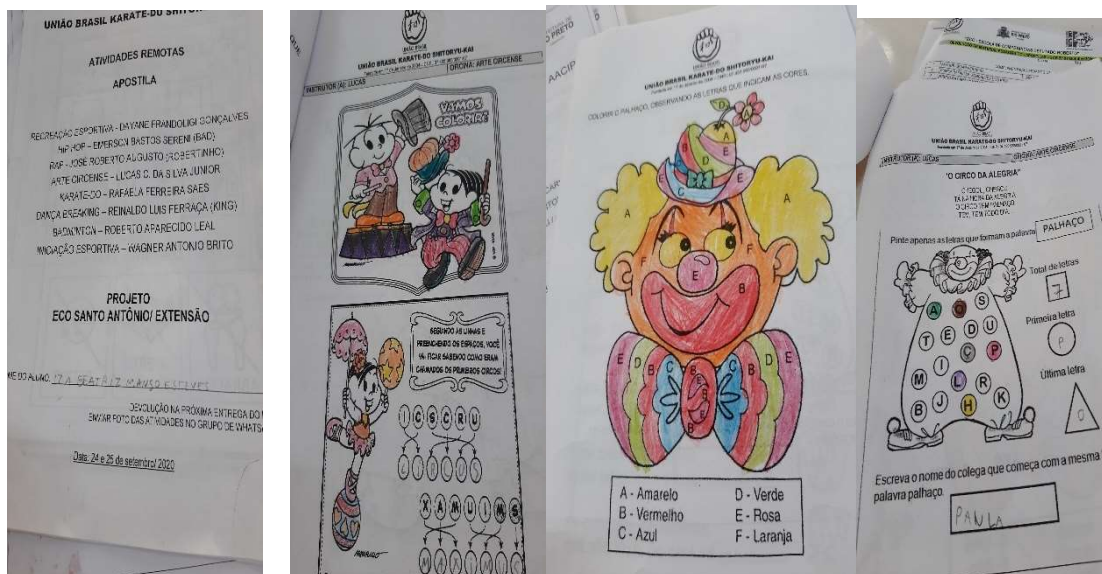
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 72 Continuação Swing Poi.	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=f6alPlehqW0&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=72	
		Youtube	Visualização: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05
		Instagram	Visualização: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		Curtida:02	
TOTAL DE CURTIDAS: 12		Curtida:04	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 423		Curtida:06	
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 219		-	

RETORNO DOS ALUNOS





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 06/11/2020





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioli	
Oficina: Jiu Jitsu	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/2020 - Movimentação de luta por cima - Circuito com entrada de queda - Circuito levantada técnica - Circuito reposição de guarda	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 20/11/2020 - Movimentação e saída do golpe armlock - Saída da posição montada e cem quilos - Circuito de amortecimento de queda - Circuito de amortecimento de queda 2
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 13/11/2020 - Circuito e movimentação de saída - Circuito de passagem de guarda - Movimentação sproul defesa de queda - Defesa de queda baiana	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 27/11/2020 - Circuito movimentação guarda aranha - Circuito para ganho na amplitude articular - Movimentação de raspagem - Movimentação de raspagem

PLANO DE AULA 1

TEMA: Movimentação de luta por cima	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Manter os alunos do projeto com atividades lúdicas e que estão ligadas ao jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: A aula foi voltada para o desenvolvimento das habilidades motoras como: Agilidade, coordenação motora, equilíbrio, flexibilidade e concentração. Além de também trabalhar o lado técnico do jiu jitsu	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e do roteiro da aula foi gravado a aula de circuito e movimentação de luta por cima.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos realizar um circuito de habilidades motoras e movimentação de luta por cima. Para realizar a aula vamos precisar de um volume, um travesseiro ou almofada para simular nosso oponente. Finalização da aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Circuito com entrada de queda	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Intuito de levar para os alunos do projeto atividade para realizar em casa, mantendo os ocupados fora das ruas.	
OBJETIVO GERAL: Objetivo da aula de circuito foi trabalhar o sistema cardiorrespiratório, habilidades motoras e também trabalhar a técnica de luta dos alunos desenvolvendo para aperfeiçoar o jiu jitsu.	
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro, ensaios, preparação do ambiente foi gravado a aula de circuito com entrada de queda, aula embasada no sistema de ensino gracie barra	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar um circuito com entrada de quedas, cada exercício vai ter 30	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

segundos de duração e vão ser dividido em 4 exercícios. Finalização da aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://online.graciebarra.com.br/start>

PLANO DE AULA 3

TEMA: circuito levantada técnica	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: levar uma atividade lúdica, com exercícios que trabalhe o corpo todo, levando para os alunos do projeto aula online	
OBJETIVO GERAL: Aulas em formato de circuito auxiliam na saúde física dos alunos trabalhando o sistema cardiorrespiratório e fortalecendo o corpo e também trabalhando técnicas de luta para o desenvolvimento do jiu jitsu	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação de ambiente e material utilizado foi gravado a aula de circuito com levantada técnica	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos dar continuidade as aulas de circuito e vamos trabalhar a levantada técnica com alguns exercícios educativos. Para aula de hoje vamos precisar da ajuda dos responsáveis ou alguém que esteja em casa. Os primeiros exercícios vão ser educativos até chega na posição de luta. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Circuito de reposição de guarda	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Intuito de levar para os alunos do projeto que estão em casa atividades lúdicas, recreativas que estão ligadas ao jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as valências físicas e motoras com o sistema de circuito monitorando o tempo e também trabalhar os aspectos técnicos.	
PROCEDIMENTOS: Após a realização do roteiro, planejamento do espaço e material foi gravada a aula de circuito de reposição de guarda.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar o circuito de reposição de guarda que vai desenvolver nossas habilidades de luta por baixo. Para aula de hoje vamos precisar de um responsável ou amigo para auxiliar na aula. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Movimentação e circuito de saída dos cem quilos	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Manter os alunos do projeto que estão em casa com atividades lúdicas e que estão ligadas ao jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica de luta dos alunos e propor uma atividade física que trabalhe as habilidades motoras e o sistema cardiorrespiratório	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação de ambiente e material utilizado foi gravado a aula de circuito com movimentação e saída dos cem quilos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos dar continuidade as aulas de circuito trabalhando a movimentação e sai	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

dos cem quilos. Para aula de hoje vamos precisar de uma cadeira e da ajuda dos responsáveis.
Finalização da aula

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://online.graciebarra.com.br/start>

PLANO DE AULA 6

TEMA: Movimentação de passagem de guarda	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar atividades para os alunos do projeto que estão em casa, atividades que façam os alunos interagirem com a família e que proporcione a evolução do jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a técnica de luta do aluno trabalhando movimentos específicos de passagem de guarda e também levar uma atividade física para as crianças realizarem em casa.	
PROCEDIMENTOS: Feita a preparação do ambiente, material e roteiro foi gravada a vídeo aula de movimentação de passagem de guarda	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar movimentações de passagem de guarda, muita concentração para realizar atividade, atento nos detalhes para não perder nada. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: referência bibliográfica do livro: Gurgel, Fabio, Brazilian Jiu Jitsu- manual pessoal do jiu jitsu, Rio de Janeiro RJ Axel Books do Brasil editora, 2007	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Defesa de queda sproul	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Intuito de levar atividade lúdica e divertida para os alunos do projeto que estão em casa.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as técnicas básicas de defesa de queda com a movimentação de sproul e também estimular as habilidades motoras com exercícios que trabalham: equilíbrio, coordenação motora, lateralidade, flexibilidade e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação de ambiente e material utilizado foi gravado a aula de defesa de quedas exercícios educativos sproul.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar as posições de defesa de queda com exercícios educativos da posição sproul. Para aula de hoje vamos precisar de um tapete ou edredom para reduzir o impacto e torna a atividade mais confortável. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Defesa de queda posição baiana	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos, aulas que trabalhem o jiu jitsu de uma maneira lúdica e fácil e também fazer as crianças interagirem com os responsáveis.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar uma das principais defesas de queda da luta, melhorando a técnica de luta além de melhorar as habilidades motoras como por exemplo: lateralidade, coordenação motora, flexibilidade e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Após a realização de ensaios, preparação de material foi gravada a aula de defesa de queda da posição baiana	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

aula, pessoal na aula de hoje vamos fazer a defesa da queda baiana utilizando o sproul movimento estudado na aula passada. Para aula de hoje vamos precisar do auxilio dos responsáveis para estar realizando a posição. Finalização da aula

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 9

TEMA: Movimentação e saída do golpe armlock	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa atividades ligadas ao jiu jitsu, aulas lúdicas e divertidas.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as posições de defesa de queda, ter uma base sólida de defesa é extremamente importante para o desenvolvimento no jiu jitsu. Além de trabalhar as habilidades motoras, concentração.	
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro, preparação de material e ambiente foi gravado a aula de defesa do golpe armlock, aula embasada nos conhecimentos adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar a defesa do golpe armlock, e mais importante que saber aplicar um golpe e saber se defender dele. Para aula de hoje vamos precisar do auxilio do responsável para realização da posição e também de um tapete ou edredom para reduzir o impacto. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Defesa da posição montada e cem quilos	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa atividades ligadas ao jiu jitsu, para se manterem ativos entretidos com coisas boas fora da rua.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as posições de defesa de queda, ter uma base sólida de defesa é extremamente importante para o desenvolvimento no jiu jitsu. Trabalhando também as habilidades motoras : lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, flexibilidade e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Após a realização do roteiro, feito ensaios, preparação do ambiente foi gravado a aula de defesa da posição montada e cem quilos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos dar continuidade nas posições de defesa trabalhando a defesa da posição montada e cem quilos, posições muito comum durante a luta por isso temos que estar afiado nessas defesas. Para aula de hoje vamos precisar do auxilio de um responsável. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Circuito de amortecimento de queda	Turma: 1º, 2º e 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar vídeo aulas com conteúdos divertidos e que estejam ligados ao jiu jitsu mantendo as crianças ocupadas com coisas boas e longe das ruas.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar os alunos a cair de maneira adequada já que o jiu jitsu tem quedas e o alunos precisa dominar esses movimentos para evitar lesões.	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios preparação do ambiente e material foi gravado a aula de circuito de	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

amortecimento de queda.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos voltar na movimentação de amortecimento de queda para fixar essas posições na cabeça para quando tomarmos uma queda não ocorrer nenhum tipo de lesão. Finalização da aula

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 12

TEMA:Circuito de amortecimento de queda 2

Turma:4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Levar para os alunos do projeto que estão em casa vídeo aulas que trabalhe o jiu jitsu de maneira lúdica e divertida.

OBJETIVO GERAL:Ensinar os alunos a cair de maneira adequada já que o jiu jitsu tem quedas e o alunos precisa dominar esses movimentos para evitar lesões.

PROCEDIMENTOS:Após ensaios preparação do ambiente e material foi gravado a aula de circuito de amortecimento de queda.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos voltar na movimentação de amortecimento de queda so que esses movimentos da aula de hoje são um pouco mais complexo exigindo mais do aluno então muita atenção na hora de executar o movimento. Finalização da aula

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 13

TEMA:Circuito da guarda aranha

Turma:1º a 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Intuito de levar para os alunos do projeto que estão em casa, posições e movimentação de jiu jitsu tudo passado de forma lúdica e simples.

OBJETIVO GERAL:Ensinar as movimentações de guarda aranha uma guarda muito utilizado durante a luta e também trabalhar as habilidades motoras, concentração e disciplina

PROCEDIMENTOS: Depois de elaboração do roteiro foi feito ensaios, preparação do ambiente ai foi gravado a aula de circuito da guarda aranha

ROTEIRO VÍDEOAULA:Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar o circuito da guarda aranha esse tipo de guarda e muito utilizado no jiu jitsu para melhorar a movimentação por baixo.

Para aula de hoje vamos precisar de uma faixa ou corda para simular os braços do oponente e também do auxílio dos responsáveis. Finalização da aula

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 14

TEMA: Circuito para ganho na amplitude articular e flexibilidade

Turma:1º a 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Disponibilizar vídeo aula para os alunos do projeto se manterem conectados com as oficinas do projeto se ocupando com coisas boas.

OBJETIVO GERAL:Melhorar as habilidades motoras dos alunos para melhor desenvolvimento dentro do tatame e também exercitar e melhorar as saúde das crianças com os exercícios proposto;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e do roteiro da aula foi gravado a aula de circuito para ganho na amplitude articular e flexibilidade

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar com exercícios para ganho na amplitude articular e flexibilidade, quesitos que são indispensáveis para uma boa evolução no jiu jitsu.

Para aula de vamos precisar do auxílio dos responsáveis para marcar o tempo de cada exercício. Finalização da aula

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://online.graciebarra.com.br/start>

PLANO DE AULA 15

TEMA: Movimentação de raspagem	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar exercícios ligados ao jiu jitsu para os alunos do projeto que estão em casa devido a pandemia do corona vírus	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as movimentações por baixo e de raspagens do alunos e também melhorar as habilidades motoras como: flexibilidade, coordenação motora, equilíbrio, lateralidade e concentração	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e material foi gravado a aula de raspagem de tesoura partindo da guarda fechada	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar a raspagem de tesoura partindo da guarda fechada e caindo no armlock, prestar muita atenção nos detalhes e muita concentração na hora de executar a posição. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Movimentação de raspagem	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Manter os alunos do projeto com atividades lúdicas e que estão ligadas ao jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as movimentações por baixo e de raspagens do alunos e também melhorar as habilidades motoras como: flexibilidade, coordenação motora, equilíbrio, lateralidade e concentração	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e material foi gravado a aula de raspagem de tesoura partindo da guarda fechada	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar a raspagem da guarda fechada e caindo na posição montada partindo para a finalização americana. Para aula de hoje vamos precisar do auxílio dos responsáveis. Finalização da aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioni	
Oficina: Jiu jitsu	Semana de: 03/11 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	Gravação do vídeo de movimentação de luta por cima
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	Gravação do vídeo de circuito de entrada de queda
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	Entrega do material impresso (apostila) na escola E.M Paul Percy Harris no período da manhã. Gravação do vídeo de circuito de levantada técnica
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	Gravação do vídeo de circuito de reposição de guarda

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioli	
Oficina: Jiu jitsu	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	Reunião com a coordenadora e equipe união Brasil para o planejamento da semana e elaboração das aulas. Gravação do vídeo de circuito e movimentação de saída
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Gravação do vídeo de circuito de passagem de guarda
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	Gravação do vídeo de movimentação de sproul e defesa de queda
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	Gravação do vídeo de defesa da baiana
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioli	
Oficina: Jiu jitsu	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/20	Gravação do vídeo Movimentação e saída do armlock
TERÇA-FEIRA 17/11/20	Gravação do vídeo de saída da montada e cem quilos
QUARTA-FEIRA 18/11/20	Gravação do vídeo de amortecimento de queda
QUINTA-FEIRA 19/11/20	Gravação do vídeo de amortecimento de queda 2 Entrega de material impresso (apostila) na escola E.M Arlindo Santos no período da tarde.
SEXTA-FEIRA 20/11/20	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Galvioli	
Oficina: Jiu jitsu	Semana de: 23/11 à 27/11/20
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/20	Gravação do vídeo de circuito da guarda aranha
TERÇA-FEIRA 24/11/20	Gravação do vídeo de ganho na amplitude articular e flexibilidade
QUARTA-FEIRA 25/11/20	Gravação do vídeo de movimentação raspagem
QUINTA-FEIRA 26/11/20	Gravação do vídeo de movimentação raspagem
SEXTA-FEIRA 27/11/20	

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioli		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Jiu Jitsu		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: Movimentação de luta por cima	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sgZAZUO	
		Youtube	Visualização: 7 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 7 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: Circuito com entrada de queda	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=3Jv	
		Youtube	Visualização: 10 Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6 Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 11 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: Circuito de equilíbrio	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=u4_S	
		Youtube	Visualização: 8 Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8 Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7 Curtida: 4



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

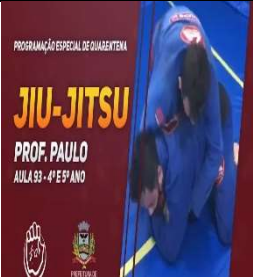
Instagram		Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Circuito de reposição de guarda	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=IP		
	Youtube	Visualização: 10	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida:3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida:7
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 90: Saída da posição cem quilos	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mCkiR1XQQ		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida:3
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 91: Circuito de passagem de guarda	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=48Sw		
	Youtube	Visualização: 8	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida:3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida:5
	Instagram	Visualização: 9	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 92: Movimentação de sproul	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Vbb_Equ7		
	Youtube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida:3
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 93: Defesa da baiana	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2KpQ1Q3n		
	Youtube	Visualização: 8	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida:4
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 94: Defesa do armlock	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VelqjAQEM00&l		
	Youtube	Visualização: 6	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida:4
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 95: Movimentação e defesa com quilos e baiana	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HK9jawd_cew		
	Youtube	Visualização: 9	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida:3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida:3
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 96: Circuito de amortecimento de queda	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=iQwhDJqW3p		
	Youtube	Visualização: 7	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida:4
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 97: Circuito de amortecimento de queda 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=KXWJLXhT2SE		
	Youtube	Visualização: 7	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida:3



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Instagram		Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
RINT DO VÍDEO		Aula nº 98: Circuito guarda aranha	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XBNMh		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida:3
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 99: Circuito para ganho na amplitude e flexibilidade	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OJafHK		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida:3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida:3
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 100: Movimentação de raspagem e armlock	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=-MqoT3osdj		
	Youtube	Visualização: 3	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida:4
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 101 :Movimentação de raspagem e americana	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yGJ		
	Youtube	Visualização: 5	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida:4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida:3
	Instagram	Visualização: 8	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 372			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 161			

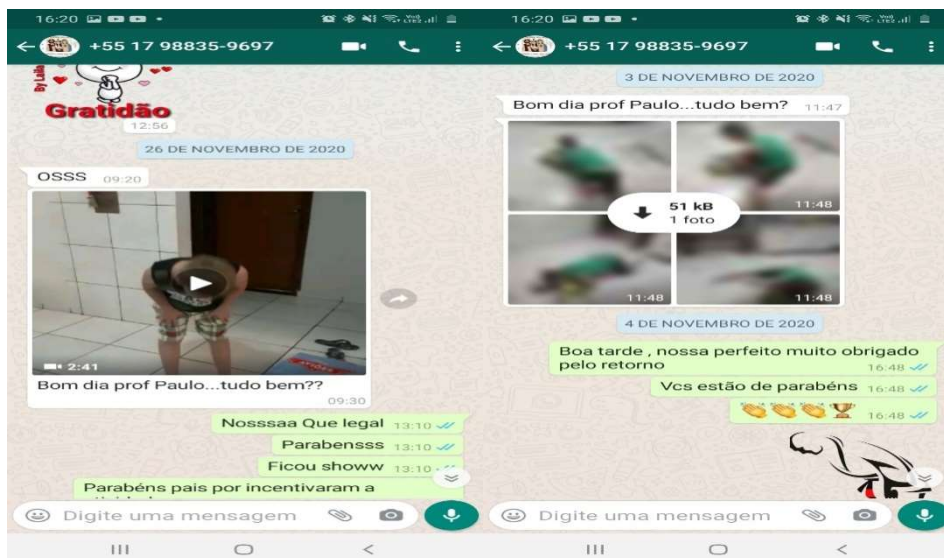


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

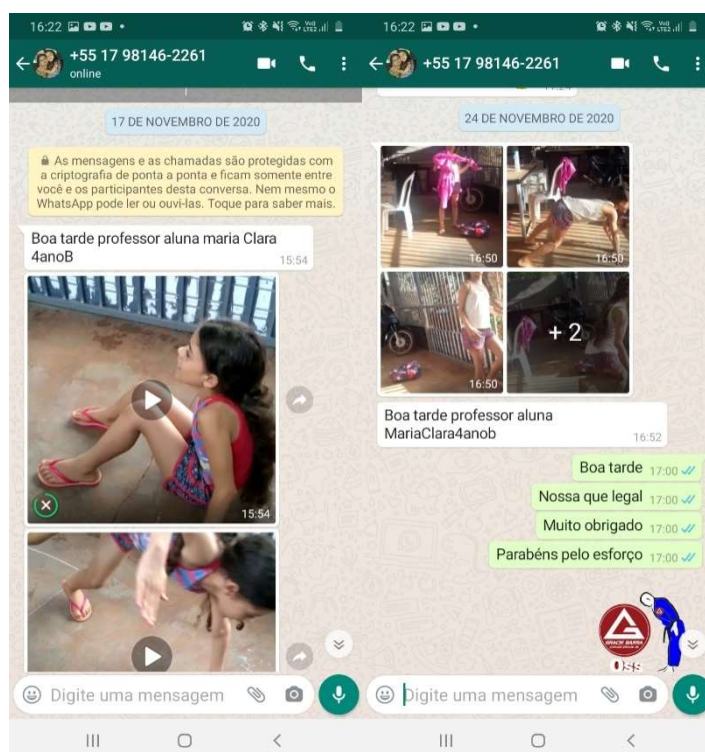
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RETORNO DOS ALUNOS



Rafael Jose Duran
Turma 4 Santa Clara



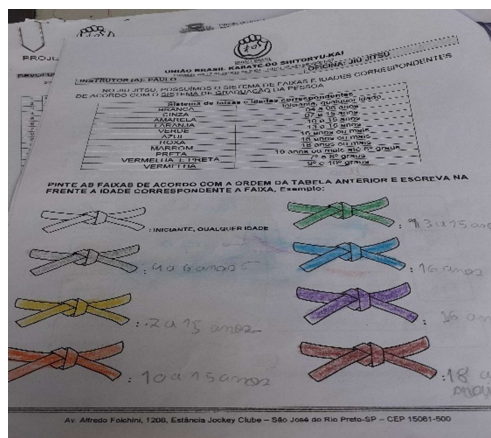
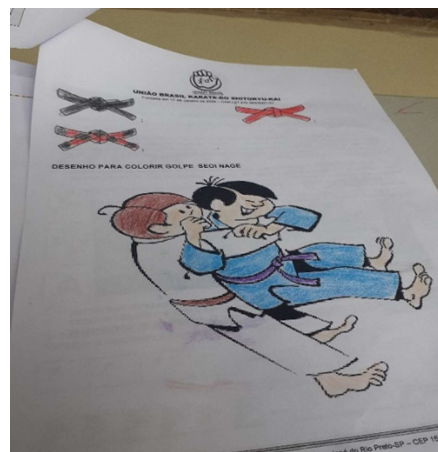
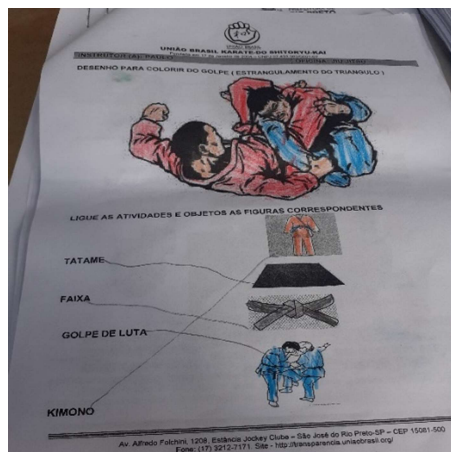


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

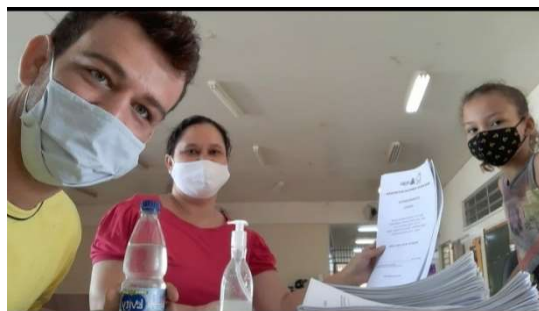
Maria Clara turma 4 Santa Clara



Maria Regina
Arlindo Santos

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 05/11



DIA: 19/11





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Carga horária semanal: 12 horas
Carga horária total: 48 horas	
Plano de aula 1º semana: de 03/11 à 06/11/2020 • Beisebol adaptado • Equilíbrio em movimento • Natação: iniciação à respiração	Plano de aula 3º semana: 16/11 à 20/11/2020 • Tacada certa • Arremesso adaptado • Natação: respiração, crawl e costas
Plano de aula 2º semana: de 09/11 à 13/11/2020 • Fita gruda bolinha • Controle de raquete • Natação: respiração e nado crawl	Plano de aula 4º semana: 23/11 à 27/11/2020 • Vôlei/peteca cego. • Basquetando. • Natação: respiração e nado costas

PLANO DE AULA 1

TEMA: Beisebol adaptado	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: tratando-se de um esporte amplamente conhecido dos americanos, mas pouco explorado no Brasil, a aula teve o intuito de introduzir, de uma forma lúdica, o Beisebol no leque de interesse dos alunos. Utilizando apenas bolinha e garrafas pet foi possível fazer uma introdução divertida a essa modalidade esportiva.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de agilidade, coordenação, exercício aeróbico, tempo de reação, atenção, recreação e disputa.	
PROCEDIMENTOS: inicialmente houve a escolha de lugar com maior amplitude e melhor claridade. Após, houve a separação de uma garrafa pet grande e duas pequenas, sendo que a maior será usada para servir de taco e as duas menores serão utilizadas como bases. Em seguida foram separadas bolinhas e ensaiadas algumas jogadas. Finalmente houve a gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Demonstração dos materiais utilizados (garrafinhas pet e bolinhas); - Explicação da atividade falando sobre o esporte beisebol, inclusive mostrando a bola oficial; - Preparação do “campo” e início da prática com os convidados; - Realização do jogo comentando as regras; - Finalização da aula informando sobre os benefícios; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ynqpg4lxIOY	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Equilíbrio em movimento	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: como o próprio nome diz, a aula visou trabalhar o equilíbrio da criança, mas de uma forma simples e que pode ser feita em casa, de uma maneira divertida e fácil. Foram utilizadas apenas garrafas pet e livro (ou travesseiro), materiais facilmente obtidos pelos alunos.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

OBJETIVO GERAL: trabalho de lateralidade, equilíbrio, coordenação, concentração e disputa.
PROCEDIMENTOS: após a escolha de um local amplo e com boa iluminação, foram separadas garrafinhas de garrafa pet e dispostas no chão com cerca de 30 centímetros de distância uma da outra. Em seguida foram separados um livro e um travesseiro infantil e realizados testes dos movimentos. Finalmente, houve a escolha de focalização da câmera e foi gravada a aula “Equilíbrio em movimento”, juntamente com a pessoa convidada.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação e demonstração do nome da aula “equilíbrio em movimento”; - Falar sobre respeito e educação para com os mais velhos; - Demonstração dos materiais utilizados (garrafinhas pet, livro ou travesseiro); - Montagem e demonstração do percurso feito com garrafinhas; - Realização da atividade e depois realização pela pessoa convidada; - Explicação final dos benefícios da atividade; - Encerramento.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CGsvgZegyL1/

PLANO DE AULA 3

TEMA: Natação: iniciação à respiração	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: diante da impossibilidade de se ministrar aulas na piscina, a aula visou mostrar aos alunos o trabalho de respiração que deve ser feito dentro da água e adaptá-lo também ao cotidiano do aluno, que vai treinar a respiração para colocá-la em prática na piscina.	
OBJETIVO GERAL: introdução ao meio líquido e trabalho de inicialização de respiração, exercícios e prática.	
PROCEDIMENTOS: foi necessário o descolamento até um local que possui piscina, onde foram realizados testes para encontrar o melhor enquadramento, especialmente para poder focalizar a piscina. Em seguida realizou-se ensaio dos movimentos e houve a gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos, ainda fora da piscina; - Explicação sobre o que será feito na aula; - Demonstração da respiração; - Entrada na piscina e conversa com os alunos; - Demonstração de movimentos de respiração; - Encerramento com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada utilizando os conhecimentos do professor a respeito do tema natação.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Fita gruda bolinha	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: visando procurar atividades que possam ser praticadas dentro de casa, especialmente nesse período de isolamento, a aula visou a recreação, sem deixar de incentivar o exercício aeróbico, o trabalho pulmonar e cardíaco e a disputa.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação motora fina, atenção, agilidade, trabalho físico, disputa.	
PROCEDIMENTOS: em primeiro lugar houve a escolha do melhor local para a realização da atividade e a separação do material necessário (fita crepe, bolinhas de plástico, bolinhas de papel, banquinhos). Foram dispostos dois banquinhos com distância de aproximadamente um metro entre eles e, no meio,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

foi esticada a fita crepe, com o lado colante para baixo. Foi feita marcação no chão, de onde os competidores teriam que sair, foi realizado um breve teste de foco da câmera. Por último houve a gravação da vídeo aula, com criança convidada.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Início da aula cumprimentando os alunos;
- Explicação do nome da brincadeira;
- Demonstração dos materiais utilizados (fita crepe e bolinhas);
- Explicação de como fazer (sozinho ou como disputa);
- Montagem e realização da atividade com criança convidada;
- Conversa explicativa sobre os benefícios;
- Despedida dos alunos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/HTIU-J1gYNo>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Controle de raquete	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: a pegada e controle da raquete representa importante parte do esporte tênis de mesa. Diante disso, a aula teve a finalidade de incentivar os alunos a pegar a raquete de forma correta, bem como proporcionar maior contato com a raquete e com as bolinhas, além de treinar o controle da raquete ao bater nas bolinhas.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de agilidade, coordenação, atenção, controle corporal e lateralidade, exercício de início do tênis de mesa, trabalho visual e recreação.	
PROCEDIMENTOS: para a realização dessa atividade esportiva surgiu a necessidade de confecção de uma raquete de tênis de mesa que foi feita de papelão, além das separação de raquete oficial, bolinhas de tênis de mesa, bolinhas de papel, copinhos e tampinhas. Também foi necessária a escolha de um local que tivesse apoio, no caso, uma mesa. Os materiais foram dispostos na mesa, houve um ensaio dos movimentos e, por fim, foi realizada a gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Demonstração dos materiais (copinhos, bolinhas e raquete); - Explicação de eventuais substituições (raquete feita com papelão ou até frigideira); - Realização da atividade, primeiro com a mão direita e depois com a esquerda; - Explicação dos benefícios; - Despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CGu6LqZAT9o/	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Natação: respiração e nado crawl	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: mais uma vez a aula pensou em passar aos alunos movimentos e respiração que podem ser praticados mesmo sem o acesso a uma piscina. O aluno poderá treinar em casa para que esteja apto a realizar o trabalho de respiração e o movimento de braço quando do retorno das atividades presenciais na piscina.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de respiração, coordenação, adaptação ao meio líquido, prática do nado crawl e lembrando o trabalho de respiração.	
PROCEDIMENTOS: foram realizados testes de gravação em uma piscina para obter o melhor ângulo.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

O professor realizou as atividades com demonstração dos exercícios no meio líquido, inclusive mostrando os movimentos com criança convidada.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudação aos alunos, já dentro da piscina;
- Relembrando os exercícios da aula anterior;
- Demonstração dos movimentos de braço do nado crawl;
- Demonstração do braço com criança convidada;
- Demonstração de mergulho e controle de respiração com a criança;
- Conversa final e encerramento.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada utilizando os conhecimentos do professor a respeito do tema natação.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Tacada certa	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: o intuito da aula foi demonstrar o que são os esportes “golfe” e “bets” e adaptá-los para que possam ser realizados em casa pelos alunos, utilizando materiais simples como um balde, cabo de vassoura e bolinhas.	
OBJETIVO GERAL: trabalha controle corporal, controle de força, lateralidade, atenção, desenvolvimento motor, estímulo esportivo, recreação.	
PROCEDIMENTOS: Selecionados os materiais utilizados (bacia, garrafa pet grande, bolinhas e um cabo de vassoura), foi escolhido um local amplo para a realização da aula e a garrafa foi disposta no chão, com a bolinha em cima e a bacia próxima. As demais bolinhas foram deixadas nas proximidades e houve teste para encontrar o melhor enquadramento. Em seguida houve treino de tacadas e, por fim, foi gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Início com saudação; - Explicação sobre a aula e o esporte que ela engloba; - Demonstração dos materiais (bolinhas, cabo de vassoura, balde/bacia, garrafa pet); - Montagem da atividade e explicação das regras; - Realização das tacadas visando acertar a bacia; - Demonstração do movimento correto; - Conversa sobre o jogo “bets” - Encerramento com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/6AVzmb26Doc	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Arremesso adaptado	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trata-se de atividade que introduz os tipos de arremesso de bola utilizados na bola queimada e também no handball, mas de forma lúdica, podendo ser praticadas em casa e com objetos que estão ao alcance das crianças (bola e garrafa pet). Além dos arremessos a atividade treina também movimentos realizados pelos goleiros, tanto do futebol quanto do handball.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, agilidade, lateralidade, arremesso, mira, desenvolvimento motor, disputa e recreação	
PROCEDIMENTOS: como a aula exige a participação de dois integrantes, foi convidada mais uma pessoa para a realização. Houve a marcação do campo com fita crepe e a disposição de três	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

garrafinhas em cima da marcação de cada participante. Em seguida foi encontrado o melhor ângulo da câmera, para que fosse possível aparecer as duas pessoas e a focalização de todas as jogadas. Após um breve treino com a bola, houve a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudação aos alunos;
- Explicação da similaridade com o jogo de bola queimada;
- Demonstração dos objetos utilizados (bola e garrafinhas);
- Demonstração de como montar o “campo”;
- Explicação das regras;
- Realização da atividade com pessoa convidada;
- Explicação de possíveis adaptações;
- Despedida dos alunos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/xSBofZqxgFo>

PLANO DE AULA 9

TEMA: Natação: respiração, crawl e costas	Turma: 1º a 5º série
JUSTIFICATIVA: o intuito principal da aula foi rever a importância do trabalho de respiração e treinar novamente movimentos do nado de crawl e do nado de costas, com exemplificação do professor realizada dentro da piscina.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de respiração, coordenação, adaptação ao meio líquido, prática do nado crawl e costas.	
PROCEDIMENTOS: houve o descolamento até a mesma piscina onde foi gravada a primeira aula e foram realizados novos testes para encontrar o melhor enquadramento da piscina. Realizou-se testes dos movimentos e, por fim, foi gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudação ainda fora da piscina; - Já dentro da piscina relembrar o trabalho de respiração; - Relembrar movimentos do nado crawl; - Demonstração do movimento de braço do nado costas; - Demonstração do movimento de perna do nado costas; - Conversa com alunos; - Encerramento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada utilizando os conhecimentos do professor a respeito do tema natação.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: “Vôlei/peteca cego”	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: de uma forma criativa e lúdica os esportes vôlei e peteca foram adaptados para a realização no interior das casas, sendo que o fato de não poder ver os adversários contribui para trabalhar a agilidade e percepção espacial dos alunos.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, atenção, agilidade, percepção visual, toque com as mãos, movimento corporal, disputa e recreação.	
PROCEDIMENTOS: para essa atividade houve a confecção de uma peteca artesanal e a separação de uma bexiga (que podia ser substituída por bola de plástico). Escolhido o melhor local, que	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

possibilitasse a filmagem da “quadra” inteira, foram dispostas duas cadeiras com um lençol no meio, para que o participante que ficasse de um lado não pudesse ver o participante do outro lado. Houve treino de jogadas com um adulto e uma criança convidados e, finalmente, a realização da atividade com a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudação e introdução a respeito da importância da educação e do respeito aos mais velhos;
- Explicação da atividade esportiva adaptada;
- Exemplificação dos materiais utilizados e possíveis adaptações;
- Explicação das regras;
- Realização da atividade com os convidados;
- Conversa e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/LdFQqGBQ-UM>

PLANO DE AULA 11

TEMA: “Basquetando”	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: nesta aula o jogo de basquete foi adaptado para poder ser praticado dentro de casa, com materiais acessíveis aos alunos, dando a possibilidade de praticarem os exercícios de iniciação ao esporte, com materiais de fácil acesso.	
OBJETIVO GERAL: agilidade, trabalho de coordenação motora, mira, arremesso, destreza, lateralidade, disputa e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do melhor ângulo de câmera, demarcação de um quadrado e marcações no chão, com fita durex colorida e separação dos materiais (um balde e bolinhas diversas). Ensaio com os convidados, lançando de todas as marcações e gravação da vídeo aula “basquetando”.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudação; - Explicação da atividade física a ser realizada; - Demonstração dos materiais utilizados (balde e bolinhas diversas, que podem inclusive ser feitas de papel); - Demonstração de como fazer as marcações no chão; - Explicação das regras do jogo e de como fazer os movimentos de arremesso; - Realização das jogadas com os convidados; - Conversa e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/3tDeRKhlQ6w	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Natação: respiração e nado costas	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: diante da impossibilidade de acesso à piscina, visou-se com essa aula mostrar aos alunos, além do trabalho de respiração que é repassado em todas as aulas, um pouco dos movimentos do nado de costas, sendo que os alunos poderão treiná-los fora da piscina, para posteriormente colocar em prática dentro da água.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de respiração, coordenação, adaptação ao meio líquido, prática do nado costas.	
PROCEDIMENTOS: após o descolamento até a piscina, o professor realizou testes para encontrar o	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

melhor enquadramento. Em seguida realizou ensaio dos movimentos e houve a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Início da aula com conversa fora da piscina;
- Explicação sobre o acompanhamento de adulto para a realização das atividades;
- Entrada na piscina demonstrando como é a saída do “bloco” (entrada furando a água);
- Demonstração da mão tipo flecha para a entrada na piscina;
- Recordando o trabalho de respiração;
- Recordando o movimento de braço do nado costas;
- Demonstração do nado de costas completo;
- Explicação sobre o ar dentro dos pulmões;
- Despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada utilizando os conhecimentos do professor a respeito do tema natação.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime

Oficina: Iniciação Esportiva

Semana de: 02/11 à 06/11/2020

Carga horária semanal: 12 horas

Carga horária total: 48 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	Reunião pedagógica pelo Google Meet. Inicialmente houve a escolha de lugar com maior amplitude e melhor claridade. Após, houve a separação de uma garrafa pet grande e duas pequenas, sendo que a maior foi usada para servir de taco e as duas menores foram utilizadas como bases. Em seguida, foram separadas bolinhas e ensaiadas algumas jogadas. Finalmente houve a gravação da vídeo aula “ Beisebol adaptado ”.
QUARTA--FEIRA 04/11/2020	Após a escolha de um local amplo e com boa iluminação, foram separadas garrafas pet pequenas e dispostas no chão com cerca de 30 centímetros de distância uma da outra. Em seguida, foram separados um livro e um travesseiro infantil e realizados testes dos movimentos. Finalmente, houve a escolha da melhor focalização da câmera e foi gravada a aula “ Equilíbrio em movimento ”, juntamente com a pessoa convidada.
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	Entrega de apostilas com atividades dos instrutores no E.M. Dep. Arlindo dos Santos, das 8:00h às 11:30h. Foi necessário o descolamento do professor até um local que possui piscina, onde foram realizados testes para encontrar o melhor enquadramento, especialmente para poder focalizar a piscina sem maiores reflexos. Em seguida, realizou-se ensaio dos movimentos e houve a gravação da vídeo aula “ Natação: iniciação à respiração ”
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	Entrega de apostilas com atividades dos instrutores no Núcleo Santa Clara, das 08:00h às 12:00h.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	Reunião pedagógica pelo Google Meet.
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Houve a escolha do melhor local para a realização da atividade e a separação do material necessário (fita crepe, bolinhas de plástico, bolinhas de papel, banquinhos). Foram dispostos dois banquinhos com distância de aproximadamente um metro entre eles e, no meio, foi esticada a fita crepe, com o lado colante voltado para baixo. Foi feita marcação no chão, de onde os competidores teriam que sair e foi realizado um breve teste de foco da câmera. Por último, houve a gravação da vídeo aula “Fita gruda bolinha” com criança convidada.
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	Para a realização dessa atividade esportiva surgiu a necessidade de confecção de uma raquete de tênis de mesa que foi feita de papelão, além da separação de raquete oficial, bolinhas de tênis de mesa, bolinhas de papel, copinhos e tampinhas. Também foi necessária a escolha de um local com apoio, no caso, uma mesa. Os materiais foram dispostos na mesa, houve um ensaio dos movimentos e, por fim, foi realizada a gravação da vídeo aula “Controle de raquete” .
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	O professor se deslocou até um local onde havia uma piscina e foram realizados testes de gravação para obter o melhor ângulo. Durante a gravação da vídeo aula “Natação: respiração e nado crawl” foram realizadas atividades com demonstração dos exercícios no meio líquido, inclusive mostrando os movimentos com criança convidada.
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	Selecionados os materiais utilizados (bacia, garrafa pet grande, bolinhas e um cabo de vassoura), foi escolhido um local amplo para a realização da aula e a garrafa foi disposta no chão, com a bolinha em cima e a bacia próxima. As demais bolinhas foram deixadas nas proximidades e houve teste para encontrar o melhor enquadramento. Em seguida houve treino de tacadas e, por fim, foi gravada a vídeo aula “Tacada certa” .
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	Como a aula exige a participação de dois integrantes, foi convidada mais uma pessoa para a realização. Houve a marcação do campo com fita crepe e a disposição de três garrafinhas em cima da marcação de cada participante. Em seguida foi encontrado o melhor ângulo da câmera, para que fosse possível aparecer as duas pessoas e a focalização de todas das jogadas. Após um breve



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	treino com a bola, houve a gravação da vídeo aula “Arremesso adaptado” .
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	Houve o descolamento até a mesma piscina onde foi gravada a primeira aula e foram realizados novos testes para encontrar o melhor enquadramento da piscina. Realizou-se testes dos movimentos e, por fim, foi gravada a vídeo aula. “Natação: respiração, crawl e costas” .
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	Entrega de apostilas com atividades dos instrutores no E.M. Dep. Arlindo dos Santos, das 8:00h às 11:30h.
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 23/11 à 27/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	Reunião pedagógica pelo Google Meet.
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	Para essa atividade houve a confecção de uma peteca artesanal e a separação de uma bexiga (que podia ser substituída por bola de plástico). Escolhido o melhor local, que possibilitasse a filmagem da “quadra” inteira, foram dispostas duas cadeiras com um lençol no meio, para que o participante que ficasse de um lado não pudesse ver o participante do outro lado. Houve treino de jogadas com um adulto e uma criança convidados e, finalmente, a realização da atividade com a gravação da vídeo aula. “Vôlei/peteca cego”
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	Escolha do melhor ângulo de câmera, demarcação de um quadrado e marcações no chão, com fita durex colorida e separação dos materiais (um balde e bolinhas diversas). Ensaio com os convidados, lançando de todas as marcações e gravação da vídeo aula “basquetando” .
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	Após o descolamento até a piscina, o professor realizou testes para encontrar o melhor enquadramento. Em seguida realizou ensaio dos movimentos e houve a gravação da vídeo aula. “Natação: respiração e nado costas”
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafael de Oliveira Naime		Carga horária semanal: 12 horas		
Oficina: Iniciação Esportiva		Carga horária mensal: 48 horas		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 67: beisebol adaptado		
		Link do vídeo: https://youtu.be/sxLSWn_4F2I		
		Youtube	Visualização: 51	Curtida: 17
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 13	Curtida: 15
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 10	10



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 87		TOTAL DE CURTIDAS: 48	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 68: Equilíbrio em movimento	
		Link do vídeo: https://youtu.be/o0j_GR6BQeQ	
		Youtube	Visualização: 42 Curtida: 17
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15 Curtida: 17
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 15 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 6 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 78		TOTAL DE CURTIDAS: 49	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 69: Natação: iniciação à respiração	
		Link do vídeo: https://youtu.be/mFhoSToAKQ8	
		Youtube	Visualização: 33 Curtida: 17
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 45 Curtida: 16
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 45 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 7 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 130		TOTAL DE CURTIDAS: 53	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 70: Fita gruda bolinha	
		Link do vídeo: https://youtu.be/q9621cpDwXo	
		Youtube	Visualização: 37 Curtida: 18
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11 Curtida: 13
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 5 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 64		TOTAL DE CURTIDAS: 50	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 71: Controle de raquete	
		Link do vídeo: https://youtu.be/P0emCObxFsw	
		Youtube	Visualização: 38 Curtida: 18
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15 Curtida: 18
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 15 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 10 13
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 78		TOTAL DE CURTIDAS: 57	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 72: Natação: respiração e nado crawl	
		Link do vídeo: https://youtu.be/uxkqAC2bMBI	
		Youtube	Visualização: 45 Curtida: 17
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 35 Curtida: 15
		Facebook	Visualização: 35 Curtida: 7



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	PROJETO COMPARTILHAR		
	Instagram	Visualização: 7	11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 122		TOTAL DE CURTIDAS: 50	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 73: Tacada certa	
		Link do vídeo: https://youtu.be/whlpqP6u2Vw	
		Youtube	Visualização: 23 Curtida: 15
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12 Curtida: 14
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 1 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 48		TOTAL DE CURTIDAS: 45	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 74: Arremesso adaptado	
		Link do vídeo: https://youtu.be/dMmzCcBKQoY	
		Youtube	Visualização: 36 Curtida: 16
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 28 Curtida: 16
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 28 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 3 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 95		TOTAL DE CURTIDAS: 46	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 75: Natação: respiração, crawl e costas	
		Link do vídeo: https://youtu.be/7bZfrOgCPoA	
		Youtube	Visualização: 34 Curtida: 17
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 56 Curtida: 16
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 56 Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 3 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 149		TOTAL DE CURTIDAS: 50	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 76: Vôlei/peteca cego	
		Link do vídeo: https://youtu.be/AtROzLMVEa8	
		Youtube	Visualização: 29 Curtida: 14
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10 Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 9__ 10



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 58		TOTAL DE CURTIDAS: 40		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 77: Basquetando		
		Link do vídeo: https://youtu.be/o5-G_kHdZig		
		Youtube	Visualização: 19	Curtida: 12
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 4	8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 36		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 78: Natação: respiração e nado costas		
		Link do vídeo: https://youtu.be/nqvqa90O-kk		
		Youtube	Visualização: 28	Curtida: 15
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 6	8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 54		TOTAL DE CURTIDAS: 39		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeo aulas: 994				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeo aulas: 563				

RETORNO DOS ALUNOS





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Maria Clara Borges Pereira Dias, 4ano, Núcleo Santa Clara



Rafael José Duran Silva, 4 ano, Núcleo Santa Clara



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 05/11/2020



José Mateus Ramos de Souza, 2ano, Dep. Arlindo dos Santos



Sophia Gabrielly B. da Silva, 2ano, Dep. Arlindo dos Santos



Maria Regina dos Santos Silva, 3ano, Dep. Arlindo dos Santos



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

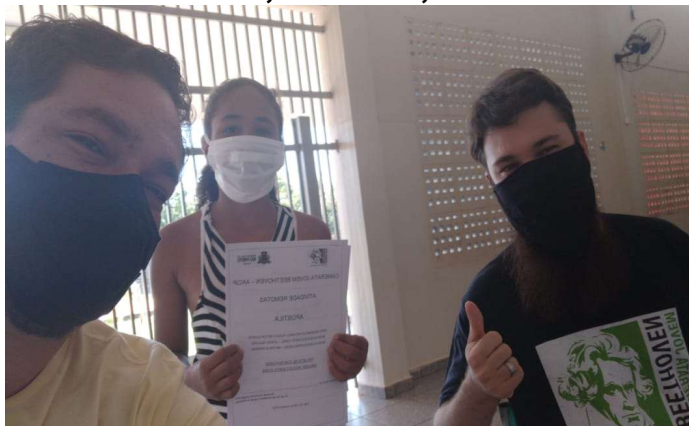
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

DIA: 06/11/2020



Jean de Souza, turma 2, Núcleo Santa Clara



Mariana de Araújo Silva Lima, turma 2, Núcleo Santa Clara



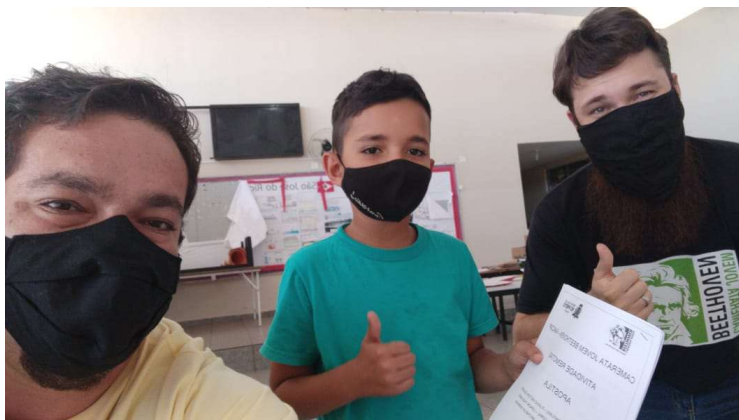
Murilo da Cunha de Souza, turma 1, Núcleo Santa Clara



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

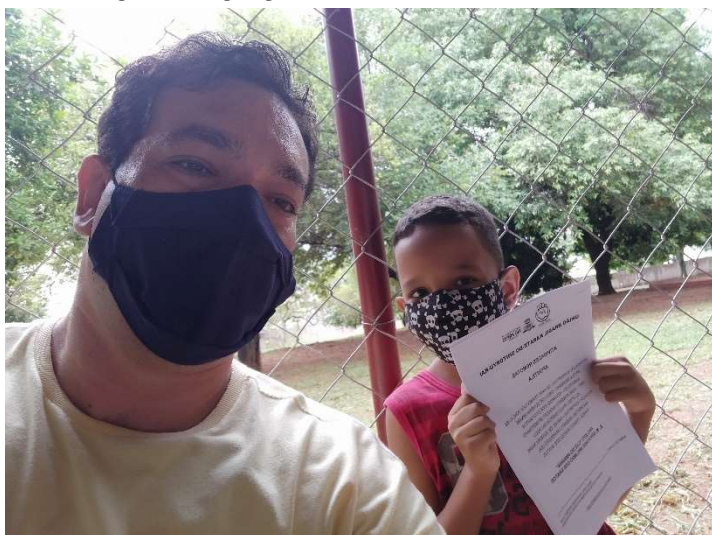
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07



Yudi Oliveira Silva Prates, turma 3, Núcleo SantaClara

DIA: 19/11/2020



João Miguel F. Ferreira, 1ano, Dep. Arlindo dos Santos



Maria Regina dos Santos Silva, 3 ano, Dep. Arlindo dos Santos



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERÊNCIA - NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes	
Oficina: Karate-Do	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 03 a 06/11/2020 • Treinamento de kihon de kata (sequência de defesas com bases mescladas) • Treinamento de kumite (chute uramawashi) • Kata Tenshin Happon parte I • Kata Tenshin Happon parte II	Plano de aula 3º semana de: 16 a 19/11/2020 • Treinamento de kihon de kata • Exercícios de fortalecimento • Treinamento de kihon (combinações de defesas com contragolpes) • Treinamento de kumite
Plano de aula 2º semana de: 09 a 12/11/2020 • Kata Tenshin Happon parte III • Treinamento de kumite parte I • Treinamento de kumite parte II • Treinamento de kumite parte III	Plano de aula 4º semana de: 23 a 26/11/2020 • Revisão Kata Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daichi e Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daini • Treinamento de kumite • Treinamento de kumite • Treinamento de kihon de kata

PLANO DE AULA 1

TEMA: Treinamento de kihon de kata (sequência de defesas com bases mescladas)	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Ensinar variações de defesas e bases.	
OBJETIVO GERAL: Executar as defesas e bases corretamente alternando os estímulos do kihon.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula foi planejada através de aulas presenciais com o Kyoshi Ubiratan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, pessoal! E aí como vocês estão? Tudo tranquilo em casa? Tudo bem com vocês? Espero que sim. Vamos para mais uma aula de karate hoje, e ela será de alguns movimentos de kihon de kata. Então, vamos fazer uma sequência de braço com três tipos de defesas e depois vamos alternando as bases. Vamos iniciar com a base nekoashi dachi e com a defesa uchi uke; em seguida, com o mesmo braço, mudamos para a defesa guedan barai, e, por último, com o mesmo braço também, vamos fazer a defesa shuto uke. Então, são três defesas com o mesmo braço e na base nekoashi dachi. Vamos iniciar o deslocamento para o lado direito, depois para o esquerdo e depois para a frente, utilizando os dois lados da base, combinado? Kamai. Encolheu o joelho, faz a preparação da defesa e vira o corpo, fazendo o movimento da defesa. Agora, sem mexer a base, vamos trocar a defesa, fazendo guedan barai com o mesmo braço, e, de novo, com o mesmo braço, a defesa shuto uke. Entenderam? Kamai. Agora, vamos deslocar para o outro lado, vamos lá! Mesma sequência. Agora, vamos avançar a perna direita primeiro e depois a esquerda, mantendo a sequência de defesas. Vamos repetir mais uma vez e aumentar um pouquinho a velocidade. Agora, vamos trocar a base, vamos para a base zenkutsu dachi e vamos manter a mesma sequência de defesas e o mesmo deslocamento. Primeiro vamos fazer	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

devagar e depois a gente repete, aumentando a velocidade dos movimentos. Beleza, então, pessoal? Esse foi o nosso treinamento de hoje. Aguardo vocês na próxima aula. Osu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Treinamento de kumite (chute uramawashi)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a qualidade e a técnica do chute uramawashi.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a habilidade de chute durante uma luta.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram mostrados de forma lenta e explicativa.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! E aí, galerinha, tudo bem com vocês? Estão descansando aí em casa? Estão preparados para mais uma aula de karate? Então, vamos lá! Nossa aula hoje vai ser específica de kumite, que é a luta, e, nela, vamos treinar um chute que se chama uramawashi. Esse chute a gente acerta o nosso oponente com a sola do pé. Na competição, é proibido acertar com a região do calcanhar. Então, temos que acertar a parte dos dedos na região da cabeça do nosso adversário. Vamos começar. Vou mostrar de lado para vocês. Começamos fazendo a posição de luta. Vamos utilizar a perna de trás para fazer um sobrepasso, juntando a perna de trás com a perna da frente com o meu calcanhar apontando na direção do meu oponente, para frente, e não apenas levá-lo na mesma posição que ele está. Depois disso, minha perna da frente vai levantar o joelho e vou fazer o chute voltando o pé para trás para atingir o adversário com a sola do pé, entenderam? Então, vamos tentar fazer devagar primeiro. Lembrando que, quando eu fizer o chute, não podemos fazer um círculo sem o retorno da perna, temos que chutar e recolher para depois colocarmos o pé no chão. Vamos repetir dez vezes cada perna. Entenderam, pessoal? Então, tá ótimo, nos vemos na próxima aula. Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Kata Tenshin Hapko parte I	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Iniciar o kata.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar um kata novo para que aumente o seu conhecimento técnico, melhorando seu condicionamento físico, coordenação e raciocínio.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula foi ensinada até uma certa parte do kata para facilitar a aprendizagem da sequência exigida.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, pessoal, tudo bem? Como vocês estão aí em casa? Estão gostando das nossas aulas? Estão treinando e se divertindo? Espero que sim. Estamos preparando as aulas para vocês com muito amor e carinho. Já que não podemos estar presentes com vocês, estamos enviando nossas aulas para vocês não ficarem parados. Hoje vamos iniciar um kata novo, porém, já vou avisando vocês que não terminaremos hoje, tá bom? Vamos treinar uma sequência que faz parte dele, e, na próxima aula, daremos continuidade e faremos outra sequência. Depois, no final de tudo, juntaremos todas as sequências e formamos o kata. Primeiro, iniciamos com dois movimentos. Kamai. Abrimos a perna direita na shiko dachi e fazemos a defesa shuto uke. Atenção! Para essa defesa, não vamos usar as	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

costas da mão, e sim, a palma da mão, fazendo o movimento de fora para o meio do nosso corpo. Encolho o joelho e puxo a mão no hikite; desloco a perna para a shiko dachi e faço a defesa ao mesmo tempo; depois completo o soco com a outra mão e volto no kamai. Vamos repetir a mesma coisa para o lado esquerdo agora. Volta para o kamai. Esta é a primeira parte do kata. Vamos repetir mais uma vez. Vamos para a segunda parte agora. Vamos deslocar a perna direita para a diagonal das nossas costas e fazer a base nekoashi dachi com a defesa yoko uke e depois vamos completar com o kizame gueri, que é o chute com a perna da frente. Então, vamos lá! Primeiro, de um lado e depois do outro. Entenderam? Vamos repetir então. Agora, vamos praticar a primeira e a segunda parte em sequência, tá bom? Desse modo, já formamos uma parte do kata. Na próxima aula, daremos continuidade. Até mais, Osu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Standard Kata Saito-Ha.

PLANO DE AULA 4

TEMA: Kata Tenshin Happo parte II	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade no kata.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar um kata novo para que aumente o seu conhecimento técnico, melhorando seu condicionamento físico, coordenação e raciocínio.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula é continuação da aula anterior. Foi dividida em partes para facilitar a aprendizagem do kata.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, pessoal! Estão prontos para mais uma aula hoje? Vamos dar continuidade ao novo kata que iniciamos na aula passada. Esse kata se chama Tenshin Happo. Estamos aprendendo por partes. Hoje, faremos outra sequência, outra parte do kata. Não vamos repetir os movimentos da aula anterior. Então, para você conseguir fazer essa aula, você tem que ter assistido à aula anterior. Vamos lá! A terceira parte do kata. Vamos fazer o deslocamento diagonal, mas, agora, avançando, e não mais para as costas. Vai ser a mesma defesa do primeiro movimento, a defesa shuto uke, avançando na base zenkutsu dachi na diagonal. A minha base vai para a diagonal, porém, a minha defesa e o ataque se direcionam para o meio. Depois disso, voltamos no kamai e fazemos para o outro lado. Mais uma vez, os dois lados. Agora, vamos para a quarta parte do kata. Recuamos na base shiko dachi em linha, fazemos a defesa uchi uke jodan e depois terminamos com o ataque uraken, avançando a mesma base, entenderam? A perna que está posicionada atrás foi ela quem fez o recuo, então, para voltarmos no kamai, é a mesma perna que vai voltar. Temos que repetir sempre os dois lados, as duas pernas e braços. Repitam! Por fim, vamos executar a terceira e quarta partes em seguida. Mais uma vez, as duas juntas. Hoje, aprendemos mais duas partes do kata. Na próxima aula, vamos finalizá-lo. Até lá, Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Kata Tenshin Happo parte III	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Finalizar o kata.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar um kata novo para que aumente o seu conhecimento técnico, melhorando seu condicionamento físico, coordenação e raciocínio.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula é continuação das duas aulas anteriores. Foi dividida por partes devido	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ao nível de dificuldade do kata.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu!

Oi, pessoal! E aí, como vocês estão? Tudo bem com o papai, com a mamãe? Espero que esteja tudo certo. Vamos para mais uma aula e hoje vamos finalizar o kata Tenshin Happo. A Sensei dividiu ele em três partes para ficar mais fácil para vocês aprenderem. Nas aulas anteriores, fizemos duas etapas. Hoje, vamos para a última etapa, que é uma última sequência. Depois que a Sensei passar essa sequência, vamos juntar todas as partes e treinar o kata inteiro. Então, vamos lá! Na última sequência, avançamos, com a mesma defesa de mão aberta, que é shuto uke, e atacamos, o soco mais curto; não vamos esticar o braço totalmente; ele ficará dobrado e com o punho para cima, e estaremos na base zenkutsu dachi. Kamai. Vamos avançar, lado direito primeiro, fazendo a defesa e depois completa com o soco curto; voltamos no kamai e fazemos com o outro lado. Vamos repetir mais uma vez. Então, esta era a última sequência que faltava. Agora, vamos fazer o kata desde o começo, com todas as sequências juntas, e devagar para lembrarmos. Naltee. Fala o nome do kata. Kamai. Vamos começar, deslocando para a lateral na shiko dachi, com a defesa de mão aberta e o soco. Lado direito primeiro e depois o esquerdo. Segunda parte, vamos recuar na diagonal, fazendo a nekoashi dachi, com a defesa yoko uke, e depois o chute com a perna da frente. Os dois lados também. Terceira parte, vamos fazer o recuo em linha com a base shiko dachi e a defesa uchi uke jodan. Quarta parte, vamos avançar na diagonal na zenkutsu dachi, com a defesa shuto uke e oi zuki; direita e depois esquerda. E, por último, vamos fazer a sequência de hoje: avança a zenkutsu dachi com a mesma defesa anterior e o ataque com o braço flexionado, repetindo os dois lados sempre. Então, formamos o kata. Juntamos todas as partes para que se tornassem uma só. Agora, vamos repetir. Yame. É isso aí, pessoal! Espero que vocês tenham gostado. Até a próxima aula! Osu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Treinamento de kumite parte I	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Variar estratégias de luta.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar estratégias de defesas e contragolpes durante a luta, desenvolvendo também o autocontrole e autoconfiança.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de treinamentos específicos para competições.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, pessoal! Tudo bem? Espero que sim! Espero que estejam gostando das aulas e que estejam treinando. Hoje vamos fazer uma aula de kumite. Teremos uma sequência de recuos e contra-ataques. Primeiro, vou mostrar devagar para depois aumentamos a velocidade, tá bom? Vamos começar então! Na posição de luta, vou recuar a perna que está na frente e deixar ela posicionada atrás, automaticamente trocando a base. Com a perna que ficou posicionada na frente, vamos fazer o chute uramawashi, voltando a perna no mesmo lugar e completar a sequência com dois socos, kizame e guiaku. Daí, voltamos na posição inicial. Primeiro, vamos repetir somente de um lado; depois, quando terminarmos, a gente troca. Vamos lá então! Vamos repetir a sequência devagar. Agora, o outro lado. Beleza? Então, vamos mudar os golpes agora. Ao invés de andarmos para trás, trocando a perna, agora vamos apenas saltar para trás, mantendo a mesma base; depois avançamos, atacando apenas com kizame e guiaku. Somente este lado primeiro! Vamos repetir dez vezes. Agora, troca o lado. Yame. Então, nossa aula de hoje foi essa. Na próxima aula, tem mais. Osu.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Treinamento de kumite parte II	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver estratégias de luta.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar ataques e defesas variados para desenvolver a autoconfiança durante a luta.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de treinamentos específicos para competições.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Olá, pessoal! Espero que vocês estejam bem, que estejam se cuidando e treinando. Vamos para a nossa aula! Hoje seguiremos o mesmo padrão da aula passada, treinando sequências de luta. Prepara na posição de luta. A primeira coisa que vamos fazer será a defesa da barriga com o braço que está posicionado na frente; depois disso, vamos andar avançando com a perna de trás e bater o soco com a mão de trás. Lembrando que o meu soco tem que chegar primeiro que a minha perna, e não, os dois ao mesmo tempo, como fazemos no kata. Vamos treinar repetindo esta sequência sempre do mesmo lado, e depois, a gente troca. Dez vezes de cada lado, vamos lá! Próxima sequência. Vamos continuar com a mesma defesa da barriga. Com a perna de trás, vamos fazer o chute mawashi gueri jodan, na altura da cabeça, caindo com a perna na frente. Daí, voltamos ela atrás, na posição inicial. Vamos fazer cinco vezes. Agora, troca a base. Yame. Beleza pessoal? Então, treinem aí e, na próxima aula, faremos outra sequência de luta. Espero vocês! Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Treinamento de kumite parte III	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver habilidades de luta.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a confiança durante a luta com variações de defesas e ataques.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de treinamentos específicos para competições.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Olá, galerinha! E aí, tudo bem? Estão gostando das aulas? Não esqueçam de curtir os vídeos, compartilhem com os amigos, treinem, comentem. Estamos preparando tudo com muito carinho. Bom, vamos começar mais uma aula de luta. Vamos para a posição inicial, que é o kamai. Nesta sequência, vamos fazer três chutes: todos com a mesma perna. A perna que chuta será a que está posicionada atrás, e o primeiro chute será o maigueri, caindo com a perna na frente; em seguida, no lugar, fazemos o mawashi gueri e, por último, o uramawashi, caindo na frente também. Para terminar, retornamos para trás na posição de início. Vamos repetir por dez vezes e depois trocar o lado. Feito os dois lados, vamos acrescentar o ataque de braço. A mesma sequência de chutes, e depois kizame e guiaku. Bora lá! Dez vezes de cada lado! Aumentem um pouco a velocidade! Yame. Quanto mais vocês treinarem, melhor serão os golpes. Treinem em casa e o mais rápido que conseguirem. Até a próxima aula! Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 9



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TEMA: Treinamento de kihon de kata	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Ensinar variações do mawate (deslocamento).	
OBJETIVO GERAL: Executar as bases, defesas e ataques, juntamente com os deslocamentos, para melhorar a coordenação.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através dos cursos do estilo Shito Ryu.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Repitam com a Sensei: 1- Determinação, 2- Moral, 3- Desenvolvimento, 4- Senso comum, 5- Paz. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, galinha! Como vocês estão? Espero que esteja tudo bem com vocês. Assistam às nossas aulas. Treinem bastante porque estamos caprichando para vocês. Hoje, nossa aula será de kihon de kata. Treinaremos as quatro direções, laterais, frente e atrás. Vamos fazer um deslocamento em forma de quadrado hoje. Para não dificultar muito para vocês, vamos fazer apenas uma base, a zenkutsu dachi, e somente uma defesa, a guedan barai. Vamos começar! Prestem atenção! Kamai. Primeiro, vamos virar para a lateral, deslocando a perna direita para o nosso lado direito, fazendo a base e a defesa ao mesmo tempo. Agora, vamos virar para a nossas costas: a perna de trás vai cruzar para a lateral; a minha mão que está no hikite vai fazer a preparação da defesa; e vamos fazer o giro do corpo sem precisar deslocar as pernas. Ok? Agora, vamos defender para o meio, andando com a perna de trás para a lateral e também fazendo a defesa sempre junto. Vou girar para a minhas costas novamente, cruzando a perna de trás para a lateral, girando o corpo e fazendo a defesa. Feito isso, vamos repetir o avanço com a perna de trás para a nossa lateral esquerda; em seguida, fazemos o giro para as costas, cruzando a perna de trás novamente e apenas girando o corpo. Mantendo a mesma sequência, vamos avançar a perna de trás, andando para a lateral, junto com a defesa. Agora sim! Por último, repetimos o giro com a perna de trás. Deu para entender o quadrado que formamos? Então, vamos fazer novamente. Yame. Espero que vocês tenham conseguido fazer! Se ficou alguma dúvida, assistam ao vídeo até vocês aprenderem. Confio em vocês! Até a próxima aula! Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Exercícios de fortalecimento	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Fortalecer a musculatura dos membros inferiores e superiores.	
OBJETIVO GERAL: Praticar exercícios de fortalecimento para melhorar a estabilidade das bases e a velocidade nos golpes.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de aulas presenciais com o Kyoshi Ubiratan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Olá, pessoal! E aí, tudo bem? Espero que sim! Vamos começar mais uma aula! Hoje, vamos exercitar nosso fortalecimento muscular e nossa agilidade para melhorar nosso condicionamento físico. Vamos começar com o salto de corda! Imagine que vocês estão segurando ela. Vamos fazer o giro do braço e ao mesmo tempo, saltar dez vezes. Terminamos a corda, agora, vamos começar o polichinelo. Dez vezes. Agora, agachamento! Mantenham as mãos na posição do kamai e vamos agachar dez vezes. Feito isso, vamos fazer a flexão de braço, porém, vamos deixar o joelho apoiado no chão para facilitar o movimento. Encaixa o quadril para deixar a coluna reta e flexiona os braços até dez. Vamos deitar de barriga para cima. Deixem os joelhos flexionados e vamos fazer a elevação do tronco, fazendo o	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

exercício chamado abdominal. As pernas ficam paradas, subimos nosso tronco e abraçamos as pernas. Dez vezes também! Agora, vamos fazer outro tipo de abdominal. Coloquem a mão embaixo do bumbum. Deixem a cabeça parada encostada no chão e as pernas estendidas. Vamos subir somente as pernas, mantendo elas estendidas o tempo todo, até dez vezes. E, por último, a prancha. Vamos apoiar o antebraço no chão, estendendo as duas pernas e mantendo o nosso corpo reto, sem apoiar o joelho no chão. Temos que ficar parados até dez segundos. Bom, pessoal, estes exercícios vocês podem repetir em casa! Aqui, no vídeo, a Sensei mostrou uma vez de cada exercício, mas, em casa, vocês podem fazer umas três vezes cada exercício, tá bom? Até mais então! Osu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Treinamento de kihon (combinações de defesas com contragolpes)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar as variações de defesas.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a coordenação com treinamento mesclado de defesas.	
PROCEDIMENTOS: Esta sequência foi elaborada através de treinamentos com o Kyoshi Ubiratan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, galerinha! Como vocês estão? Tudo tranquilo em casa? Espero que sim. Hoje, nossa aula é especial porque vamos treinar algumas defesas básicas do karate. A parte de base hoje não iremos treinar. Vamos nos concentrar apenas nos membros superiores. Algumas defesas com sequência de um ataque, ok? Kamai. Deixem sempre os pés retos e na largura dos ombros, e as mãos fechadas. Vamos para a primeira defesa, que será acima da cabeça, que se chama jodan age uke. Primeiro, o braço direito faz a defesa e, em seguida, com o outro braço, vamos fazer o ataque oi zuki. Volta no kamai e vamos repetir do outro lado. Mais uma vez, os dois lados. A segunda defesa será yoko uke e manteremos o mesmo ataque. Vamos repetir cada sequência três vezes. A terceira defesa vai ser uchi uke. Vamos lá! A quarta defesa será guedan barai. E a última defesa será shuto uke, que é com a mão aberta. Feito isso, vamos repetir todas elas em uma só sequência como se fosse uma kata. Yame. Então, foi isso, pessoal. Aguardo vocês na próxima aula. Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treinamento de kumite	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Diversificar ataques durante a luta.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver agilidade nos ataques kizame e guiaku.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de treinamentos específicos para competições.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, pessoal! Espero que esteja tudo certo em casa, que vocês estejam assistindo às nossas aulas e gostando. Hoje, nossa aula será de luta. Treinaremos algumas sequências de golpes que podem ocorrer durante as competições. Façam a posição de luta! Kamai. Vamos iniciar com três ataques de braço. O primeiro ataque será o guiaku, que é com o braço de trás; o segundo ataque será kizame, que é com o braço da frente; e, por último, vamos repetir o guiaku. Primeiro, vamos treinar sem a movimentação, parados no lugar. Cinco vezes e depois trocamos a base. Na segunda sequência,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

vamos acrescentar um chute. Então, vamos atacar com guiaku zuki, chutamos com a perna da frente, que é o mawashi, e depois terminamos com o kizame e o guiaku. Cinco vezes esse lado e depois trocamos. Deu para entender? Então, treinem estas duas sequências porque, na próxima aula, vamos mudar. Até mais! Osu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 13

TEMA: Revisão dos Katas: Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daichi e Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daini	Turma: 1° ao 5° Ano
--	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Relembrar estes Kata.

OBJETIVO GERAL: Fazer o aluno relembrar os kata ensinados nas aulas dos meses anteriores.

PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de aulas presenciais com o Kyoshi Ubiratan.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu!

Oi, pessoal! Tudo bem por aí? Por aqui, está tudo certo. Hoje, vamos relembrar dois kata, que, inclusive, são bem parecidos, tanto no nome quanto na execução deles. O primeiro é o Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daichi e o segundo, o Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daini. O primeiro só tem uma defesa e um ataque, já o segundo tem três defesas e dois ataques. Os dois, porém, repetem a mesma base, a zenkutsu dachi, e, por isso, o nome do kata é esse. Então, vamos começar! Kamai. Naltee. Falem o nome do kata. Kamai. Defesa guedan barai, deslocando para o lado esquerdo, na base zenkutsu dachi. Vamos avançar e atacar oi zuki. Agora, andamos para trás, deslocando a perna da frente, e fazemos a defesa novamente. Depois, repetimos o ataque avançando. Em seguida, deslocamos a perna da frente para o lado esquerdo, indo para a direção do meio e fazendo a defesa; três ataques de soco e, no terceiro, o kiai. Agora, vamos fazer o mawate, que é chamado de parafuso. Cruzamos a perna de trás e giramos o corpo fazendo a defesa. Continuamos a sequência que é avançar e atacar, e, depois, andamos para trás novamente, defendemos e atacamos. Agora, vamos para o deslocamento, para o lado esquerdo, e defender. Em seguida, atacamos com três socos, com o kiai no último. Giramos, para fazer o parafuso novamente, e defendemos com guedan barai. Depois, atacamos, andamos para atrás, e fazemos a defesa e o ataque. Yame. Vamos iniciar o segundo kata. Naltee. Falem o nome do kata. Kamai. Vira para o lado esquerdo, fazendo a mesma base e a mesma defesa do outro kata. Parados, vamos defender com yoko uke e jodan age uke; depois, atacamos duas vezes: chutamos com a perna de trás primeiro, anda e cai com a perna na frente batendo o soco. Agora, andamos para trás e repetimos esta mesma sequência. Feito isso, vamos deslocar a perna da frente para a esquerda e virar para a direção do meio, repetindo essa sequência e acrescentando mais dois socos, com o kiai no segundo. Fazemos o mawate, cruzando a perna de trás, e repetimos as três defesas e os dois ataques. Em seguida, andamos para trás, deslocando a perna da frente e repetimos a mesma coisa. Quase terminando! Vamos deslocar para a lateral e repetir a sequência, acrescentando os dois socos e o kiai. Mawate. Gira, fazendo as defesas e os ataques. Para finalizar, anda para trás com a perna da frente, repetindo a sequência novamente. Yame. Treinem esses dois kata básicos e que, inclusive, já faz um tempo que aprendemos eles. Bom treino a todos e até a próxima aula! Osu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 14



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TEMA: Treinamento de kumite	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Variar estratégias de luta.	
OBJETIVO GERAL: Mesclar golpes de kumite para melhorar as combinações de ataques durante um combate.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de treinamentos específicos para competições.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, pessoal! Como vocês estão? Estão gostando das nossas aulas? Vamos para mais uma aula de karate! Hoje, treinaremos movimentos de luta. Vamos iniciar com uma sequência de chutes e, depois, de braços. Kamai. Na posição de luta, iniciamos com mawashi, chute com a perna de trás, na altura das costas ou da barriga. Isso vai depender da posição que nosso oponente estiver. Depois que chutarmos, vamos cair com a base na frente e, na sequência, vamos saltar, trocando de base e chutando um uramawashi, com a perna que está na frente, na altura da cabeça, entenderam? Então, vamos lá! Vamos devagar primeiro para entendermos a sequência! Apenas este lado! Depois, a gente troca. Agora, vamos continuamos com o princípio de trocar a base saltando, porém, vamos fazê-lo junto com ataques de braço. Vamos atacar kizame zuki; depois, salto, trocando a perna, e completo com o guiaku zuki. Somente este lado para ficar melhor e depois trocamos a perna. Yame. Então, é isso, galera! Até a próxima aula! Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Treinamento de kumite	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Ampliar as sequências de golpes.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver situações de contragolpes, melhorando as estratégias de saída de golpes e retorno de contra-ataques.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de treinamentos específicos para competições.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Oi, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Nosso treinamento será de kumite. Na primeira sequência, vamos fazer um ataque de perna e vamos imaginar que o nosso adversário defendeu o chute ou desviou, e vai voltar com um contragolpe na gente. Então, depois do nosso chute, faremos a defesa do contragolpe dele e completaremos com outro ataque. Vamos lá, então! Kamai. O primeiro ataque é o chute com a perna de trás, caindo com a base na frente; depois disso; vamos saltar para trás e, ao mesmo tempo, fazer a defesa guedan barai com a mão da frente; para completar, atacamos com o braço de trás, avançando a perna de trás também, como se fôssemos andar. Entenderam? Vamos repetir devagar e depois a gente troca o lado. Agora vamos mudar a situação. Vamos começar atacando com o braço da frente, e a pessoa também vai defender nosso ataque e nos contragolpear. Quando ela vier com o ataque, vamos fazer a defesa do rosto agora, uchi uke, imaginando que o ataque venha nessa direção, e, por último, finalizamos com o chute mawashi com a perna da frente, beleza? Então, vamos repetir agora! Troca o lado! Yame. Muito bom, pessoal! Continuem treinando aí em casa e nos vemos na próxima aula! Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 16



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TEMA: Treinamento de kihon de kata	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Repetir as principais defesas.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica das defesas básicas, trabalhando a coordenação e o raciocínio rápido.	
PROCEDIMENTOS: Esta aula foi planejada através de aulas presenciais com o Kyoshi Ubiratan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Seiza. Mokusso. Olhos fechados, puxa o ar bem fundo, concentração. Yame. Repitam com a Sensei: 1- Determinação, 2- Moral, 3- Desenvolvimento, 4- Senso comum, 5- Paz. Cumprimento marcial: Shomen ni rei – resposta: Ten sho ko tai jin. Sensei ni rei – resposta: Onegai shimassu. Otagai ni rei – resposta: Oss. De pé, kiritsu, Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Tudo tranquilo aí em casa? Estão treinando? Bom, vamos começar nossa aula com um treinamento básico de kihon de kata. Kamai. Vamos começar com a defesa jodan age uke. Vamos fazer duas defesas e dois ataques: cada movimento com um braço. Primeiro, o lado direito e depois o esquerdo. Vamos manter o braço parado no ataque e, deste movimento, vamos para a outra defesa, que será yoko uke. Os ataques são dois socos. Manteremos sempre o soco parado para darmos sequência e trocamos as defesas. A terceira defesa será uchi uke, a quarta, guedan barai e a última, shuto uke. Todas elas têm a sequência de dois ataques. Muito bem! Agora, vamos acrescentar mais um ataque. Atenção! Repetiremos as mesmas defesas e atacaremos três socos. Yame. Entenderam? Praticando este treinamento em casa, vocês vão melhorar bastante o kata, ok? Até a próxima aula então! Osu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes	
Oficina: Karate - Do	Semana de: 03/11 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula Treinamento de kihon de kata (sequência de defesas com bases mescladas)
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	- Reunião pedagógica - Gravação da aula Treinamento de kumite (chute uramawashi) - Treinamento
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	- Entrega de materiais impresso "Apostilas" – Eco - Gravação da aula Kata Tenshin Happon parte I
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula Kata Tenshin Happon parte II - Edição das aulas da semana

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes	
Oficina: Karate – Do	Semana de: 09/11 à 12/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	- Reunião pedagógica - Gravação da aula Kata Tenshin Happo parte III
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula Treinamento de kumite parte I
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	- Gravação da aula Treinamento de kumite parte II - Treinamento
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	- Gravação da aula Treinamento de kumite parte III - Edição das aulas da semana - Treinamento
SEXTA-FEIRA _/_/_	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes

Oficina:Karate – Do

Semana de: 16/11 à 19/11/2020

Carga horária semanal:16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	- Gravação da aula Treinamento de kihon de kata - Treinamento
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula Exercícios de fortalecimento
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	- Gravação da aula Treinamento de kihon (combinações de defesas com contragolpes) - Busca ativa – Eco
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	- Gravação da aula Treinamento de kumite - Entrega de materiais impresso “ Apostilas” – Eco - Edição das aulas da semana
SEXTA-FEIRA _/_/_	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes

Oficina:Karate – Do

Semana de: 23/11 à 26/11/2020

Carga horária semanal:16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula Revisão dos Kata kihon kata zenkutsu dachi dait e kihon kata zenkutsu dachi daini
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	- Treinamento - Gravação da aula Treinamento de kumite
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	- Gravação da aula Treinamento de kumite - Treinamento
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	- Gravação da aula Treinamento de kihon de kata - Edição das aulas da semana - Treinamento
SEXTA-FEIRA _/_/_	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a):Rafaela Ferreira Saes		Carga horária semanal: 16 horas		
Oficina: Karate - Do		Carga horária mensal: 64 horas		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 82: Treinamento de kihon de kata (sequência de defesas com bases mescladas)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Dt3-vMEA5jg		
		Youtube	Visualização: 09	Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14	Curtida:09
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 14	Curtida:07
		Instagram	Visualização: 05	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 42		TOTAL DE CURTIDAS: 29		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 83: Treinamento de kumite (chute uramawashi)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=asx_lZK3S8s		
		Youtube	Visualização: 18	Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida:09
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida:08
		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 29		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 84: Kata Tenshin Happo parte I		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=c-94BqLzxUY		
		Youtube	Visualização: 08	Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 09	Curtida:08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida:08
		Instagram	Visualização: 05	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 29		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 85: Kata Tenshin Happo parte II		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=knuZa52m7-8		
		Youtube	Visualização: 07	Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12	Curtida:10
		Facebook PROJETO	Visualização: 12	Curtida:08



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

		COMPARTILHAR		
		Instagram	Visualização: 05	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36			TOTAL DE CURTIDAS: 29	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: Kata Tenshin Happo parte III		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=w35SM7BMmvs		
		Youtube	Visualização: 06	Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15	Curtida:09
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 16	Curtida:08
		Instagram	Visualização: 05	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 42			TOTAL DE CURTIDAS: 29	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: Treinamento de kumite parte I		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ONxvbUSxOk0		
		Youtube	Visualização: 09	Curtida:03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 13	Curtida:08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13	Curtida:08
		Instagram	Visualização: 02	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37			TOTAL DE CURTIDAS: 26	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: Treinamento de kumite parte II		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mbZkOW52xGY		
		Youtube	Visualização: 07	Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 09	Curtida:07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida:08
		Instagram	Visualização: 06	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32			TOTAL DE CURTIDAS: 30	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Treinamento de kumite parte III		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=TFWgONahNO0		
		Youtube	Visualização: 17	Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 13	Curtida:08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 14	Curtida:07
		Instagram	Visualização: 02	Curtida: 07



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 46		TOTAL DE CURTIDAS: 26	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 90: Treinamento de kihon de kata	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=gcYV8Pbnzj4		
	Youtube	Visualização: 13	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 09	Curtida:07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida:09
	Instagram	Visualização: 16	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 48		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 91: Exercícios de fortalecimento	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=uGjicNJ0YaQ		
	Youtube	Visualização: 07	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida:10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida:06
	Instagram	Visualização: 08	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 92: Treinamento de kihon (combinações de defesas com contragolpes)	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=j5GJDIwXr7s		
	Youtube	Visualização: 08	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 20	Curtida:11
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 21	Curtida:06
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 93: Treinamento de kumite	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HwCBX24i19M		
	Youtube	Visualização: 09	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 04	Curtida:07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida:08
	Instagram	Visualização: 09	Curtida: 11



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 30	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 94: Revisão Kata Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daichi e Kihon Kata Zenkutsu Dachi Daini	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Pix_77fyZc4	
		Youtube	Visualização: 07 Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 08 Curtida:11
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 08 Curtida:07
		Instagram	Visualização: 06 Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 95: Treinamento de kumite	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=3m-p81SoD7c	
		Youtube	Visualização: 34 Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14 Curtida:12
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 15 Curtida:06
		Instagram	Visualização: 11 Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 74		TOTAL DE CURTIDAS: 33	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 96: Treinamento de kumite	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=fbt6D0r3KvM	
		Youtube	Visualização: 10 Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 13 Curtida:10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13 Curtida:09
		Instagram	Visualização: 04 Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 97: Treinamento de kihon de kata	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=l1GiJC7nWa8	
		Youtube	Visualização: 07 Curtida:04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12 Curtida:08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12 Curtida:07
		Instagram	Visualização: 13 Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		TOTAL DE CURTIDAS: 29	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Total geral de todas as **VISUALIZAÇÕES** das vídeoaulas: 663

Total geral de todas as **CURTIDAS** das vídeoaulas: 471

RETORNO DOS ALUNOS



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 18/11 – Busca Ativa

DIA: 05/11 - Entrega de materiais impresso “Apostilas”



DIA: 19/11 – Entrega de materiais impresso “Apostilas”





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor: Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip-Hop Modalidade Breaking	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 76 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/2020 • Iniciação passo a passo, movimento Floor Rock (Pedra do chão). Alunos 1º 2º 3º ano. • Floor Rock, combinações de entrada e saída, passo a passo. Alunos 1º 2º 3º ano. • Variação pós footwork, Floor Knee Switch(Interruptor de joelhos no chão).Alunos 4º 5ºano. • Footwork, com extensão do movimento, Tree Step Over Back(passo da árvore para trás). 4º 5º ano.	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 20/11/2020 • Footwork, Combinação Hip Threading (colocar o quadril). Alunos 1º2º3ºano. • Footwork, Combinações Threading Spin(enfiar o giro). Alunos 1º2º3º ano. • Combinação Knee Spin(giro de joelho). • Alunos 4º 5º ano. • Combinação Knee Slide(desliza de joelho) Alunos 4º 5º ano.
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 13/11/2020 • Floor rocks, Jump Over (Pular sobre). Extensão com movimentos variados. Alunos 1º 2º 3º ano. • Floor Rocks, kick out(chute fora). Extensão, pós footwork, movimentos variados com kick out. Alunos 1º 2º 3ºano. • Variação com movimento de solo Running mam(homem correndo).extensão do floor rock knne switch.4º5º ano. • Combinações Go Ups(subir) variações de subida dos movimentos floor rocks. Alunos 4º5º ano.	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 27/11/2020 • Footwork, Combinação Threading Leg(enfiar a perna).Alunos 1º2º3º ano. • Footwork, Combinação Threading To Roll(ameaçando rolar).Alunos 1º2º3º ano. • Variações, Movimento Knne Turn(joelho virado).Alunos 4º5º ano. • Top rock variação Low Spin Kick(chute de giro baixo). Alunos 4º5º ano.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Iniciação passo a passo, Movimento Floor Rock (Pedra do chão).	Turma: 1º 2º 3º ano
JUSTIFICATIVA: Acrescentar em cada aula, uma variação, combinação, extensão de passos e movimentos.	
OBJETIVO GERAL: O Objetivo é levar aprendizagem ao aluno, com novos passos e sequências de movimentos, preparando o dançarino para futuros eventos.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo de iniciação de movimentos.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.
Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

1ºscript – Ola saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando neste momento de quarentena, tomando as medidas cabíveis para se proteger.

2º script – Hoje vamos de iniciação floor rock (pedra no chão), primeiramente vamos iniciar do six step, vamos fazer a contagem, dos seis passos e entrar, você cruzar como se fosse fazer o hook, você gira, senta e joga os braços para deitar, você vai esticar uma perna, elevar sua cintura, mandando quadril para cima, e você começar a chutar para trás, impulsionando seu pé que está no chão ao mesmo tempo.

3º Script – Espero que vocês tenham curtido, que vocês tenham entendido, se vocês não entenderam, retorna para ver o vídeo, com mais calma e tranquilidade. Agradeço desde já, se cuidem e fiquem em paz.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Mitchell, J. Clyde (2010[1956]), “A dança Kalela: aspectos das relações sociais entre africanos urbanizados na Rodésia do Norte”, em Bela Feldman-Bianco (org.), *Antropologia das sociedades contemporâneas: métodos*, São Paulo, Editora UNESP, pp.365-436.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Floor Rock, combinações de entrada e saída, passo a passo.	Turma: 1º 2º 3º ano
JUSTIFICATIVA: A aula tem como intuito colocar em sincronia, de forma organizada uma ou mais sequência de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Exercer, elasticidade, flexibilidade, força, resistência tanto nos membros inferiores quanto superiores, adequando o corpo para o breaking.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 1ºscript – Ola saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando neste momento de quarentena, tomando as medidas cabíveis para se proteger. 2º script – Hoje vamos de combinações de entrada e saída passo a passo de floor rock. Vamos iniciar nessa posição deitados, como foi passado na aula anterior, vocês vão impulsionar a perna para lateral, torcendo o tronco, apoiando o braço na barriga, com outro braço você vai erguer seu peito, elevando as pernas, você pode fazer essa mesma subida, no momento em que você subir, você encolhe suas pernas, descendo com os joelhos e puxando com as mãos um spin. 3º Script – Espero que vocês tenham curtido, que vocês tenham entendido, se vocês não entenderam, retorna para ver o vídeo, com mais calma e tranquilidade. Agradeço desde já, se cuidem e fiquem em paz.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Leal, Sérgio José de Machado, <i>Acorda hip-hop! Despertando um movimento em Transformação</i> , Rio de Janeiro, Aeroplano Editora, 2007.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 3

TEMA: Variação pós footwork, Floor Knee Switch(Interruptor de joelhos no chão).	Turma: 4° 5°ano
JUSTIFICATIVA: Aqui, vamos desenvolver habilidades na dança, usando os joelhos, barriga e cintura.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar lateralidade, noção de espaço, coordenação motora, alongamento dos membros inferiores e superiores.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de variação de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 1ºscript – Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando neste momento de quarentena, tomando as medidas cabíveis para se proteger. 2º script – Pessoal hoje vamos fazer uma extensão de floor knne switck (interruptor de joelhos no chão), vamos iniciar partindo do footwork, no terceiro passo que vai dar atrás, nessa posição que nós chamamos de posição de gato, você vai entrar com a perna esquerda ou direita, vai passar por baixo, torcendo a cintura, vai cruzar e puxar, volta passa a perna, abrindo atrás, torce novamente a cintura, cruza e puxa novamente. 3º Script – Espero que vocês tenham curtido, que vocês tenham entendido, se vocês não entenderam, retorna para ver o vídeo, com mais calma e tranquilidade. Agradeço desde já, se cuidem e fiquem em paz.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ferreira, Vítor, “Dar corpo à juventude: o corpo jovem e os jovens nos seus corpos”.2011. p.257-275.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Footwork, com extensão do movimento, Tree Step Over Back(passo da árvore para trás).	Turma: 4° 5° ano
JUSTIFICATIVA: Como o Breaking agrega diversos estilos de movimentos, de outras danças, nesta atividade vamos explorar o espaço usando somente costas, pernas, braços e cintura.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar um dos movimentos inspirados e fundados dentro da dança Breaking.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de extensão de movimentos variados. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1ºscript – Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando neste momento de quarentena, tomando as medidas cabíveis para se proteger. 2º script – Pessoal vamos iniciar partindo do footwork, vocês vão passar 1,2, 3 passos, chutar a perna como se fosse entrar no monkey, já entrar de barriga, aqui você vai puxar com os braços torcendo o	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

quadril e batendo seu pé, 1 2, 3 torce o quadril passa a perna com o auxílio dos braços você puxa e novamente bate o pé, 1, 2, 3, passa por baixo torce a cintura, puxa com auxílio dos braços para poder virar e continua a sequência.

3º Script – Espero que vocês tenham curtido, que vocês tenham entendido, se vocês não entenderam, retorna para ver o vídeo, com mais calma e tranquilidade. Agradeço desde já, se cuidem e fiquem em paz e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Amarela, Junho (edição especial hip hop), disponível em: <http://andreadip.wordpress.com/2006/06/29/o-triunfo-e-do-nelson>. Acesso em 04/11/2020.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Floor rocks, Jump Over (Pular sobre). Extensão com movimentos variados.	Turma: 1º2º3ºano
JUSTIFICATIVA: Nesta atividade, vamos fazer a junção de dois movimentos, não muito comuns em outras modalidades de dança, mas no hip-hop é usado a décadas.	
OBJETIVO GERAL: Expor para os alunos, as expressões corporais, inspiradas na década de 70. Época em que os guetos dos Estados Unidos estavam sofrendo com a diferença racial e desemprego. Muito jovens negros e latinos se manifestavam em protesto com dança explorando as informações que tinham na época. Movimentos esses que representavam o soldado se rastejando até a trincheira, ou simulando acrobacias da ginástica olímpica.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 1ºscript – Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando neste momento de quarentena, tomando as medidas cabíveis para se proteger. 2º script – É isso aí galera vamos dar continuidade com a nossa extensão, com movimento floor rock jump over, é um dos movimentos de variações de rocks, vamos iniciar da base do floor rock, com as costas no chão você vai elevar o quadril, mantendo apoiado somente o pé e os ombros, você vai apoiar o cotovelo no chão e botar a sua mão próximo ao joelho, torce o corpo, apoiando com outra braço volta, você vai fazer a troca de pernas uma vez, você vai chutar a outra perna, apoiando o cotovelo ao chão, apoiando a mão próximo ao joelho e torcendo o seu corpo, apoia com a outra mão e volta. 3º Script – Espero que vocês tenham curtido, que vocês tenham entendido, se vocês não entenderam, retorna para ver o vídeo, com mais calma e tranquilidade. Agradeço desde já, se cuidem e fiquem em paz.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Chang, Jeff (2005), <i>Can't stop won't stop: a history of the hip-hop generation</i> , New York, St. Martin's Press.	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Floor Rocks, kick out(chute fora). Extensão, pós footwork, movimentos variados com kick out.	Turma: 1º2º3º ano
---	--------------------------



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

JUSTIFICATIVA: Na performance do dançarino de Breaking, existem movimentos que consistem em técnicas, portanto, também um processo de transição de fundamentos para a execução proposta em aula.

OBJETIVO GERAL: Através do movimento kick out, associado ao footwork, o aluno além de ampliar seu repertório de movimentos, também ganha agilidade e coordenação motora na execução da dança.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos.

Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.

Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

1º script – Ola saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando neste momento de quarentena, tomando as medidas cabíveis para se proteger.

2º script – é isso aí pessoal vamos dar continuidade de mais uma variação de floor rock, hoje vamos de kick out chute fora, lembrando que é uma extensão pos footwork, com alguns movimentos variados de perna. Vamos entrar na posição de costas, vai executar o floor rock, chutando, tanto com a perna esquerda tanto quanto a perna direita, começa chutando em cima, aí vai variando com os chutes baixos.

3º Script – Espero que vocês tenham curtido, que vocês tenham entendido, se vocês não entenderam, retorna para ver o vídeo, com mais calma e tranquilidade. Agradeço desde já, se cuidem e fiquem em paz.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Noronha, Fernanda, Paula Pires e, Renata Toledo (2007), “Japas e manos (ou streetiros e b.boys) na estação Conceição do metrô”, em José Guilherme Cantor Magnani e Bruna Mantese de Souza (orgs.), *Jovens na Metrópole. Etnografias de circuitos de lazer, encontro e sociabilidade*, São Paulo, Editora Terceiro Nome, pp.117-134.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Variação com movimento de solo Running man (homem correndo), extensão do floor rock knne switch.

Turma: 4º5ºano

JUSTIFICATIVA: Realizar combinações de passos, mas necessariamente o

OBJETIVO GERAL: Objetivo da aula será proporcionar mais uma combinação, a fim de ampliar o repertorio de passos utilizados em roda break.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos.

Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.

Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King. Professor de hip hop modalidade Break, venho para mais essa atividade junto com vocês, alunos do 4º 5º ano. Pessoal vamos trabalhar hoje uma variação chamado running man (homem correndo), uma extensão que vem depois do Knee sweet que foi passado na aula anterior. Primeiramente se direcione para plataforma do youtube, aula 46 aquecimento e alongamento, descansa recupera o fôlego, não esqueça de deixar o like.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

2º script - Pessoal vamos de running man, certo? vamos também de knee sweet, essa é uma posição de six step, se você tiver essa envergadura, você vai conseguir tocar, você tocando a perna estica e ela vai. Você senta estica a perna, ela vai, você senta e pode jogar a outra perna passar por dentro e estica de novo. Essa é uma variação para você poder entrar.

3º Script - Tem outras entradas que vocês podem estar utilizando partindo do CC assim por diante, espero que vocês tenham assistido esta aula, compreendido, coloque em prática com tranquilidade. Até a próxima aula, se cuidem e até mais!!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: GALLAHUE, David L. Compreendendo o desenvolvimento motor 7ª edição. Porto Alegre / RS. 2013

PLANO DE AULA 8

TEMA: Combinações Go Ups (subir). Variações de subida dos movimentos floor rocks.	Turma: 4º 5º ano
JUSTIFICATIVA: Aprender uma das combinações utilizadas em batalhas de break, este passo chamado Go Ups, traz para a apresentação um movimento dinâmico e agil.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar grupos musculares superiores, equilíbrio, lateralidade, impulso, coordenação motora, força física, resistência e noção de espaço.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script - Saudações pessoal, aqui é o professor King. Professor de hip hop modalidade Break, venho para mais essa atividade junto com vocês, alunos do 4º 5º ano e para os demais que estiverem acompanhando nossas aulas. Pessoal vamos trabalhar hoje o go ups que são subidas, da negativa saindo da base do chão, indo para extensões e também movimentos. Mas antes vou deixar aqui para vocês o link da aula 47 exercícios para fortalecimento, resistência e impulsão, assisti essa aula, toma uma água, recupera o fôlego e volta para essa, vou estar aguardando vocês. 2º script – Vamos lá para variação de go ups, dando continuidade das aulas passadas, onde fizemos o running man, também vamos partir, sair do knee switch, é uma continuidade dessas aulas. Então vamos lá, passei para vocês as entradas e saídas para esses movimentos, então vamos direto para o movimento. Para subir do knee switch, nesta posição, não fica complicado para subir na negativa. Você cruza a perna, puxa abre atrás, gira e cruza a perna de novo. Essa é uma das variações da subida. 3º script – Pessoal esse é o go ups, espero que vocês tenham entendido, caso não, reveja o vídeo, façam com calma, revejam o vídeo, coloque em prática com cautela, sempre com alguém ao lado, um irmãozinho, um amigo ou responsável. Para vocês poderem absorver bem, se cuidem e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: GALLAHUE, David L. Compreendendo o desenvolvimento motor 7ª edição. Porto Alegre / RS. 2013	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Footwork, Combinação Hip Threading (colocar o quadril)	Turma: 1º 2º 3º ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver habilidades na dança, usando os joelhos, barriga e cintura.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

OBJETIVO GERAL: Mesclar passos, floor rocks, e domina- lós com postura e consciência.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de extensão de movimentos variados.

Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.

Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

1º Script – Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando neste momento de quarentena, tomando as medidas cabíveis para se proteger.

2º Script- Hoje vamos trabalhar o HIP threading (colocar o quadril), mas antes vou deixar o link para vocês aula 46 de aquecimento e alongamento na plataforma no Youtube. Assistam esta aula deixa seu like e volta para essa aula. Vamos começar primeiramente com o six step ou footwork, traz a perna aqui como se fosse trancar no hook, cruzado, lembra do hook?, mais uma vez novamente, vai parar nessa fechada que seria o hook. Essa é a posição para sair para a combinação. Vamos lá então cruzou, pega no pé, você vai tirar um pouquinho do chão, elevar e passar por dentro.

3º Script – Espero que você tenha gostado, até a próxima aula, se cuidem!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: FREITAS, Elaine Daniely Miranda. Freeze: O Apice do b.boy no breaking. Curso de licenciatura plena em dança. Belém. 2013.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Footwork, Combinação Threading Spin (rosqueamento)

Turma: 1º 2º 3º ano

JUSTIFICATIVA: Através do movimento threading spin o aluno deverá combinar o spin(giro) com threading, para facilitar a transição para outros movimentos.

OBJETIVO GERAL: O objetivo é além de ampliar o repertório de movimentos, também desenvolver e fortalecer membros inferiores, coordenação motora, equilíbrio e noção de espaço.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de extensão de movimentos variados.

Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.

Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

1º Script - Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando e se resguardando neste período de quarentena. Hoje vamos para mais uma combinação, se tratando de um spin (giro), o threading spin (enfiando o giro), mas primeiro se dirige para o YouTube, assistam à aula 46, aquecimento e alongamento. Deixa seu like descansa e retorna para cá.

2º Script – Vamos começar iniciando do six step, na aula passada, fizemos uma combinação de threading, que é uma iniciação saindo do footwork e hoje não vai ser diferente, vamos usar como base. Lembra da base que eu passei para vocês para essa combinação e vocês podem dar sequência com outros movimentos e combinações. Partindo do Threading você vai elevar a perna, você abre as pernas, erguer um pouco seu corpo, pega no pé como se você tivesse fazendo threading, sai uma perna, gira. Tira aí você vai passar, cruzando atrás, vai virar o corpo, as duas pontas do pé no chão trocando até ficar nessa base, onde você vai pegar no pé e girar novamente.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

3º Script – Espero que vocês tenham curtido, que vocês tenham entendido, se vocês não entenderam, retorna para ver o vídeo, com mais calma e tranquilidade. Agradeço desde já, se cuidem e fiquem em paz.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: FREITAS, Elaine Daniely Miranda. Freeze: O Apice do b.boy no breaking. Curso de licenciatura plena em dança. Belém. 2013.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Footwork, Combinação Knne Spin (giro de joelho).	Turma: 4º 5º ano
JUSTIFICATIVA: Conduzir os alunos a transformar as experiências corporais desenvolvidas na dança breaking, em performance coletiva ou individual.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar aos alunos a variação com movimento de solo, Knne Spin através dos exercícios para realizar estes movimentos o aluno irá fortalecer membros e ganhar resistência.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de variações de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script - Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Espero que vocês estejam se cuidando e se resguardando neste período de quarentena. Hoje vamos trabalhar um movimento que é uma variação partindo do footwork, hoje vamos trabalhar os joelhos, vamos fazer o knee spin. Movimento simples, legal, ágil e dá a possibilidades de vocês estarem agregando outros movimentos, vou deixar o link aqui da aula 46, aula de aquecimento, alongamento, da uma olhadinha nessa aula, na plataforma do YouTube. Curte essa aula, deixa seu like, descansa, recupera seu fôlego e volta pra cá. 2º Script – Primeiramente vamos começar com 2 joelhos no chão, a gente pode fazer essa sequência saindo footwork estendendo top rock. Faz um tipo de go down e desce. Começando vai estar com joelhos de frente, na vertical vamos tirar o joelho, nunca curvado sempre reto, vai descer com um joelho na vertical, o joelho desce girando, depois dar continuidade até chegar na posição de saída. 3º script - Reveja essa aula, agregue esses movimentos ao footwork em cima do top rock, deixando a sessão de vocês mais extensa, espero que vocês tenham gostado, se cuidem e até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Scarpato, Marta Thiago Se 76 O corpo cria, descobre e dança com Laban e Freinet Marta Thiago Scarpato. -- Campinas, SP: (s. n.), 1999.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: .Footwork, Combinação Knne Slide (deslizar com joelhos).	Turma: 4º 5º ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar as bases, exercitando membros superiores e inferiores com variações de movimentos inseridos em aulas passadas. Memorização, concentração, equilíbrio, lateralidade, noção de espaço e coordenação motora.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar aos alunos a combinação Knne Slide como variações do estilo floor rocks.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos.

Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.

Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

1º Script - Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Pessoal vamos trabalhar hoje o knne slide (deslizar com o joelho) mas antes pessoal vou deixar para vocês o link da aula de aquecimento e alongamento. Aula 46 se dirijam ao youtube, assistam essa aula, beba uma agua descansa e retorna para essa aula. Será uma aula tranquila passo a passo para você entender essa variação.

2º script – Iniciando do footwork, vai fazer com o joelho, depois você vai deslocar o seu corpo, juntar e sair o outro joelho. Junta e levanta, você vai arrasta de novo tira o outro e arrasta, lembrando que nesse knee slide você pode estar emendando um spin.

3ºScript- Vamos para mais uma variação que essa é de frente, como se você fosse entrar no w, como se fosse escorregar para frente. Partindo do top rock é muito mais fácil, você entra e entra com joelho, entra na meia lua atrás e puxa joelho para trás. Espero que vocês tenham gostado e vejam esse vídeo com mais calma, mais tranquilidade, mais calma, mais tempo, deixa seu like, se cuida e até a próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Scarpato, Marta Thiago Se 76 O corpo cria, descobre e dança com Laban e Freinet I Marta Thiago Scarpato. -- Campinas, SP: (s. n.), 1999.

PLANO DE AULA 13

TEMA: Footwork, Combinação Threading To Roll (ameaçando rolar).	Turma: 1º2º3º ano.
JUSTIFICATIVA: Estender uma sessão de dança, utilizando movimento básico, assim facilitando a compreensão e a prática do aluno.	
OBJETIVO GERAL: A execução do passo e movimento Threading To Roll em um processo que inicia - se passo a passo tanto para iniciantes como adeptos a dança. Este movimento pode ser agregado a outras combinações.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script. - Saudações pessoal, prof. King professor de hip hop modalidade breaking. Pessoal hoje vamos trabalhar uma variação, dando continuidade da aula passada, serve também como uma combinação. Vamos trabalhar o threading to roll (ameaçando a rolar), como se fosse um rolinho no chão. Mas antes acesse a plataforma do YouTube, assista aula 47, aula de fortalecimento, resistência e impulsão. 2º script - Vamos partir daqui, tanto ela cruzada ou esticada, vai pegando a perna primeiramente, vai passar, vai rolar segurando a perna. Vamos rolar, primeiramente com o corpo no chão, faz o teu footwork, pegou, passou não vai largar, você vai descer amortecendo, pode ser com o pé no chão. 3º Script – Pessoal acredito que vocês compreenderam, atenderam, assista de novo essa aula, com mais calma, acrescente a session de vocês, fazer você mais uma vez aguardar. Pessoal até a próxima!	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: TECNICAS dos irmão Nigga. Disponível em:



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

<https://www.youtube.com/watch?v=IKb1vszkeC8>. Acesso em: 06/11/2020.

RAPOSO, Otávio Ribeiro. Tese de doutorado em Antropologia urbana. 2013. Coreografias da Amizade: estilos de vida e segregação entre os jovens do break dance da Maré (Rio de Janeiro).

PLANO DE AULA 14

TEMA: Footwork, Combinação Threading leg (enfiar a perna).	Turma: 1º 2º 3º ano
JUSTIFICATIVA: Utilizando movimentos básicos de rotação o aluno irá desenvolver equilíbrio e agilidade, além de trabalhar todo o corpo fortalecendo assim seus membros.	
OBJETIVO GERAL: A combinação Threading leg é um movimento que o próprio nome já diz, enfiar o corpo, este movimento para ser bem executado. O aluno necessita compreender o momento certo em que ele deve utilizar o passo e no ritmo da música.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VIDEO AULA: 1º Script - 1º Script - Olá saudações pessoal! Aqui o profº King, professor de hip hop modalidade breaking. Venho para mais uma atividade com você. Vamos aprender combinações, chamada threading leg (enfiar a perna). Mas primeiramente pessoal o link da plataforma com a aula 46, alongamento e aquecimento, se direcione até lá, assistam à aula, alongue, logo em seguida toma uma água descansa não esquece de deixar seu like, e volta para essa atividade. 2º Script – Vamos começar do footwork, porque esse trabalho é feito no chão, é uma combinação q é feita em baixa partindo do six step. Saindo do footwork, contando até 6, você pega na perna, com braço ao contrário, chegando no quinto passo do footwork, no sexto passo você vai pegar no seu pé torcido, ou quando você estiver no quinto passo. Pode ver que no quinto passo você vai estar sentado no seu calcanhar, vai arrastar outra perna, você vai pegar no seu pé dá uma levantada, você vai passar por dentro e volta. Coloque essa aula em pratica, se divirtam até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: BREAK DancePower move Collection (Bboy SNACK , ARIYA , GOODmen , FreeasyClothing). Youtube, 30 de maio de 2018. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=g5Xr0F4a0iU&list=PLR0z-aBV9JqYP3LwOjPsrM4qc0sVjMI3d&index=100 >. Acesso em: 09/11/2020	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Variações, Movimento Kne Turn (joelho virado).	Turma: 4º 5º ano
JUSTIFICATIVA: Através do movimento Kne Turn os alunos praticarão o fortalecimento dos membros inferiores, coordenação motora ampla e ritmo.	
OBJETIVO GERAL: O movimento Kne Turn é utilizado nas batalhas de roda break, este movimento requer força nos membros inferiores, além de agilidade e ritmo. Também está sendo aplicada para ampliar o repertório de passos para serem executados em apresentações.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de variações de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTEIRO VÍDEOAULA:

1º script - Saudações pessoal aqui é o professor king para mais uma atividade com vocês. Vou passar para vocês uma variação de um movimento complementando aula passada, o low spin kick, a aula que vou passar para vocês é uma extensão desse movimento, mas antes vou deixar para vocês um link da aula 46, aula de aquecimento e alongamento, se direcione para a plataforma do YouTube, assista essa aula, deixa seu like, descansa e volta para essa atividade. Hoje vamos trabalhar uma variação chamada knne turn (joelho virado), espero que vocês apreciem essa atividade e agreguem para a vida de vocês.

2º script - Saindo do footwork, como é uma variação de solo, vamos partir do footwork, vamos começar primeiramente uma perna na frente, sentado em cima do calcanhar, você vai virar e deitar em cima do seu pé, você vai fazer uma espécie de slide, você só vai trazer sua perna, para você fazer uma espécie de spin. Você vai utilizar tanto sua perna esquerda, quanto sua direita, uma perna esticada, você vai fazer com as mãos ate. Você estiver com equilíbrio dominado, você vai fazer sem as mãos. Você faz 1, 2 no 3 você puxa

3º script - Espero que vocês tenham gostado da aula, coloquem em pratica, no passo a passo revejam a aula, até a próxima, se cuida e fica em paz.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: BREAK DancePower move Collection (Bboy SNACK , ARIYA , GOODmen , FreeasyClothing). Youtube, 30 de maio de 2018. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=q5Xr0F4a0iU&list=PLR0z-aBV9JqYP3LwOjPsrM4qc0sViMI3d&index=100>>. Acesso em: 12/11/2020

PLANO DE AULA 16

TEMA: Top rock variação Low Spin Kick(chute de giro baixo).	Turma: 4º5º ano
JUSTIFICATIVA: Proporcionar aos alunos a possibilidade de ampliar o conhecimento, com vasto repertorio de passos para serem utilizados em roda break ou apresentações.	
OBJETIVO GERAL: O aluno ira conhecer o movimento Low Spin Kick, com isso também irá realizar exercícios de agachamento, coordenação motora, lateralidade e fortalecer membros inferiores.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta. Segue com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de variações de movimentos. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 1º script – Olá pessoal aqui é o professor King, professor de hip hop, modalidade breaking, vem para mais uma atividade com vocês. Pessoal vamos trabalhar uma espécie de go down, é uma descida para o footwork, o nome dessa variação desse go down, é low spin kick, se trata de um chute com um giro, para vocês estarem agregando ao footwork de vocês, lembrando que é um movimento que vem depois do top rock. Mas antes vou deixar um link para vocês, de alongamento e aquecimento, aula 46, façam descansa e vem para essa aula. 2º script - Vamos começar essa atividade com go down e low spin kick, vamos começar do top rock, pode ser do indian step, front step ou qualquer top rock. Vamos pegar a base que vai ser essa, as pernas entre abertas, alinhadas com o ombro, sai do seu top rock, pode ser front, esse go down tem uma espécie de um giro, que é uma meia lua de capoeira, vocês vão tocar o chão com as pernas ao	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

contrário do braço, se eu coloca o braço esquerdo eu coloco a perna direita, se coloco braço direito eu coloco a perna esquerda, essa meia lua é uma espécie de um chute, você pode fazer em cima ou para baixo.

3º script – Espero que vocês tenham compreendido, absorvido, essa atividade em caso de dúvida, revejam a aula, façam com mais calma, com mais tranquilidade, agradeço desde já, até mais e se cuidem.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: COMO Dançar Break. Dança de rua, 2011. Disponível em: <<https://www.dancaderua.com/comodancarbreak>>. Acesso em: 12/11/2020

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça

Oficina: Hip – Hop breaking

Semana de: 02/11 à 06/11/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	● Testes de sequência dos passos. ● Preparação de playlist ● Gravação da vídeoaula Iniciação passo a passo, movimento Floor Rock
QUARTA-FEIRA 04/11/20	● Reunião Pedagógica pela plataforma Google Meet. ● Testes de sequência dos passos. ● Preparação de playlist ● Gravação da vídeoaula Floor Rock, combinações de entrada e saída, passo a passo
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	● Testes de sequência dos passos. ● Preparação de playlist ● Gravação da vídeoaula Varição pós footwork, Floor Knee Switch, regulagem do som e tripé. ● Entrega de material impresso (apostilas) na ECO – Escola de competência Rollemberg (período da manhã)
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	● Gravação da vídeoaula Footwork, com extensão do movimento, Tree Step Over Back ● Entrega de material impresso (apostilas) na ECO – Escola de competência Rollemberg. (Período da tarde)



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip – Hop breaking	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 16horas	Carga horária total: 64horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	• Reunião pedagógica online pela plataforma Google Met. • Pesquisa e planejamento das aulas da semana, bases técnicas de variações e combinações de floor rocks • Preparação da playlist da semana.
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	• Gravação da vídeoaula Floor rocks, Jump Over, organização do ambiente (tatames), regulagem do som e tripé.
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	• Testes de sequência dos passos. • Gravação da vídeoaula Floor Rocks, kick out, regulagem do som e tripé.
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	• Gravação da vídeoaula Variação com movimento de solo Running mam, regulagem do som e tripé.
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	• Gravação da vídeoaula Combinações Go Ups regulagem do som e tripé.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip – Hop breaking	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	Pesquisa e planejamento das aulas da semana, bases e técnicas de combinações e variações de threading • Testes de sequência dos passos. • Preparação de playlist da semana
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	• Gravação da vídeoaula Footwork, Combinação Hip Threading, regulagem do som e tripé.
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	• Testes de sequência dos passos. • Gravação da vídeoaula Footwork, Combinações Threading Spin, regulagem do som e tripé.
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	• Entrega de material impresso (apostilas) na ECO – Escola de competência Rollemberg. no período da manhã. • Gravação da vídeoaula Combinação Knee Spin, regulagem do som e tripé.
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	• Entrega de material impresso (apostilas) na Escola Municipal Paul Harris Percy no período da manhã • Gravação da vídeoaula Combinação Knee Slide



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip – Hop breaking	Semana de: 23/11 à 27/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, relacionadas ao breaking bases e técnicas de movimentos de solo. • Testes de sequência dos passos. • Preparação de playlist da semana.
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	• Gravação da vídeoaula Footwork, Combinação Threading Leg, regulagem do som e tripé.
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	• Gravação da vídeoaula Footwork, Combinação Threading To Roll, regulagem do som e tripé.
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	• Gravação da vídeoaula Variações, Movimento Knne Turn, regulagem do som e tripé.
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	• Gravação da vídeoaula Top rock variação Low Spin Kick, regulagem do som e tripé.

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça		Carga horária semanal: 16 horas		
Oficina: Hip - Hop Breaking		Carga horária mensal: 64 horas		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 86: Aula 86 - "Iniciação floor rock" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)		
		Link do vídeo:< https://www.youtube.com/watch?v=io4OI91IOMw&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=86 >		
		Youtube	Visualização: 8	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 18	Curtida:14
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:40		TOTAL DE CURTIDAS:32		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 87: Aula 87 - "Combinações floor rock" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sGxJUbwWG7FA&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=87		
		Youtube	Visualização: 8	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 6
		Facebook	Visualização: 7	Curtida: 7



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

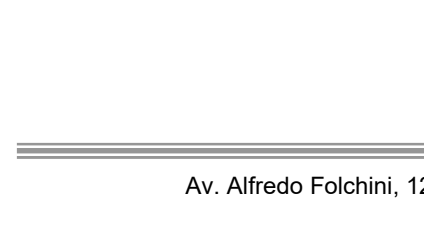
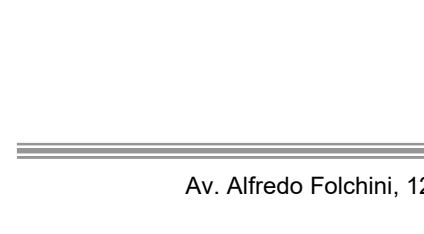
	PROJETO COMPARTILHAR		
	Instagram	Visualização: 4	Curtida:8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25		TOTAL DE CURTIDAS:25	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88:Aula 88 - "Floor Knee Switch" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sGxJUbWG7FA&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=87	
		Youtube	Visualização: 6 Curtida: 5
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:7 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 3 Curtida:9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:21		TOTAL DE CURTIDAS:26	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Aula 89 - "Variação Three Steps" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HOIXPGwaPrg&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=89	
		Youtube	Visualização: 5 Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 2 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:27	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 90: Aula 90 - "Variação floor rock" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=5ElfwXnzOMA&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=90	
		Youtube	Visualização: 4 Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8 Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 3 Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:21		TOTAL DE CURTIDAS:27	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 91: Aula 91 - "Movimento Kick Out" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OahfLAeRPnM&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=91	
	Youtube	Visualização: 4
	Facebook	Visualização: 7
	UNIAO BRASIL	Curtida: 5
	Facebook	Curtida: 6
	PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7
	Instagram	Curtida: 5
	Visualização: 2	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 24
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 92: Aula 92 - "Running Man" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=hHupAXbu3O0&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=92	
	Youtube	Visualização: 6
	Facebook	Visualização: 8
	UNIAO BRASIL	Curtida: 5
	Facebook	Curtida: 6
	PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5
	Instagram	Curtida: 8
	Visualização: 5	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 28
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 93: Aula 93 - "Combinações Go Ups" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=rNAE4yfGbxw&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=93	
	Youtube	Visualização: 5
	Facebook	Visualização: 9
	UNIAO BRASIL	Curtida: 5
	Facebook	Curtida: 6
	PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8
	Instagram	Curtida: 9
	Visualização: 3	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 29



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 94: Aula 94 - "Combinação Hip threaning" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2CjJte8jZmY&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=94		
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 5
		Facebook	Visualização: 5	Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 5	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 30		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 95: Aula 95 - "Combinações threaning spin" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=js0Ej5qVwTs&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=95		
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 5
		Facebook	Visualização: 5	Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 2	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 27		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 96: Aula 96 - "Variações Knee spin" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=719KjmtRik&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=96		
		Youtube	Visualização: 6	Curtida: 5
		Facebook	Visualização: 8	Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 5	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 29		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 97: Aula 97 - "Combinações Knee slide" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=YajLV2XLeYc&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=97		
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 5
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 6
		Facebook	Visualização: 6	Curtida: 5



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

		PROJETO COMPARTILHAR			
		Instagram	Visualização: 6	Curtida:9	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25			TOTAL DE CURTIDAS:25		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 98: Aula 98 - "Combinação threaning leg" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)			
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=BoLTwXMj6mk&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=98			
		Youtube	Visualização: 4	Curtida: 5	
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 8	
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 6	
		Instagram	Visualização: 7	Curtida:9	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:26			TOTAL DE CURTIDAS:28		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 99: Aula 99 - "Threaning to roll" - Aula de Hip Hop com o professor King (1º, 2º e 3º ano)			
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Mgl7nMdVqo4&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=99			
		Youtube	Visualização: 8	Curtida: 4	
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 6	
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 8	
		Instagram	Visualização: 2	Curtida:7	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:29			TOTAL DE CURTIDAS:25		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº100: Aula 100 - "Low Spin Kick" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)			
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=AugWt2zu56E&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=100			
		Youtube	Visualização: 5	Curtida: 5	
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 7	
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 9	
		Instagram	Visualização: 2	Curtida:7	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:22			TOTAL DE CURTIDAS:28		



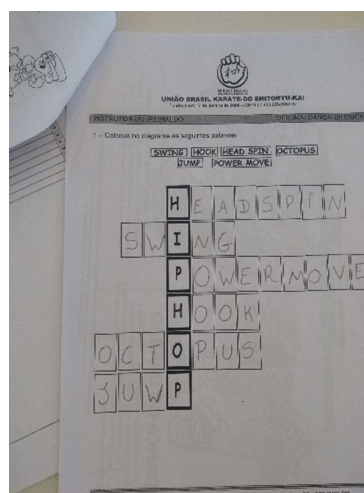
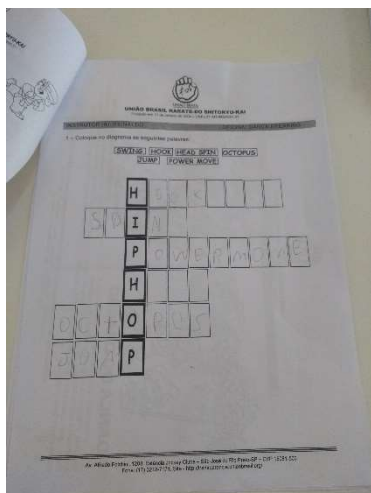
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 101: Aula 101 - "Variação Knee Turn" - Aula de Hip Hop com o professor King (4º e 5º ano)	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ixtkBf6G_kl&list=PLpU23UKHWZE56LmCefaOYwYno94C0s8FD&index=101		
	Youtube	Visualização: 9	Curtida: 4
	Facebook	Visualização: 7	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 9	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:33		TOTAL DE CURTIDAS:28	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 393			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 438			

RETORNO DOS ALUNOS



Aluno: Michel Lucas. Turma 2 Escola: Escola Municipal Paul Percy Harris



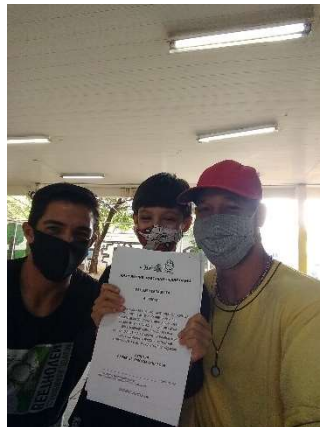
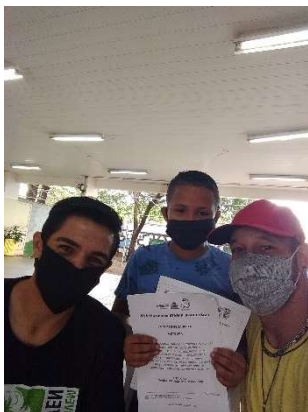
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 06/11/2020 – ECO Escola de Competências Rollemberg
Entrega de material impresso (apostila)



DIA: 20/11/2020 – Escola Municipal Paul Percy Harris
Entrega de material impresso (apostila)





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 02/11 à 06/11/20 • Educativo para batida com terminação de punho • Educativo para batida com terminação de punho 2 • Movimentação com ritmo de samba • Movimentação com ritmo de samba 2	Plano de aula 3º semana de: 16/11 à 20/11/20 • Atividade de equilíbrio 2 • Movimentação em L com ritmo • Movimentação em L com ritmo 2 • Movimentação na rede e fundo de quadra com ritmo
Plano de aula 2º semana de: 09/11 à 13/11/20 • Confecção de peteca com material reciclável • Confecção de pompom com material reciclável • Confecção de raquete com material reciclável • Atividade de equilíbrio 1	Plano de aula 4º semana de: 23/11 à 27/11/20 • Movimentação em “T” com ritmo • Movimentação em Y com ritmo 1 • Movimentação em Y com ritmo 2 • Movimentação em triângulo com ritmo

PLANO DE AULA 1

TEMA: Educativo para batida com terminação de punho	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação motora fina Membro dominante	
OBJETIVO GERAL: conscientizar os alunos e passar exercícios técnicos para melhorar de batida na peteca	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da SHUTTLE TIME , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje nós vamos passar alguns exercícios Educativos para batida com terminação de punho que é usado o tempo todo durante um jogo, a Isabela irá fazer os exercícios para que vocês entender. No exercício 1º ela vai fazer movimento de punho simulando a batida na peteca, no 2º exercício ela irá fazer a rotação de antebraço e terminação de punho, no 3º exercício ela vai fazer extensão e rotação d antebraço com terminação de punho e para finalizar iremos fazer todos esses 3 passos com batida na peteca. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=pGqsXT61mUM&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=13 https://www.youtube.com/watch?v=cOJtimCfnTA&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=12	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 2

• TEMA: Educativo para batida com terminação de punho 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação motora fina Membro dominante	
OBJETIVO GERAL: conscientizar os alunos e passar exercícios técnicos para melhorar de batida na peteca	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da SHUTTLE TIME , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje nós vamos passar alguns exercícios Educativos para batida com terminação de punho que é usado o tempo todo durante um jogo, a Isabela irá fazer os exercícios para que vocês entender. No exercício 1º ela vai fazer movimento de punho simulando a batida na peteca já com a raquete, no 2º exercício ela irá fazer a rotação de antebraço e terminação de punho com a raquete, no 3º exercício ela vai fazer batida com terminação de punho batendo no pompom, no 4º exercício batida no pompom com rotação de antebraço e terminação de punho, e para finalizar iremos fazer todos esses 3 passos anteriores na peteca e para finalizar o Victor irá jogar peteca para ela bater. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=pGqsXT61mUM&list=PLA7Zcagl0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=13 https://www.youtube.com/watch?v=cOJtimCfnTA&list=PLA7Zcagl0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=12	

PLANO DE AULA 3

• TEMA: Movimentação com ritmo de samba	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a concentração dos alunos	
OBJETIVO GERAL: desenvolver e aprimorar a concentração e e conscientização corporal	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da MIRATUS , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje nós vamos começar a fazer exercícios de movimentação com ritmo. No exercício 1º iremos fazer a marcação no lugar marchando, no exercício 2º iremos fazer somente uma passada a frente, no exercício 3º vamos 2 passada a frente, no segundo momento vamos fazer todos exercícios anteriores com raquete. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=QZIFEJeckLI	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 4

• TEMA: Movimentação com ritmo 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a concentração dos alunos	
OBJETIVO GERAL: desenvolver e aprimorar a concentração e e conscientização corporal	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da MIRATUS , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje nós vamos começar a fazer exercícios de movimentação com ritmo. No exercício 1º iremos fazer a marcação no lugar marchando, no exercício 2º o João ira fazer a movimentação em “V”, no exercício 3º o João somente na frente de rede, no 4º exercício iremos fazer a movimentação em “V”, com batida na peteca. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=QZIFEJeckLI	

PLANO DE AULA 5

• TEMA: Confecção de peteca com material reciclável	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar a criatividade dos alunos	
OBJETIVO GERAL: trabalhar e desenvolver criatividade dos alunos e as capacidades psicomotora	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site da professora Sandra Sorpreso , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar mais um modelo de peteca com materiais reciclável: um barbante, uma folha de jornal e uma sacolinha d mercado. O 1º passo vocês ira enrolar a sacolinha de mercado fazendo uma bolinha e amarrar com uma linha, em seguida pegar meia folha de jornal e colocar a bolinha no centro da folha e embalar a bolinha na folha de jornal, amarrar com uma linha com fosse um ovo de páscoa e cortar o excedente do jornal para diminuir o seu tamanho e melhorar a sua dinâmica e fase aérea. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/channel/UCUVuQcMBzVwTKSzue07lpXw	

PLANO DE AULA 6

• TEMA: Confecção de raquete com material reciclável	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar a criatividade dos alunos	
OBJETIVO GERAL: trabalhar e desenvolver criatividade dos alunos e as capacidades psicomotoras.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site da professora Sandra	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Sorpreso, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar mais um modelo de raquete com materiais reciclável: vamos usar um cabide de roupa de metal, uma meia calça, malha fina, fita adesiva e um pedaço de bambu, cano de PVC meia polegada com 30 cm ou cabo de vassoura. O 1º passo vocês devem entortar o cabide até chegar a forma desejada em seguida coloca a fita adesiva para juntar as duas pontas do cabide, depois encaixa no cano de PVC amarrar ou passar fita adesiva. Para finalizar encaixar a meia calça na raquete passando duas ou três vezes e arrematando com fita adesiva. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/channel/UCUVuQcMBzVwTKSzue07lpXw>

PLANO DE AULA 7

• **TEMA:** Confeção de pompom com material reciclável

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: trabalhar a criatividade dos alunos

OBJETIVO GERAL: trabalhar e desenvolver criatividade dos alunos e as capacidades psicomotoras

PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site da professora **Sandra Sorpreso**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar mais um modelo de pompom com materiais reciclável. Hoje nós iremos fazer um pompom com 3 sacolinha de supermercado e um barbante. Primeiro vamos cortar as alças da sacolinha com a tesoura em seguida devemos cortar as sacolinha em tiras com a largura de 3 a 4 centímetros cada fita, juntar as 3 sacolinha amarrando e deixando um gargalho para amarrar o barbante e pendurar e qualquer local para brincar. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/channel/UCUVuQcMBzVwTKSzue07lpXw>

PLANO DE AULA 8

• **TEMA:** Atividade de equilíbrio 1

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: melhorar o equilíbrio dinâmico e estático dos alunos

OBJETIVO GERAL: trabalhar o equilíbrio dinâmico, coordenação e propriocepção.

PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site da professora **Nicole Wiesne**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de equilíbrio dinâmico e estático para que vocês possam fazer em casa. No 1º exercício o Victor terá que pegar os cones somente com uma de um bambolê e colocar para no outro e repetir o exercício alternando a perna, no 2º exercício o Victor deve saltar no bambolê onde tem o cone com a cor que o professor falar trocando as pernas e retornar no mesmo lugar, no 3º exercício o Victor devera saltar nos bambolês conforme o professor apontar com a raquete. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=Qk9QQyOT8Sw>



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 9

TEMA: Atividade de equilíbrio 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar o equilíbrio dinâmico e estático dos alunos	
OBJETIVO GERAL: trabalhar o equilíbrio dinâmico, coordenação e propriocepção.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site da professora Nicole Wiesne , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de equilíbrio dinâmico e estático para que vocês possam fazer em casa. No 1º exercício o Victor deveria saltar nos bambolês conforme o professor a cor que o professor falar sem fazer a passagem pelo bambolê do, no 2º exercício o Victor deve pegar as petecas a sua frente e colocar uma em cada dos cones chinês somente com uma perna em seguida deve retornar as petecas com a outra perna, no 3º exercício o Victor deveria montar uma pirâmide com os cones que estão nas laterais somente com uma perna em seguida ele tem desmontar a pirâmide voltando os cones no lugar com outra perna. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=Qk9QQyOT8Sw	

PLANO DE AULA 10

• TEMA: Movimentação em L com ritmo 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação e lateralidade	
OBJETIVO GERAL: melhorar e aprimorar a coordenação motora e lateralidade	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da SHUTTLE TIME , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de movimentação com ritmo em “L”.. No 1º exercício o professor vai fazer movimentação sem o ritmo na frente de rede e lateral em forehand de quadra, no 2º exercício eu irei fazer os mesmos movimento que fiz anteriormente agora com ritmo, no 3º exercício o Victor fazer vai fazer a mesma movimentação com batida no pompom na lateral da quadra no seu lado direito, no 4º exercício o Victor faz a mesma movimentação com batida na peteca na frente da rede e lateral de quadra em forehand . Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=pGqsXT61mUM&list=PLA7Zcagl0frBecqY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=13 https://www.youtube.com/watch?v=cOJtimCfnTA&list=PLA7Zcagl0frBecqY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=12	

PLANO DE AULA 11

• TEMA: Movimentação em L com ritmo 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação e noção espaço temporal e lateralidade	
OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal na frente de rede e lateral de quadra.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da SHUTTLE TIME , ensaio do	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de movimentação com ritmo “L” ao contrário. No 1º exercício o professor vai fazer movimentação sem o ritmo na frente de rede e lateral em **Backhand** de quadra, no 2º exercício eu irei fazer os mesmos movimentos que fiz anteriormente agora com ritmo, no 3º exercício o Victor vai fazer a mesma movimentação com batida no pompom na lateral da quadra no seu lado esquerdo, no 4º exercício o Victor faz a mesma movimentação com batida na peteca na frente da rede e lateral de quadra em Backhand. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=pGqsXT61mUM&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=13>

<https://www.youtube.com/watch?v=cOJtimCfnTA&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=12>

PLANO DE AULA 12

TEMA: Movimentação na rede e fundo de quadra com ritmo

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação e noção espaço temporal

OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal na frente de rede e fundo de quadra.

PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da **SHUTTLE TIME**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de movimentação com ritmo. No 1º exercício o Victor vai fazer a movimentação sem o ritmo na frente de rede e fundo de quadra, no 2º exercício ele irá fazer o mesmo movimento que fez anteriormente agora com ritmo, no 3º exercício o professor vai fazer a mesma movimentação com batida no fundo no pompom, no 4º exercício o Victor faz a mesma movimentação, mas neste momento faz a batida na peteca na frente da rede e fundo de quadra. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=pGqsXT61mUM&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=13>

<https://www.youtube.com/watch?v=cOJtimCfnTA&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=12>

PLANO DE AULA 13

TEMA: Movimentação “T” com ritmo

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação, noção espaço temporal e lateralidade.

OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal na frente de rede e lateral de quadra.

PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da **SHUTTLE TIME**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

equipamentos, deslocamento até o local de gravação.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de movimentação com ritmo em “T”. No 1º exercício o professor vai fazer a movimentação sem o ritmo na frente de rede e nas laterais de quadra, no 2º exercício o professor ira fazer o mesmo movimento que fez anteriormente agora com ritmo, no 3º exercício o Victor fazer vai fazer a mesma movimentação com batida no pompom em **Backhand** e depois a batida em **Forehand**, no 4º exercício o Victor faz a mesma movimentação, mas neste momento faz a batida na peteca na frente da rede e nas laterais da quadra. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=FNtWuYPqgEQ&list=PL6B8041550579DA0A&index=77>

PLANO DE AULA 14

TEMA: Movimentação em Y com ritmo 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação, noção espaço temporal e senso de direção.	
OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal, senso e direção na frente de rede e fundo de quadra.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da SHUTTLE TIME , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de movimentação com ritmo em “Y”. No 1º exercício o Victor vai fazer a movimentação sem o ritmo na frente nos canto da rede e fundo de quadra na diagonal em Forehand , no 2º exercício ele ira fazer o mesmo movimento que fez anteriormente agora com ritmo, no 3º exercício o Victor fazer vai fazer a mesma movimentação com batida no pompom em Forehand , no 4º exercício o Victor faz a mesma movimentação, mas neste momento faz a batida na peteca nos canto frente na rede e fundo de quadra em Forehand na diagonal. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=1MOqg8KP6Tw&list=PLA7Zcagl0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=6	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Movimentação em Y com ritmo 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação, noção espaço temporal e senso de direção.	
OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal, senso e direção na frente de rede e fundo de quadra.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da SHUTTLE TIME , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de movimentação com ritmo em “Y”. No 1º exercício o Victor vai fazer a movimentação sem o ritmo na frente nos canto da rede e fundo de quadra na diagonal no seu lado esquerdo, no 2º exercício ele ira fazer o mesmo movimento que fez anteriormente agora com ritmo, no 3º exercício o Victor fazer vai fazer a mesma movimentação com batida no pompom no seu lado esquerdo em Forehand, no 4º exercício o Victor faz a mesma movimentação, mas neste momento faz a batida na peteca nos canto á frente da rede e fundo de quadra no seu lado esquerdo na diagonal com batida Forehand. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=1MOqg8KP6Tw&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=6>

PLANO DE AULA 16

• TEMA: Movimentação em triângulo com ritmo	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação, noção espaço temporal, lateralidade e concentração	
OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal, senso e direção na frente de rede e fundo de quadra e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da SHUTTLE TIME , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton, na aula de hoje nós iremos passar alguns exercícios de movimentação com ritmo em triângulo . No 1º exercício o Victor vai fazer a movimentação sem o ritmo na frente de quadra na diagonal no seu lado direito e fundo de quadra na diagonal no seu lado direito, no 2º exercício ele ira fazer o mesmo movimento que fez anteriormente agora com ritmo, no 3º exercício o Victor fazer vai fazer a mesma movimentação com batida no pompom na frente de rede em forehand em faz a batida no pompom no fundo de quadra também no seu lado direito , no 4º exercício o Victor faz a mesma movimentação, mas neste momento faz a batida na peteca no canto á frente da rede e fundo de quadra no seu lado direitona diagonal com batida Forehand.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=1gLRPzuuqQ8&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=9	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	Semana de: 03/11 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	FERIADO
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	Na gravaçãode Educativo para batida com terminação de punho procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em 4 etapas com



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
QUARTA-FEIRA 04/11/2020	Reunião pedagógica pela plataforma Google Meet • Na gravação de Educativo para batida com terminação de punho 2 procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em 4 etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
QUINTA-FEIRA 05/11/2020	• Na gravação de Movimentação com ritmo de samba procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em 4 etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	Na gravação de Movimentação com ritmo de samba 2 procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em 4 etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	Semana de: 09/11 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	Reunião Pedagógica pela plataforma Google Meet
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Na gravação de Confecção de peteca com material reciclável procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	Na gravação de Confecção de pompom com material reciclável procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	Na gravação de Confecção de raquete com material reciclável procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	Na gravação de Atividade de equilíbrio 1 procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	Semana de: 16/11 à 20/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	Na gravação de Atividade de equilíbrio 2 procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	Na gravação de Movimentação em L com ritmo procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	Na gravação de Movimentação em L 2 com ritmo procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

QUINTA-FEIRA 19/11/2020	Na gravação de Movimentação na rede e fundo de quadra com ritmo procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno. Movimentação na rede e fundo de quadra com ritmo
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	Entrega de materiais impressos (Apostilas) no Núcleo Santa Clara no período da manhã e da tarde.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina:	Semana de: 23/11 à 27/11/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	Na gravação de Movimentação em "T" com ritmo procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	Na gravação de Movimentação em Y com ritmo 1 procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	Na gravação de Movimentação em Y com ritmo 2 procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	Na gravação de Movimentação em triângulo com ritmo procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno. Movimentação em triângulo com ritmo

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Badminton	Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	• Aula nº 01: Educativo para batida com terminação de punho	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zKIQbQON3m4&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=87	
	Youtube	Visualização: 25
	Facebook	Visualização: 14
	UNIÃO BRASIL	Curtida: 8
	Facebook	Visualização: 14
	PROJETO COMPARTILHAR	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 62		TOTAL DE CURTIDAS: 25



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 2: Educativo para batida com terminação de punho 2		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=K0fWVb4XcEU&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=88		
		Youtube	Visualização: 20	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 12
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 5	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 45		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 03: Movimentação com ritmo de samba		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=gYRdVah-erg&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=89		
		Youtube	Visualização: 19	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 6	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 23		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 04: Movimentação com ritmo de 2		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=gNR5vM1ORJU&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=88		
		Youtube	Visualização: 15	Curtida: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 6	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 16		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 05: Confecção de peteca com material reciclável		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ogdWdCrrB8E&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=89		
		Youtube	Visualização: 15	Curtida: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 10	-



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 06: Confecção de pompom com material reciclável	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=gez_xgRIV-4&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=90	
		Youtube	Visualização: 14 Curtida:4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11 Curtida:7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11 Curtida:5
		Instagram	Visualização: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 07: Confecção de raquete com material reciclável	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zbq9vwyeZT0&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=91	
		Youtube	Visualização: 15 Curtida:4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8 Curtida:8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8 Curtida:8
		Instagram	Visualização: 14
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 45		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 08: Atividade de equilíbrio 1	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OInd559LHco&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=92	
		Youtube	Visualização: 13 Curtida:4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7 Curtida:7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7 Curtida:6
		Instagram	Visualização: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 09: Atividade de equilíbrio 2	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OQozngL85mg&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=93	
		Youtube	Visualização:13 Curtida:3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9 Curtida:7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9 Curtida:5
		Instagram	Visualização: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 15	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 10- Movimentação na rede e fundo de quadra com ritmo		
		Link do vídeo:		
		https://www.youtube.com/watch?v=XjrPUQ1Ghs8&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=94		
		Youtube	Visualização: 14	Curtida:4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida:7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida:6
Instagram		Visualização: 3		
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 17		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 11: Movimentação em L com ritmo		
		Link do vídeo:		
		https://www.youtube.com/watch?v=4fkB2fRiiM&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=95		
		Youtube	Visualização: 14	Curtida:4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida:7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida:6
Instagram		Visualização: 10	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 17		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 12: Movimentação em L com ritmo 2		
		Link do vídeo:		
		https://www.youtube.com/watch?v=0TAfG5BKr_U&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=96		
		Youtube	Visualização: 12	Curtida:3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida:7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida:5
Instagram		Visualização: 8	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 15		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 13: Movimentação em “T” com ritmo		
		Link do vídeo:		
		https://www.youtube.com/watch?v=d3RXKGWw1I&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=97		
		Youtube	Visualização: 12	Curtida:3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida:8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9	Curtida:4
Instagram		Visualização: 8	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS: 15		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 14: Movimentação em Y com ritmo 1	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XvM32oz4Loo&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=98	
	Youtube	Visualização: 14 Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14 Curtida:9
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13 Curtida:6
	Instagram	Visualização: 8 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 49		TOTAL DE CURTIDAS: 18
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 15: Movimentação em Y com ritmo 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=GGQsndBnC1o&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=99	
	Youtube	Visualização: 14 Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10 Curtida:8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9 Curtida:6
	Instagram	Visualização: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:33		TOTAL DE CURTIDAS: 26
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 16: Movimentação em triângulo com ritmo	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=tDeJh5qD9Eg&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=100	
	Youtube	Visualização: 12 Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10 Curtida:8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10 Curtida:7
	Instagram	Visualização: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 18
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 655		
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 283		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor :Thiago Prates	
Oficina: Dança	Carga horária semanal: 12 horas
Carga horária total: 48 horas	
Plano de aula 1º semana de:03 /11 à 06/11/2020 - Coreografia das Caveiras - Soco soco, bate bate - Dig Din	Plano de aula 3º semana de:16/11 à 20/11/2020 - Caranguejo não é peixe - Galera Coração - Louro José
Plano de aula 2º semana de:09/11 à 13/11/2020 - Criança não Trabalha - Balão Mágico - Sola da Bota	Plano de aula 4º semana de: 23 /11 à 27 /11/2020 - Desafio Tik Tok - A cobra não tem pé - Construção de Coreografia

PLANO DE AULA 1

TEMA:Coreografia das Caveiras	Turma:1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA:Com o propósito de trazer uma coreografia para as crianças desenvolverem ritmo.	
OBJETIVO GERAL:trabalhar coreografia para as crianças, usando a tecnologia como aliada para deixar a vídeoaula mais divertida para os alunos.	
PROCEDIMENTOS:Gravado o vídeo com a tecnologia Croma key, e duplicar a imagem do professor.	
ROTEIRO VIDEOAULA: -Coreografia na integra; -Apresentação do professor; - Explicação das aulas; -Explicando passo a passo a coreografia - Finalizar falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:< https://www.youtube.com/watch?v=S65lZbPcyzk > efeito de fundo(Acessado em 03/11/20)	

PLANO DE AULA 2

TEMA:Soco soco, bate bate	Turma:1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA:agregar aos alunos do projeto que estão em casa a oportunidade de dançar.	
OBJETIVO GERAL:trabalhar passos bem coordenados, através da tecnologia para prender a atenção das Crianças.	
PROCEDIMENTOS:Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Dançando os passos na música; - Apresentação do professor; - Apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

- Instruções para fazer o aquecimento/alongamento;
- Duplicar o professor
- Explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- Finalização da aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: coreografia e musica
<https://www.youtube.com/watch?v=VZGcm_JYOKM> (acesso em 03/11/20)

PLANO DE AULA 3

TEMA: Dig Din	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: incentivar os alunos a prática da dança, durante a pandemia.	
OBJETIVO GERAL: trabalhar com os alunos a possibilidade de trabalhar coreografia e fundamentos e passos de danças.	
PROCEDIMENTOS: materiais caixa de som, tripé e tecido.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando os passos na música; - Apresentação do professor; - Apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula; - Instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica < https://www.youtube.com/watch?v=RSrXjpEDKY4 > (acesso em 03/11/2020)	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Criança não trabalha	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: trazer para as crianças uma coreografia com um ritmos bem animado.	
OBJETIVO GERAL: tem como objetivo trabalhar coreografia e trazer uma mensagem positiva para os dias de hoje.	
PROCEDIMENTOS: Foi feito a aula com materiais como, caixa de som, tripé e tecido para fazer o fundo com croma key.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando a coreografia; - Saudação do professor para os alunos; - Apresentação da coreografia que vai ser trabalhado na aula; - Instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: coreografia de criação própria. Musica , https://www.youtube.com/watch?v=RSrXjpEDKY4 acesso em (09/11/20)	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Balão Magico	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver nos alunos a capacidade de desenvolver coreografia dos anos 90.	
OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trabalhar passos e coreografia, Ritmo, coordenação	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

motora, interação e noção espacial.				
PROCEDIMENTOS: Foi feito a aula com materiais como, caixa de som, tripé e tecido para fazer o fundo com efeitos.				
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando os passos na música; - Cumprimento do professor para os alunos; - Explicação da coreografia que vai ser trabalhado na aula; - Instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;				
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA:	coreografia	criação	própria
< https://www.youtube.com/watch?v=Pia8EBfzhF8 > acesso em (09/11/20)				

PLANO DE AULA 6

TEMA: sola da bota, na palma da mão		Turma: 1º ao 5º ano	
JUSTIFICATIVA: Fazer com que os alunos vivencie a dança contry, que tem contribuído muito para cultura brasileira.			
OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trazer para as crianças um pouco dos passos do cowntry para desenvolver outras habilidades corporais.			
PROCEDIMENTOS: para essa aula foi feito a aula com materiais como, caixa de som, tripé e tecido para fazer o fundo com tema do contry.			
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dança na integra; - Saudação do professor; - Explicação dos passos; - Convide os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;			
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA:	coreografia	de criação própria
< https://www.youtube.com/watch?v=3hAVKFHDs5q > acesso em (05/11/20)			

PLANO DE AULA 7

TEMA: Caranguejo não é peixe			Turma: 1º ao 5º ano	
JUSTIFICATIVA: trabalhar com os alunos danças coreografadas.				
OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trazer para as crianças uma dança de roda circularas.				
PROCEDIMENTOS: Foi feito a aula com materiais como, caixa de som, tripé e tecido para fazer o fundo com croma key				
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando a coreografia na música - Apresentação do professor; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Chamar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;				
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de criação			própria
https://www.youtube.com/watch?v=h9DDiQLAVW0 > acesso em 16/11/2020				
Musica				



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 8

TEMA: Galera coração	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Fazer com que as crianças vivencie a cultura do sertanejo.	
OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trazer para as crianças uma dança sertaneja, onde o intuito principal é trabalhar passos coreografados.	
PROCEDIMENTOS: Foi feito a aula com materiais como, caixa de som, tripé e tecido para fazer o fundo de animação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Executando a coreografia na música; - Apresentação do professor; - Informação de que a coreografia; - Explicações detalhadas dos passos; - Convocar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: coreografia composição própria, musica < https://www.youtube.com/watch?v=LSCrLi1uVDg > (acesso em 16/11/2020)

PLANO DE AULA 9

TEMA: Louro José Homenagem	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: trazer para as crianças e os pais uma homenagem ao louro José	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que as crianças trabalhe a coordenação motora com o ritmo da musica do louro José	
PROCEDIMENTOS: foi feito uma pesquisa para a montagem de coreografia e a gravação com auxilio do tripé e uma caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentando a coreografia na música - Apresentação do professor e do tema da aula; - Explicação dos passos; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Convidando os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: coreografia de criação própria. Musica < https://www.youtube.com/watch?v=ODle6usad2c > (acesso em 16/11/20)

PLANO DE AULA 10

TEMA: Desafio Tik Tok	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Fazer com que os alunos vivencie outros elementos com a Dança.	
OBJETIVO GERAL: estimular os alunos a trabalhar a coordenação motora com o ritmo da musica.	
PROCEDIMENTOS: foi feito uma pesquisa para no aplicativo, gravação com auxilio do tripé e uma caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando na música - Apresentação do professor; - Explicação do conteúdo; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Dançando na música novamente;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

- Duplicação do professor
- Convidando os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: coreografia do aplicativo tik tok.

PLANO DE AULA 11

TEMA: a cobra não tem pé	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Fazer com que os alunos vivencie outros elementos com a Dança.	
OBJETIVO GERAL: trazer para os alunos a musicalidade e passos que envolvem coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: foi feito um cenário com o tecido croma key e auxílio do tripé e uma caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; - Saudação do professor; - Citação sobre o que vai ser trabalhado em aula; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Chamando os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: coreografia e cenário de criação própria.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Construção de coreografia	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Fazer com que os alunos vivencie a criação de coreografia.	
OBJETIVO GERAL: estimular os alunos a trabalhar lateralidade, ritmo, e variações de movimentos que dá pra trabalhar através de passos básicos.	
PROCEDIMENTOS: foi feito uma pesquisa para a montagem de coreografia, usando a varanda da casa como cenário com auxílio do tripé e uma caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na música - Apresentação do professor; - Explicação sobre o que vai ser trabalhado em aula; - Falar sobre a musicalidade que vai ajudar a compor a coreografia; - Explicações detalhadas dos passos da coreografia; - Coreografia na música; - Convidando os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: coreografia de criação própria.	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates Santos	
Oficina: Dança	Semana de: 02/11/2020 à 06/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02/11/2020	
TERÇA-FEIRA 03/11/2020	Gravação Coreografia da Caveira
QUARTA-FEIRA	Reunião Pedagógica Online



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

04/11/2020	Gravação Soco Soco Bate Bate
QUINTA-FEIRA 05/10/2020	Gravação Dig Din
SEXTA-FEIRA 06/11/2020	Entrega de materiais impressos (apostilas) na escola EM Deputado Arlindo dos Santos no período da manhã e da tarde.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates Santos	
Oficina: Dança	Semana de: 09/11/2020 à 13/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	Reunião Pedagógica Online
TERÇA-FEIRA 10/11/2020	Gravação Criança não trabalha
QUARTA-FEIRA 11/11/2020	
QUINTA-FEIRA 12/11/2020	Gravação Balão Mágico
SEXTA-FEIRA 13/11/2020	Gravação Sola da Bota, na palma da mão

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates Santos	
Oficina: Dança	Semana de: 16/11/2020 à 19/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16/11/2020	
TERÇA-FEIRA 17/11/2020	-Busca Ativa para os pais que não pegaram o material impresso da escola EM Deputado Arlindo dos Santos -Gravação caranguejo não é peixe
QUARTA-FEIRA 18/11/2020	Gravação Galera coração
QUINTA-FEIRA 19/11/2020	Gravação Louro José
SEXTA-FEIRA 20/11/2020	Entrega de materiais impressos (apostilas) na escola EM Deputado Arlindo dos Santos no período da manhã.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates Santos	
Oficina: Dança	Semana de: 23/11/2020 à 27/11/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
SEGUNDA-FEIRA 23/11/2020	
TERÇA-FEIRA 24/11/2020	Gravação Desafio Tik Tok
QUARTA-FEIRA 25/11/2020	Gravação A cobra não tem pé
QUINTA-FEIRA 26/11/2020	Gravação Construção de Coreografia
SEXTA-FEIRA 27/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO	
Educador/ Instrutor: Thiago Prates Santos	
Oficina: Dança	Semana de: 30/11/2020 à 30/10/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
SEGUNDA-FEIRA 30/11/2020	

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- OUTUBRO			
Educador/ Instrutor : Thiago Prates		Carga horária semanal: 12 horas	
Oficina: Dança		Carga horária mensal: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 66 : Coreografia das Caveiras	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ky7vqw_g-cA&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=66		
	Youtube	Visualização: 0	Curtida:0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 81	Curtida:12
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 82	Curtida:10
	Instagram	Visualização: 44	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 207		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº67 :Soco soco, bate bate	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=oUfJ-zWSvNs&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=67		
	Youtube	Visualização: 41	Curtida:05
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 21	Curtida:13
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 22	Curtida:07
	Instagram	Visualização: 103	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 187		TOTAL DE CURTIDAS: 25	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

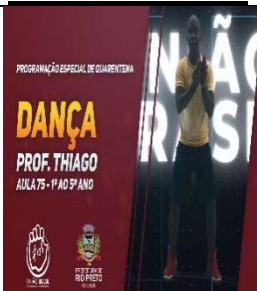
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 68: Dig Dim	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=4UQGxw8AfMc&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=68		
	Youtube	Visualização: 15	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 36	Curtida:12
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 36	Curtida:04
	Instagram	Visualização: 06	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 93		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 69 :Criança ão trabalha	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=jVEUNw3D0BY&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=69		
	Youtube	Visualização: 12	Curtida: 04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 35	Curtida:13
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 35	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 03	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 85		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 70 :Balão Mágico	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=_Q_a4UxH0J0&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=70		
	Youtube	Visualização: 23	Curtida:05
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 37	Curtida:13
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 37	Curtida:07
	Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 107		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 71 :Sola da Bota, na palma da mão	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=o1JhozZmRIA&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=71		
	Youtube	Visualização: 25	Curtida:4
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 18	Curtida:15
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 18	Curtida:04
	Instagram	Visualização: 36	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 97		TOTAL DE CURTIDAS: 23	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 72 : Caranguejo não é peixe	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XsN6YwUHQG4&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=73		
	Youtube	Visualização: 25	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:44	Curtida:12
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:44	Curtida:09
	Instagram	Visualização: 45	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 158		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 73 : Galera Coração	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XsN6YwUHQG4&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=73		
	Youtube	Visualização: 08	Curtida:03
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 22	Curtida:5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 23	Curtida:09
	Instagram	Visualização: 05	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 58		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 74 :Louro José	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Tp8ldQFGzZE&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=74		
	Youtube	Visualização: 42	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14	Curtida:05
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 14	Curtida:09
	Instagram	Visualização: 127	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 197		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 75 : Desafio Tik Tok	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PgrAVIVzfJY&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=75		
	Youtube	Visualização: 10	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida:06
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida:09
	Instagram	Visualização: 23	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 19	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 76: A Cobra não tem pé	
		Link:https://www.youtube.com/watch?v=nnnysy6IMwA&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=76	
	Youtube	Visualização: 13	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 34	Curtida:04
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 39	Curtida:04
	Instagram	Visualização: 05	-
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 77 :Construção de Coreografia	
		Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=9QZZ3ogphoY&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=77	
	Youtube	Visualização: 11	Curtida:04
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 36	Curtida:06
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 34	Curtida:09
	Instagram	Visualização: 06	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 87		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 1.420			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 248			

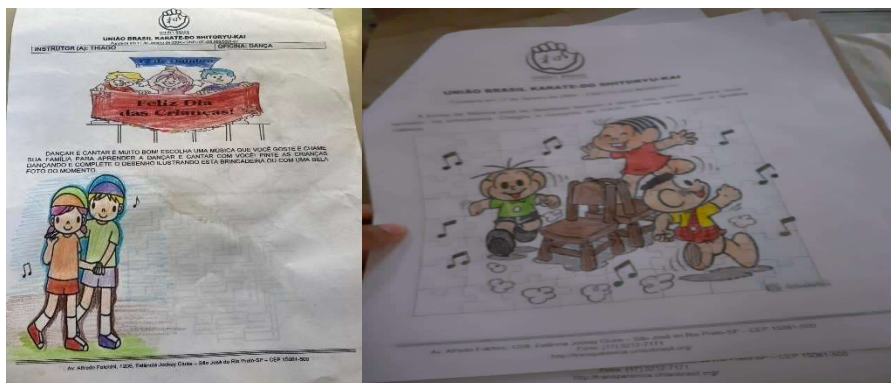
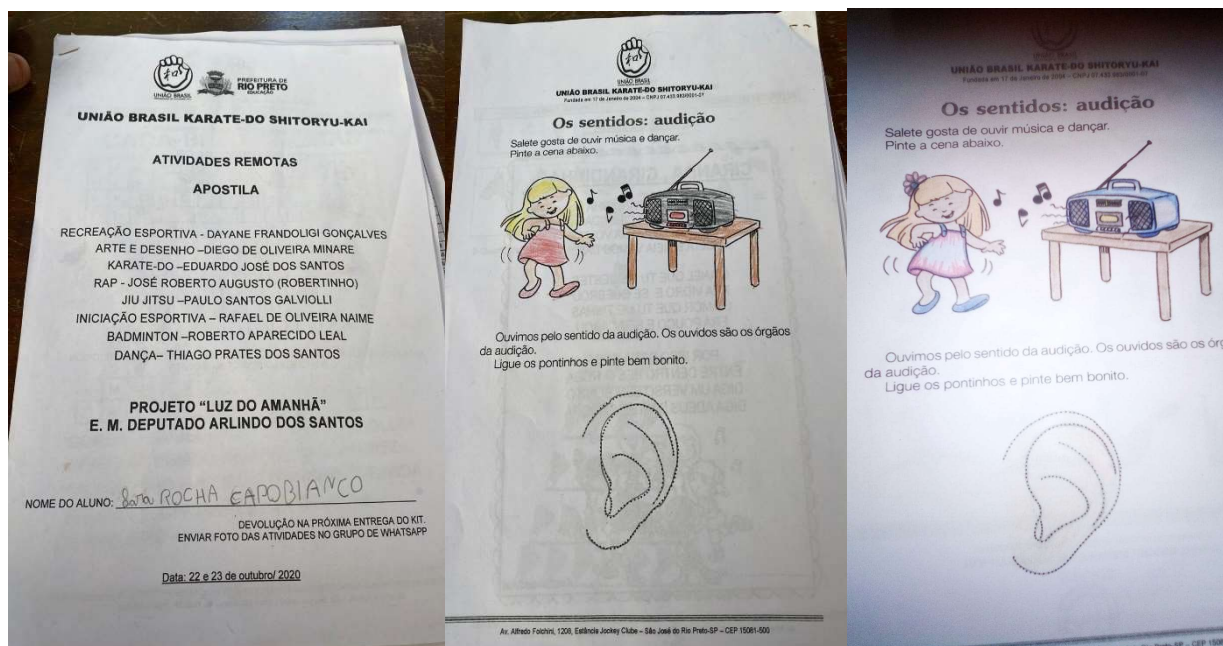


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Materiais impressos

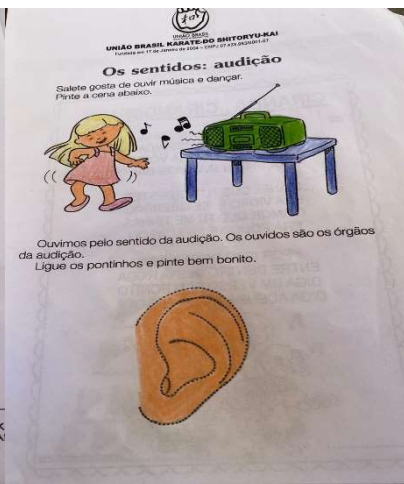
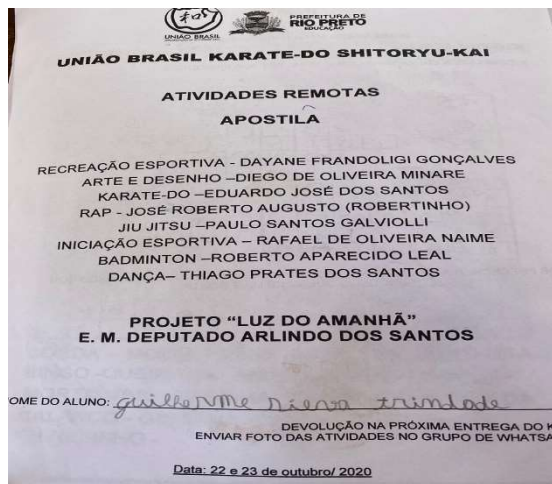
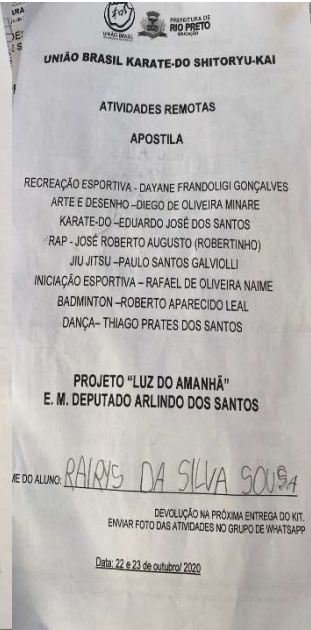




UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

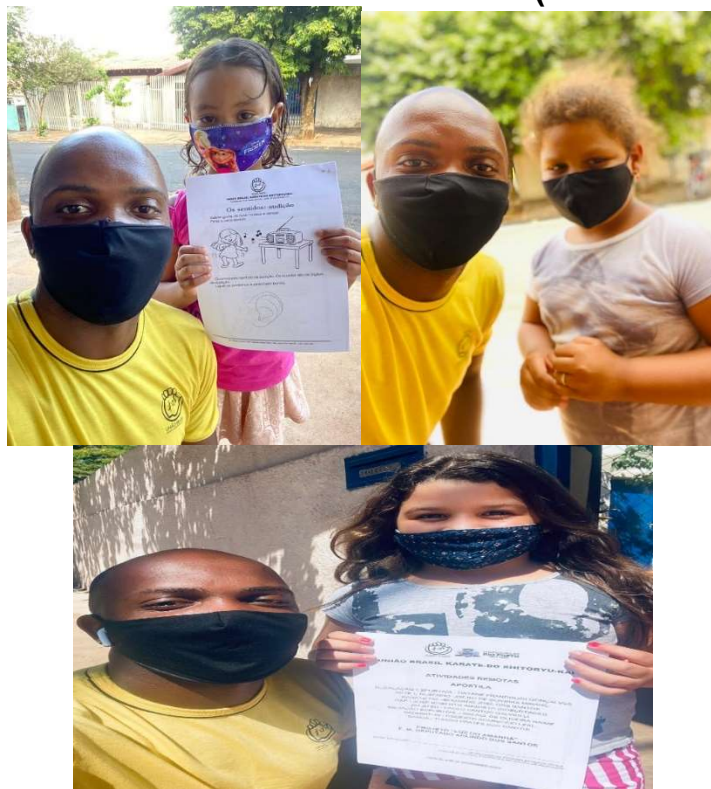
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07



Entrega de Materias impressos (apostila)

DIA: 06/11 ARLINDO DOS SANTOS (08:00 AS 16:00)





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

BUSCATIVA



DIA: 20/11



Maria Eduarda 3º ano Arlindo dos Santos



Sophia 3º ano Arlindo dos Santos



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- NOVEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a):Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva	Carga horária semanal: <u>16</u> horas
Carga horária total: <u>64</u> horas	
Plano de aula 1º semana de: <u>02</u> /11 à <u>06</u> /11/2020 - Fundamento de finalização futsal acerta bambolê. - Fundamento drible com finalização futsal. - Fundamento de basquetebol drible e arremesso. - Fundamento de handebol drible e arremesso.	Plano de aula 3º semana de: <u>16</u> /11 à <u>20</u> /11/2020 - Fundamento controle com a bola de Basquetebol três tipos. - Fundamento Handebol passe de joelho intercalando os lados do passe. - Atividade Handebol passe reto e passe picado - Atividade bola queimada reflexo dentro do quadrado.
Plano de aula 2º semana de: <u>09</u> /11 à <u>13</u> /11/2020 - Atividade levantamento de Voleibol sentado e depois em pé. - Atividade de bola queimada duas formas de arremessar a bola. - Atividade bola queimada arremesso com objetivo acertar o mini cone e o bambolê. - Atividade de basquetebol passe de peito e passe picado.	Plano de aula 4º semana de: <u>23</u> /11 à <u>27</u> /11/2020 - Atividade bola queimada protegendo as garrafas 2 litros. - Atividade Handebol passe longo e passe curto. - Atividade Handebol arremesso com defesa. - Fundamento de drible Handebol com o mini cones ou garrafas de dois litros.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Atividade Fundamento de finalização futsal acerta os bambolês no gol.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância coordenação motora, força dos membros inferiores, mira, concentração e noção espacial.	
OBJETIVO GERAL: Intuito da aula que o aluno treina mira fundamento de finalização acertando a bola dentro dos bambolês.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando explicação sobre atividade, depois sobre material que os alunos vão usar na sua casa. Foi demonstrado como fazer finalização colocando o pé de apoio ao lado da bola e chutar a bola procurando acertar a bola dentro dos bambolês. Encontrado o melhor ângulo da câmera, feito ensaio depois foi gravação a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudação aos alunos; - Exposição de qual será a atividade; - Exposição do material que será utilizado (bola de plástico, bambolês e giz ou pedra) - Explicação de possíveis substituições dos materiais utilizados; - Explicação de como fazer atividade de fundamento de finalização acertando a bola dentro dos bambolês; - Explicação das regras básicas do fundamento de finalização concentrar para acerta a bola dentro do	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

bambolê;

- Encerramento e despedida

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/xjba0SNUOSI>

PLANO DE AULA 2

TEMA: Fundamento drible com finalização no futsal.

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Atividade requer coordenação motora para driblar os cones equilíbrio corporal, flexibilidade e finalizar acertando o gol.

OBJETIVO GERAL: Esse fundamento trabalha coordenação motora, flexibilidade, equilíbrio corporal, noção espacial e concentração.

PROCEDIMENTOS: Explicação sobre drible e finalização, demonstração de como fazer atividade. Antes de iniciar qualquer tipo de atividade física entrar no site da União Brasil aula nº 38 aquecimentos aula 39º alongamento. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio drible com finalização, depois foi gravada a vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos;

- Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho de equilíbrio e concentração e coordenação motora);
- Exposição dos materiais utilizados (bola futsal, mini cones);
- Demonstração de como fazer fundamento de drible e finalização;
- Realização da gravação do vídeo aula;
- Encerramento e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/iqjqm2e-PKw>

PLANO DE AULA 3

TEMA: Fundamento de Basquetebol drible e arremesso.

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa atividade requer muito treino e dedicação.

OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, lateralidade, equilíbrio, força dos membros superiores e noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Explicação como segurar a bola de basquetebol, demonstração de como driblar os mini cones e depois arremessar a bola. Antes de iniciar atividade ir no site da União Brasil aula 38 aquecimentos aula 39 alongamentos. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio drible e arremesso de basquete depois foi gravada a vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos;

- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade;
- Exposição das regras com exemplificação;
- Execução do fundamento drible e arremesso com a bola de basquete;
- Despedida e encerramento.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/ig3sBw1uPN4>

PLANO DE AULA 4

TEMA: Fundamento de handebol drible e arremesso

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Importância da atividade física para os alunos na sua casa, essa atividade trabalha flexibilidade, coordenação motora e lateralidade.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

OBJETIVO GERAL: Essa prática trabalha coordenação motora, flexibilidade, salto, equilíbrio, coordenação motora fina, lateralidade e noção espacial.
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado os cones bola de plástico. Preparação do local colocar ângulo da câmera para iniciar gravação do vídeo aula. Demonstração de como executar atividade do handebol driblar os cones e depois arremessar a bola para o gol fazer com braço direito e depois com esquerdo (regra não pode passar a linha para arremessar a bola da areia do handebol)
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Início da aula com saudação; - Explicação da atividade handebol; - Explicação das regras já utilizando fazer drible e arremessar a bola pisando sobre a linha da areia do gol; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/tLRa9CdMruY

PLANO DE AULA 5

TEMA: Atividade levantamento de voleibol sentado e depois em pé.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa atividade levantamento voleibol, essa atividade proporciona equilíbrio corporal, coordenação motora e noção espacial.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, força dos membros superiores, tempo de bola e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como as mãos tem que ficar para fazer levantamento na parede sentado e depois em pé, depois mostrar movimento para que aluno venha entender atividade. Escolha do local adequado para a realização da atividade, preparação do local para fazer a gravação vídeo aula e por fim gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos; - Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho de equilíbrio corporal, concentração e força dos membros superiores); - Exposição dos materiais utilizados (bola de voleibol); - Demonstração de como fazer atividade levantamento de voleibol; - Realização da atividade; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/dOMfwikVDGc	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Atividade de bola queimada duas formas de arremessar a bola.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aluno fazer no seu espaço dentro de casa as duas formas de jogar a bola para queimar.	
OBJETIVO GERAL: coordenação motora, reflexo, força dos membros superiores e equilíbrio corporal	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado que é bola de plástico para fazer os arremessos. Foi feito um ensaio antes de gravar e por fim gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

- Exposição das regras com exemplificação;
- Execução da atividade com bola plástica para apreender os dois tipos de arremesso;
- Despedida e encerramento.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/FYI6MUj--0Y>

PLANO DE AULA 7

TEMA: Atividade bola queimada arremesso com objetivo acertar o mini cone e o bambolê.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da atividade que o aluno venha concentrar no arremesso para acertar os minis cones e o bambolê. Trabalhando mira força de os membros superiores aprender o que é noção espacial.	
OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, força dos membros superiores, equilíbrio, mira e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre atividade jogando a bola nos minis cones e no bambolê, Demonstração de como jogar a bola para acertar os minis cones e o bambolê. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio antes depois foi gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho requer muita concentração e mira para acertar os objetos que são minis cones e o bambolê); - Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico, mini cones e o bambolê); - Demonstração de como fazer atividade jogando bola para acertar os minis cones e o bambolê; - Realização da atividade; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/yqZAqdaCIS0	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Atividade de basquetebol passe de peito e passe picado	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância atividade física em tempos de Pandemia na casa do aluno coordenação motora, força dos membros superiores, concentração e noção espacial.	
OBJETIVO GERAL: Essa prática trabalha concentração motora, força dos membros superiores, flexibilidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Primeiro foram separados os materiais que seriam utilizados, no caso apenas a bola de basquete. Depois foi estipulado o espaço no qual a atividade seria feita e em seguida, Realizou-se um ensaio. Foi escolhido o ângulo da câmera e por fim houve a gravação do vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Iniciando saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade; - Explicação das regras com exemplificação; - Execução da atividade segurar a bola na altura de o peito esticar os braços fazendo rotação das mãos para fora, passe picando bola na altura do peito jogar a bola em direção ao solo e girar as mãos para fora; - Despedida e encerramento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/igRdMUV0RsA	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PLANO DE AULA 9

TEMA: Fundamento controle com a bola de basquete.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa atividade requer muita resistência cardiorrespiratória. Objetivo da atividade aluno tem que ter controle quando estiver batendo a bola (são batendo a bola alta, depois bater a bola para pingar baixa e último bater a bola com os olhos fechados)	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha controle corporal, flexibilidade, coordenação motora e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre atividade requer muito velocidade da bola e do braço batendo a bola depois jogando a bola para frente e para trás e por último bater a bola com os olhos fechados. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera e pôr fim a gravação do vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Inicialmente dando saudação aos alunos; - Exposição de qual será a atividade; - Exposição do material que será utilizado (bola de basquete); - Explicação de possíveis substituições dos materiais utilizados; - Explicação de como fazer atividade; - Explicação das regras básicas atividade; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/CbqK-pvJ7rM	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Fundamento handebol passe de joelhos intercalando os lados do passe.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Demonstração para o aluno entender como é atividade fiquei de joelhos intercalando os lados para fazer o passe. O intuito da atividade que venha ocupar sua mente e fisicamente movimentando esquecendo dessa Pandemia.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, flexibilidade, lateralidade, velocidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer atividade fiquei com os dois joelhos no chão fiz passe na parede e depois um dos joelhos fiz passe jogando a bola na parede. Escolha do local adequado e pôr fim a gravação do vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita; - Explicação das regras com exemplificação; - Execução da atividade jogar a bola com os dois joelhos no chão e depois intercala os joelhos para fazer o passe jogando a bola na parede; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/fLW2ZTL_dWA	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Atividade handebol passe reto e passe picado.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito dessa atividade para aluno apreender fazer passe reto e o passe picado para dificultar do adversário de pegar a bola.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

OBJETIVO GERAL: trabalha coordenação motora, equilíbrio, velocidade, salto e noção espacial.
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre atividade jogando a bola na parede passe reto e depois jogar a bola dando um pingo antes de bater na parede intercalando os braços. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio antes depois foi gravada a vídeo aula.
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos; - Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (Apreender fazer rotação do braço para fazer o passe reto e depois para jogar bola para o chão passe picado); - Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico); - Demonstração de como fazer atividade jogando bola de plástico na parede passe reto e depois passe picado jogar para o chão bola tem que bater na parede e voltar; - Realização da atividade passe reto e passe picado; - Encerramento e despedida.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/fLW2ZTL_dWA

PLANO DE AULA 12

TEMA: Atividade bola queimada reflexo dentro do quadrado.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Atividade a onde os alunos vão ter conhecimento corporal através do reflexo dentro do quadrado saltar, movimentar dentro do quadrado não deixando a bola acerta o seu corpo.	
OBJETIVO GERAL: Essa pratica ensina o aluno ter equilíbrio corporal, reflexo, coordenação motora, salto e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado bola plástica e um giz ou pedra para fazer o quadrado. Preparação do local para gravar atividade e por fim gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade; - Exposição das regras com exemplificação; - Execução da atividade com a bola plástica quem não deixar queimar é vencedor; - Despedida e encerramento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/iuY_-Ww-LOY	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Atividade bola queimada protegendo as garrafas de 2 litros.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Importância da atividade física para os alunos dentro de casa, explicação de como aluno vai fazer atividade e material que vai usar que são bola de plástico, garrafas e giz ou pedra para fazer risco.	
OBJETIVO GERAL: coordenação motora, reflexo, lateralidade, velocidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer atividade física tem que derrubar as garrafas para ganhar a brincadeira são 5 garrafas para cada lado quem conseguir derrubar primeiro é vencedor. Escolha do local adequado para a realização da atividade, preparação do local para fazer gravação vídeo aula e por fim gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade; - Exposição das regras com exemplificação; - Execução da atividade com bola de plástico tem que derrubar as garrafas; - Despedida e encerramento.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/xSBofZqygFo>

PLANO DE AULA 14

TEMA: Atividade handebol passe longo e passe curto.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: A importância da atividade física em casa para os alunos nesse momento de Pandemia, essa atividade passe longo e passe curto trabalha raciocínio lógico, lateralidade, coordenação motora e tempo de reação.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, tempo de reação, lateralidade, raciocínio lógico e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Demonstração para o aluno como fazer atividade fazer passe longo e depois passe curto, passe longo atrás do cone passe curto dentro dos cones. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio só depois foi feito gravação a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudação aos alunos - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita” atividade passe longo e passe curto” - Explicação das regras como são feitas atividade e a sequência; - Execução da atividade, fazer passe longo e movimentar lateral, passe curto e movimentar lateral; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Despedida e encerramento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/T26mEIX_Q8M	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Atividade handebol arremesso com defesa do goleiro.	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Intuito da aula mais uma vez foi promover a recreação utilizando materiais que os alunos possuem em sua casa, ensinando como arremessar a bola e movimentar dentro do gol sobre a regra goleiro defendendo a bola e saindo pela linha de fundo handebol não tem escanteio.	
OBJETIVO GERAL: tempo de reação, salto, coordenação motora, equilíbrio corporal, noção espacial e raciocínio lógico.	
PROCEDIMENTOS: Primeiro foram separados os materiais que seriam utilizados, no caso apenas a bola de plástico. Foi passado sobre a regra de quando for arremessar não pode ultrapassar linha da areia e também quando goleiro fazer a defesa e a bola sair pela linha de fundo não tem escanteios no handebol. Foi escolhido o ângulo da câmera e por fim houve a gravação do vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Iniciando saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade; - Explicação das regras com exemplificação; - Execução da atividade fazer arremesso intercalando os braços; - Despedida e encerramento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/k3exoeTkPfk	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Fundamento de drible handebol com os minis cones ou garrafas de 2 litros	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Demonstração para o aluno entender como é atividade drible do handebol, correr impulsionando a bola contra o solo e voltar de costas, depois driblar os cones impulsionando a bola contra o solo.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

OBJETIVO GERAL: Flexibilidade, coordenação motora, raciocínio lógico, tempo de reação e noção espacial.
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer atividade começar a correr impulsionando a bola contra o solo e depois voltar de costas impulsionando a bola contra o solo, depois driblar os cones impulsionando a bola contra o solo. Escolha do local adequado e pôr fim a gravação do vídeo aula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita; - Explicação das regras com exemplificação; - Execução da atividade correr impulsionando a bola contra o solo e voltar de costas impulsionando a bola contra o solo e driblar os cones impulsionando a bola contra o solo - Encerramento e despedida.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/5YqNjrumdRk

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva/Futebol	Semana de: 02 / 11 à 06 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 02 / 11 /	Elaboração e gravação do vídeo aula atividade fundamento de finalização acerta os bambolês.
TERÇA-FEIRA 03 / 11 / 2020	Reunião pedagógica por vídeo chamada com os Coordenação e instrutores da União Brasil. Elaboração e gravação do vídeo aula fundamento drible com finalização futsal.
QUARTA-FEIRA 04 / 11 / 2020	Idealização e gravação do vídeo aula atividade fundamento de basquetebol drible e arremesso.
QUINTA-FEIRA 05 / 11 / 2020	Montagem e gravação do vídeo aula atividade fundamento de handebol drible e arremesso.
SEXTA-FEIRA 06 / 11 / 2020	Elaboração entrega presencial das apostilas impressas na Escola Santa Clara das 12hrs às 16hrs.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva/Futebol	Semana de: 09 / 11 à 13 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 09/11/2020	Reunião pedagógica por vídeo chamada com os Coordenação e instrutores da União Brasil. Elaboração e gravação da vídeoaula Atividade levantamento de Voleibol sentado e depois em pé.
TERÇA-FEIRA 10 / 11 / 2020	Idealização e gravação do vídeoaula Atividade de bola queimada duas formas de arremessar a bola.
QUARTA-FEIRA 11 / 11 / 2020	Montagem e gravação do vídeoaula atividade bola queimada arremesso com objetivo acertar o mini cone e o bambolê
QUINTA-FEIRA 12 / 11 / 2020	Elaboração e gravação do vídeoaula atividade de basquetebol passe de peito e passe picado.
SEXTA-FEIRA 13 / 11 / 2020	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva/Futebol	Semana de: 16 /11 à 20 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 16 / 11 / 2020	Elaboração e gravação do vídeoaula atividade Fundamento controle com a bola de Basquetebol três tipos
TERÇA-FEIRA 17 / 11 / 2020	Idealização e gravação do vídeoaula atividade Fundamento Handebol passe de joelho intercalando os lados do passe Buscativa na escola Eco das 12hrs até as 16hrs.
QUARTA-FEIRA 18 / 11 / 2020	Montagem e gravação do vídeoaula atividade Handebol passe reto e passe picado
QUINTA-FEIRA 19 / 11 / 2020	Elaboração e gravação do vídeoaula Atividade bola queimada reflexo dentro do quadrado
SEXTA-FEIRA 20 / 11 / 2020	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil. Entrega presencial das apostilas impressas na Escola Eco das 12hrs às 16hrs.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva/Futebol	Semana de: 23 / 11 à 27 / 11 / 2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 23 / 11 / 2020	Elaboração e gravação do vídeoaula Atividade bola queimada protegendo as garrafas 2 litros.
TERÇA-FEIRA 24 / 11 / 2020	Idealização e gravação do vídeoaula Atividade Handebol passe longo e passe curto
QUARTA-FEIRA 25 / 11 / 2020	Montagem e gravação do vídeo aula Atividade Handebol arremesso com defesa.
QUINTA-FEIRA 26 / 11 / 2020	Elaboração e gravação do vídeoaula Fundamento de drible Handebol com o mini cones ou garrafas de dois litros
SEXTA-FEIRA 27 / 11 / 2020	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- NOVEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito		Carga horária semanal: _16_ horas	
Oficina: Iniciação Esportiva		Carga horária mensal: _64_ horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 82: (Finalização com objetivo de acertar os bambolês)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/xjba0SNUOSI	
		Youtube	Visualização: _08_ Curtida: 05
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: _09_ Curtida: 09
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: _10_ Curtida: 08
		Instagram	Visualização: _04_ -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 83: (Fundamento de drible futsal com finalização)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/ijqgm2e-PKw	
		Youtube	Visualização: _05_ Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: _06_ Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: _07_ Curtida: 08
		Instagram	Visualização: _04_ -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 84: (Fundamento de basquetebol drible e arremesso)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/ig3sBw1uPN4	
		Youtube	Visualização: _03_ Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: _05_ Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: _08_ Curtida: 08
		Instagram	Visualização: _04_ -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 85: (Fundamento de handebol drible e arremesso)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/tLRa9CdMruY	
		Youtube	Visualização: _03_ Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: _06_ Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: _08_ Curtida: 08
		Instagram	Visualização: _04_ -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 19	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: Fundamento levantamento de voleibol sentado e depois em pé	
		Link do vídeo: https://youtu.be/dOMfwikVDGc	
		Youtube	Visualização: <u>03</u> Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: <u>07</u> Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: <u>08</u> Curtida: 09
		Instagram	Visualização: <u>04</u> -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: Atividade bola queimada duas formas de arremessar a bola	
		Link do vídeo: https://youtu.be/FYI6MUj--0Y	
		Youtube	Visualização: <u>04</u> Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: <u>03</u> Curtida: 06
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: <u>04</u> Curtida: 08
		Instagram	Visualização: <u>01</u> -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: (Atividade bola queimada arremesso com objetivo acertar o mini cone e o bambolê.)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/yqZAqdaCIS0	
		Youtube	Visualização: <u>04</u> Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: <u>04</u> Curtida: 06
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: <u>05</u> Curtida: 08
		Instagram	Visualização: <u>02</u> -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: (Atividade de basquetebol passe de peito e passe picado)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/igRdMUV0RsA	
		Youtube	Visualização: <u>03</u> Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: <u>05</u> Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: <u>06</u> Curtida: 09
		Instagram	Visualização: <u>02</u> -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 19	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

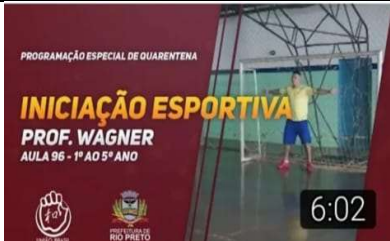
PRINT DO VÍDEO		Aula 90: Fundamento controle com a bola de basquete		
		Link do vídeo: https://youtu.be/CbqK-pvJ7rM		
		Youtube	Visualização: 04	Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 06	Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 07	Curtida: 08
		Instagram	Visualização: 03	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 18		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 91: Fundamento handebol passe de joelhos intercalando os lados do passe		
		Link do vídeo: https://youtu.be/fLW2ZTL_dWA		
		Youtube	Visualização: 05	Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 08
		Instagram	Visualização: 03	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 18		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº : 92: Atividade handebol passe reto e passe picado.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/fLW2ZTL_dWA		
		Youtube	Visualização: 07	Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 07	Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 08	Curtida: 08
		Instagram	Visualização: 06	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		TOTAL DE CURTIDAS: 19		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 93: Bola queimada reflexo dentro do quadrado		
		Link do vídeo: https://youtu.be/iuY_-Ww-LOY		
		Youtube	Visualização: 06	Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 04	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 05	-



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 311		TOTAL DE CURTIDAS: 277	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 94: Atividade bola queimada protegendo as garrafas de 2 L	
		Link do vídeo: https://youtu.be/xSBofZqxgFo	
		Youtube	Visualização: 07 Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 01 Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 03 Curtida: 08
		Instagram	Visualização: 03 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 95: (Atividade handebol passe longo e passe curto.)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/T26mEIX_Q8M	
		Youtube	Visualização: 05 Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 09 Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 09 Curtida: 08
		Instagram	Visualização: 01 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº: 96 (Atividade handebol arremesso com defesa do goleiro.)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/k3exoeTkPfk	
		Youtube	Visualização: 06 Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05 Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06 Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 01 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 97: (Fundamento de drible handebol com os minis cones ou garrafas de 2 litros)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/5YqNjrumdRk	
		Youtube	Visualização: 09 Curtida: 03
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 08 Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 09 Curtida: 08
		Instagram	Visualização: 03 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 18	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RETORNO DOS ALUNOS

Maria Clara 4 ano b
Dayrika Dandara Alves 5 ano b
Rafael José Duran Silva turma 4





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 20/11

Dielly Monaysa de Moraes de Freitas 5º ano, Murilo Rocha da Silva



Escola Roberto Rollemberg (Eco) Buscativa dia 17/11/2020



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

DIA: 06/11



Miguel Enzo 4º ano z
Henrico Fiaschi 4º ano b
Maryah Emanuelle Ramos dos Santos



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PARECER PEDAGÓGICO

No respectivo mês de Novembro, ocorreram varias ações na busca de contemplarmos a meta de no mínimo 300 alunos no período de pandemia do COVID-19. Estamos desenvolvendo vídeoaulas juntamente com nossos instrutores e sendo postadas nas redes sociais como:

- Facebook da União Brasil;
- Facebook Projeto Compartilhar;
- Instagram;
- YouTube e
- Site de Transparência.

Além desses, também vem sendo postados nas páginas do Facebook da E.M Paul Percy Harris, E.M Regina Mallouk e nos grupos de WhatsApp que montamos juntamente com a OSC Camerata Jovem Bethoven no Núcleo Santa Clara e ECO. Na E.M Deputado Arlindo dos Santos também foi criado o grupo de WhatsApp para melhor comunicação com os pais e postagens das vídeoaulas, com esses grupos estamos obtendo retorno dos alunos diariamente. Nesses grupos os instrutores seguem a risca a grade horária de aula dos polos, assim postando suas vídeoaulas que já se encontram disponíveis nas redes sociais facilitando para aqueles alunos que não tem o acesso direto nas redes sociais além de estreitar o contato direto do aluno com o instrutor. Dessa forma o aluno passará para o instrutor a devolutiva das aulas com vídeos e fotos.

Nos dias 5/6 e 19/20 de Novembro de 2020, ocorreu a entrega de materiais impressos (apostilas) na mesma data de entrega dos kit's de alimentos fornecidos pela Prefeitura Municipal de São José do Rio Preto/SP.

No entanto, nossa meta de 300 alunos pactuada no Plano de Trabalho 21/2019 foi alcançada com êxito.

Segue abaixo a tabela do número de entregas e devoluções por polo dos materiais impressos (apostilas).

POLOS	Nº de Alunos Matriculados	Quantidade de Atividades Entregas	Porcentagem das Entregas	Devoluções
05 e 06/Novembro				
Núcleo Santa Clara	246	152	62%	54
ECO Santo Antônio/Extensão	247	152	62%	25
E.M Paul Percy Harris	127	95	75%	14
E.M Deputado Arlindo dos Santos	69	46	67%	11
TOTAL	689	445	65%	104
Dia 19 e 20/11/2020				
Núcleo Santa Clara	246	175	71%	A devolução referente a este material ocorrerá dia 3 e 4 do mês de Dezembro de 2020. (Relatório Dez.)
ECO Santo Antônio/Extensão	247	149	60%	
E.M Paul Percy Harris	127	81	64%	
E.M Deputado Arlindo dos Santos	69	38	55%	
TOTAL	689	443	63%	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

META DE ATENDIMENTO ATINGIDA

DATA DA ENTREGA	META DE ATENDIMENTO PLANO DE TRABALHO	META DE ATENDIMENTO-DEMANDANET	META DE ATENDIMENTO MÊS DE NOVEMBRO/2020	% META PLANO DE AÇÃO COVID 19
05 e 06/Novembro	300	689	445	65%
19 e 20/ Novembro	300	689	443	64%

Nos dias 16,17 e 18 de Novembro os educadores das OSC's AACIP e União Brasil realizaram a ação de busca ativa por telefone para responsáveis dos alunos que não retiraram as atividades impressas. A busca ativa ocorreu nos polos Santa Clara e ECO Santo Antônio/Extensão.

Na unidade Paul Percy Harris esta ação foi realizada pela coordenadora do projeto de contraturno. Na E.M Deputado Arlindo dos Santos a busca ativa foi realizada pelo instrutor Thiago Prates.

As ligações foram realizadas das 09h às 12h e das 13h às 17h por serem horários facilitadores para os responsáveis atenderem. Realizamos rodízios de instrutores que fazem parte deste polo. Os instrutores da União Brasil que participaram dessa ação foram:

- Rafaela Ferreira Saes (ECO)
- Wagner Antonio Brito (ECO)
- Emerson Bastos Sereni (Santa Clara)
- Luana Cardoso dos Santos (Santa Clara)

BUSCA ATIVA

POLOS	QUANTIDADE DE ALUNOS/BUSCA ATIVA CONTATOS	BUSCA ATIVA/CONTATOS ATENDIDOS	BUSCA ATIVA/CONTATOS NÃO ATENDIDOS
SANTA CLARA	78	74	4
ECO SANTO ANTONIO/EXTENSÃO	94	53	41
E.M PAUL PERCY HARRIS	32	11	21
E.M DEPUTADO ARLINDO DOS SANTOS	23	11	12

No total de 227 alunos, conseguiram contato com 149 responsáveis e 78 não foram contactados.

Por fim, continuamos com as Reuniões Pedagógicas pela Plataforma Google Meet no período da manhã para esclarecimento de dúvidas e repasse de novas informações. Neste relatório contém todas as ATAS das reuniões realizadas e fotos para comprovação da mesma.

Finalizamos o mês de Novembro de 2020 com a meta atingida com êxito buscando aprimorar cada vez mais o atendimento aos alunos da Rede Municipal de Ensino de São José do Rio Preto.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Ações desenvolvidas pela entidade – 2020

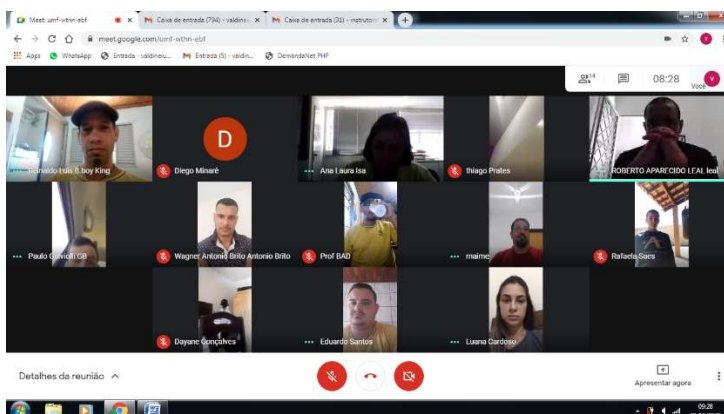
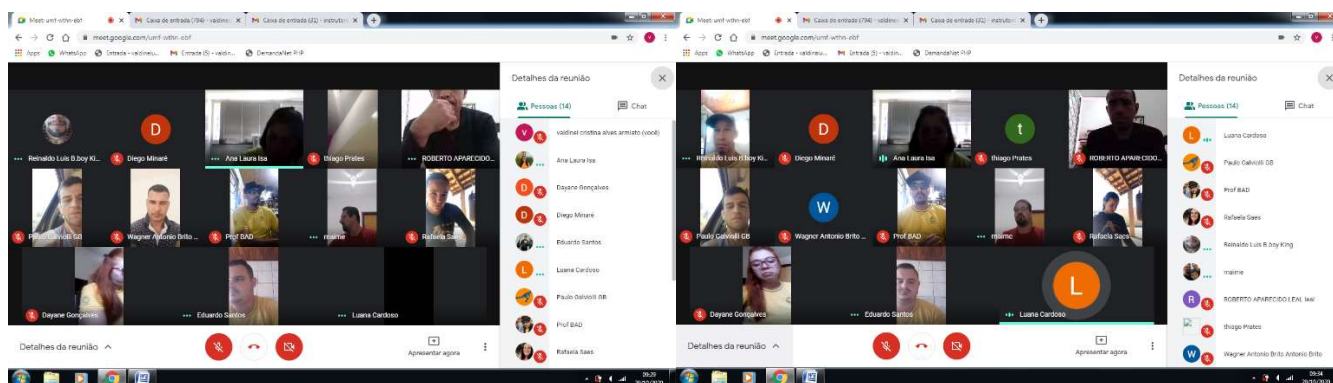
Reunião Pedagógica

Dia: 04/11/2020

Hora: 09h às 10h

Local: Reunião online pela plataforma Google Meet

Participantes: Instrutores, Coordenadora Pedagógica, Assistente Pedagógica e Encarregada Administrativa.



ATA da Reunião dia 04 de novembro

Aos dias quatro do mês de novembro de dois mil e vinte às nove horas foi realizada a reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet. Nessa reunião estavam presentes os instrutores, funcionários da União Brasil e a coordenadora pedagógica.

A reunião se iniciou com a coordenadora pedagógica falando com os instrutores sobre a importância de ter organização para a entrega e devolução dos materiais.

Em seguida foi feito a escala dos instrutores para entrega de materiais em cada polo, onde cada instrutor iria ficar. Novamente a coordenadora ressaltou a importância do prazo de entrega de relatórios, que é importante respeitar o prazo de entrega.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Ficou acordado que para o mês de novembro que após o dia quinze de novembro até o dia dezenove será enviado os planos de aula e semanário.

Os vídeos serão entregues até o dia quinze de novembro.

Já a entrega do relatório mensal ficou acordado para enviar até o dia primeiro do mês de dezembro.

Além disso, ficou combinado que nos dias cinco e dias seis eles viriam até a sede para assinar folha de ponto e relatório.

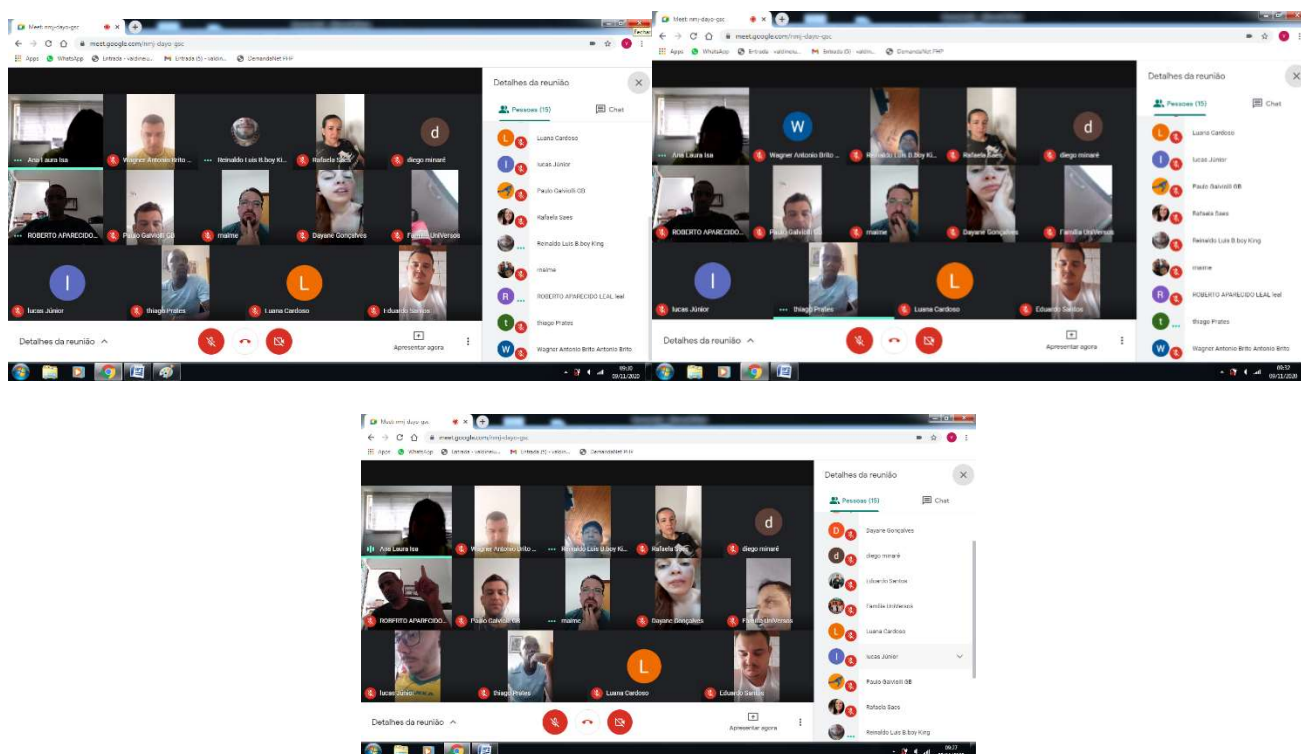
E por fim esclareceu as dúvidas dos instrutores.

Dia: 09/11/2020

Hora: 09h às 10h

Local: Reunião online pela plataforma Google Meet

Participantes: Instrutores, Coordenadora Pedagógica, Assistente Pedagógica e Encarregada Administrativa.



ATA da Reunião dia 09 de novembro de 2020

Aos nove dias do mês de novembro as nove horas no período da manhã realizou-se a reunião pedagógica.

A coordenadora iniciou a reunião fazendo a somatória juntamente com os instrutores das entregas das apostilas nos polos dos dias cinco e seis de novembro. No total foram entregues 462 apostilas e concluímos a meta do mês.

Em seguida foi falado para os instrutores que esse mês haverá busca ativa para os responsáveis que não buscaram as apostilas dessa quinzena. Foi feito a escala dos instrutores de quem iria fazer busca ativa nos polos do mês de novembro.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

Logo em seguida foi ressaltado que a entrega dos vídeos deverá ser entregue até o dia quinze do mês, semanário e plano ficou acordado até o dia vinte e o mensal até do dia primeiro de dezembro.

Foi feito a escala dos instrutores para a entrega os materiais nos dias dezenove e vinte de novembro.

Por fim, finalizou a reunião com esclarecimento de dúvidas.

Coordenadora Pedagógica