



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

Dezembro 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 – MEI);**
- 4- LOCAIS DE ATENDIMENTO – MODALIDADES;**
- 5- INTRODUÇÃO;**
- 6- RELATÓRIO DOS INSTRUTORES**
 - ✓ **PLANO DE AULA;**
 - ✓ **RELATÓRIO SEMANAL DO PROFESSOR;**
 - ✓ **RELATÓRIO MENSAL;**



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	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 2.017 firmamos parceria com a “Secretaria Municipal de Educação” da



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

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 691 alunos com atividades pedagógicas, culturais, esportivas de Jornada Ampliada no contra turno escolar.

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 Galviolli	Jiu-Jitsu
Rafael de Oliveira Naime	Iniciação Esportiva/Natação



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

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

DIAS DE ATENDIMENTO NOS POLO



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

LOCAIS DE ATENDIMENTO E MODALIDADES

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	-	-
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 Galviolli	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 Galviolli	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 Galviolli	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- DEZEMBRO/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: 01/12 à 04/12/2020 • Dominó de papelão; • Árvore de natal de caixa de ovos; • Lembrancinha de Natal de copo plástico; • Cartão de Natal;	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 • Árvore de barbante; • Cartão de papai Noel; • Olaf de rolinho de papel; • Cartão de boneco de neve I;
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 • Árvore de rolo de papel; • Coroa de rena; • Personagens natalinos de rolinhos de papel I; • Personagens natalinos de rolinhos de papel II;	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 • Cartão de boneco de neve II; • Árvore de palito de sorvete; • Pinguim de rolinho de papel; • Árvore de natal de pet;

PLANO DE AULA 1

TEMA: Dominó de papelão	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Permitir trabalhar contagem organizada, representação decimal, paridade e construção com material reciclável.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver o raciocínio lógico que são incentivados a organizar estratégias para a vitória.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, aquisição e organização dos materiais, organização do espaço, gravação e edição	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje, faremos um dominó diferente de papelão, se precisar de ajuda chame alguém de casa que possa te auxiliar, mas é muito fácil. Primeiro você irá precisar de uma placa de papelão, tinta guache e pincel. Agora vamos recortar dessa forma que eu mostro a vocês, depois vamos pinta-lo e pronto! Agora é só jogar. Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CH-URBkn23m/ Acesso em 04/11/2020	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Árvore de natal de caixas de ovos	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças uma atividade lúdica de festividades que possa ser realizada em casa.	
OBJETIVO GERAL: Possibilitar a criatividade com materiais recicláveis	
PROCEDIMENTOS: Captação dos materiais, realização do árvore, gravação do vídeo e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nos reutilizaremos uma caixa de ovos para fazer uma árvore de natal. Primeiro	



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 recortar a caixa de ovos em formato de árvore, depois vamos pintar, colocar bolinhas de papel amassados como enfeites e para fazer o tronco vamos usar um rolo de papel. Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.espacoeducar.net/2012/11/arvores-de-natal-feitas-com-caixa-de.html> Acesso em 04/11/2020

PLANO DE AULA 3

TEMA: Lembrancinha de Natal de copo plástico	Turma: 1º 2º 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Organizar, conhecer as possibilidades festivas com material reciclável.	
OBJETIVO GERAL: Confeccionar uma lembrancinha de material reciclável	
PROCEDIMENTOS: Organização da aula, dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós faremos uma linda lembrancinha de Natal muito fácil, vamos utilizar copo plástico, bolinhas de isopor ou de papel, papel colorido, e cola. Agora vamos recortar uma pequena árvore de natal que caiba dentro do copo, depois vamos recortar uma tampa para nosso copo e colocar as bolinhas dentro, por último vamos colar a tampinha no copo e pronto! Nossa lembrancinha esta pronta! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/pin/7670261850046511/ Acesso em 05/11/2020	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Cartão de Natal	Turma: 1º 2º 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Produzir do próprio cartão festivo, podendo dar a alguém.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a criatividade, leitura e escrita.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, otimização dos materiais, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós vamos fazer um lindo cartão de natal para dar para alguém que você ama! Veja como é fácil, primeiro você desenha sua mãozinha na folha e recorta, depois pintaremos um papai Noel dela e colar o algodão, e pronto! Nosso cartão está pronto para dar a alguém, agora você pode escrever o que quiser nele, peça ajuda se necessário. Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.thebestideasforkids.com/christmas-handprint-cards/ Acesso em 05/11/2020	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Árvore de rolo de papel	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Proporcionar uma experiência lúdica de criação de uma árvore com rolo de papel.	
OBJETIVO GERAL: Reutilizar materiais recicláveis aguçando a imaginação.	
PROCEDIMENTOS: Estruturação da aula, dos materiais, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós faremos uma pequena árvore de natal usando rolinhos de papel. 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

recortar os rolinhos ao meio, pinta-los de verde, depois só colar um no outro e colar as bolinhas de papel de enfeite. Agora teremos uma linda arvore que dará para pendurá-la onde quiser com barbante. Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://www.theresourcefulmama.com/toilet-paper-roll-christmas-tree/>
Acesso em 06/11/2020

PLANO DE AULA 6

TEMA: Coroa de rena	Turma: 1º 2º 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Sugerir diferentes ideias lúdicas natalinas.	
OBJETIVO GERAL: Proporcionar o desenvolvimento da criatividade	
PROCEDIMENTOS: Projeção de conteúdo, dos matérias, roteiro, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós faremos algo bem diferente, uma coroa de rena. Vamos usar folha sulfite, papel colorido, cola e tesoura. Agora vamos recortar a coroa no formato e tamanho da sua cabeça, depois o rostinho da rena, com os olhos, nariz e boca, só colar tudo e pronto! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.simpleeverydaymom.com/reindeer-headband-craft/ Acesso em 06/11/2020	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Personagens de natal de rolinho de papel I	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Incentivar o uso de matérias recicláveis	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver ações e posturas saudáveis junto a natureza	
PROCEDIMENTOS: Prospecção dos materiais, organização espacial, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós faremos personagens de natal a partir de rolinho de papel, hoje faremos um papai Noel. Vamos pegar o rolinho enrolar-lo na folha sulfite, vou colar a parte vermelha de baixo de colocar os detalhes, muito fácil! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.thebestideasforkids.com/christmas-toilet-paper-roll-crafts/ Acesso em 10/11/2020	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Personagens de natal de rolinho de papel II	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Condição o trabalho com a tri dimensão e o manuseio de diferentes materiais expressivos juntos.	
OBJETIVO GERAL: Criar um personagem festivo a partir de rolo de papel	
PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, do espaço, roteiro, gravação e edição	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós iremos fazer o boneco de neve de rolinho de papel muito fácil! Primeiro vamos encapar nosso rolinho com sulfite branca, colar o nariz e desenhar os olhos, a boca e acabou!	



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

Temos um lindo boneco de neve! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.thebestideasforkids.com/christmas-toilet-paper-roll-crafts/> Acesso em 10/11/2020

PLANO DE AULA 9

TEMA: Árvore de barbante	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Possibilitar a criatividade através de uma técnica de colagem.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação motora fina .	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização dos materiais, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós vamos realizar um lindo trabalho com colagem de barbante, vamos utilizar uma sulfite, pintar um pedaço de barbante com guache verde, ou giz de cera, depois vamos cola-lo na folha no formato de uma arvores e colar os enfeites. Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.thebestideasforkids.com/salt-painted-christmas-tree/ acesso em 11/11/2020	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Cartão de papai Noel	Turma: 1º 2º 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Resgatar uma antiga tradição ao confeccionar o cartão feito pelas próprias mãos das crianças.	
OBJETIVO GERAL: Aumentar a capacidade de concentração, atenção e de coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: Organização do roteiro, dos materiais, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós vamos fazer um cartão de natal um pouco diferente. Vamos recortar a sulfite num formato redondo, depois vamos recortar o chapéu, os olhos, o nariz, depois vamos desenhar a boca com caneta e pronto! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/iovuoidqfsm/video_pins/ Acesso em 12/11/2020	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Olaf de rolinho de papel	Turma: 1º 2º 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Despertar a conscientização a respeito do Meio Ambiente e da importância da sua preservação, assim como da necessidade do reaproveitamento do lixo por meio da reciclagem.	
OBJETIVO GERAL: Criar um personagem muito conhecido pelas crianças, assim trabalhando a criatividade, ludicidade e coordenação.	
PROCEDIMENTOS: Captação dos materiais, organização do espaço e iluminação. Gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós vamos fazer o personagem muito conhecido o Olaf! Vamos enrolar o rolinho de papel com sulfite branca depois, colar o nariz e desenhar os outros detalhes como os olhos e a boca.	



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

Muito fácil! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.simpleeverydaymom.com/toilet-paper-roll-olaf-craft/>
Acesso em 13/11/2020.

PLANO DE AULA 12

TEMA: Cartão de boneco de neve I	Turma: 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Estimular de bons hábitos de solidariedade por meio de atividades coletivas e de confraternização.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar habilidades como coordenação motora fina, controle muscular, destreza,	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização dos materiais, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós iremos fazer um cartão de boneco de neve. Primeiro você corta uma sulfite em três partes depois você enrola elas no formato do nosso boneco, então a base e maior e depois diminui nas outras duas partes, depois vamos colar a cabeça e com a caneta preta fazer os solhos, a boca, os braços e pronto! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.easypeasyandfun.com/how-to-make-a-paper-snowman-craft/ Acesso em 13/11/2020	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Cartão de boneco de neve II	Turma: 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Possibilitar às crianças o conhecimento das tradições	
OBJETIVO GERAL: Contribuir para a coordenação visomotora e orientação espacial, as quais, entre outras coisas, são necessárias para um bom desempenho em leitura e escrita.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, providenciar os materiais, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós faremos uma segunda opção de cartão, vamos recortar vários círculos de tamanhos diferentes numa folha sulfite, depois vamos recorta-los e cola-los do maior para o menor até formar nosso boneco, dará um efeito especial! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/pin/643944446717982327/ Acesso em 14/11/2020.	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Árvore de palito de sorvete	Turma: 1° 2° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Aguçar a criatividade a partir de um material que iria para o lixo.	
OBJETIVO GERAL: Estimular a socialização; solidariedade.	
PROCEDIMENTOS: Realização do roteiro, preparação dos materiais, do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós usaremos 3 palitos de madeira para fazer nossa árvore. Vamos pintar de verde com tinta guache ou giz de cera, depois cola-los em formato de triângulo e colar os enfeites e	



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

assim está pronta nossa árvore! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=cDxBzVGr7cq> Acesso em 16/11/2020.

PLANO DE AULA 15

TEMA: Pinguim de rolinho de papel	Turma: 1º 2º 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Reconhecer de símbolos da data comemorativa	
OBJETIVO GERAL: Exercitar a conscientização e coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: Captação dos materiais, preparação do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós vamos fazer um pinguim, usando o rolinho de papel encapa-lo com um papel preto, recortar os olhos e as patinhas, cola-los e desenhar os detalhes e assim fica lindo pinguim! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/pin/643944446718010096/ Acesso em 16/11/2020	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Árvore de natal de pet	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Reutilizar matérias que seriam descartados para fazer uma árvore	
OBJETIVO GERAL: Despertar a consciência ecológica através da criatividade.	
PROCEDIMENTOS: Estruturar o roteiro, os materiais, organização do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo recreação da professora Dayane. Na aula de hoje nós iremos recortar a parte superior da garrafa pet, pintar de verde com tinta guache, e colar estrelinhas coloridas de papel para fazer uma linda árvore sustentável! Espero que vocês tenham gostado, não esqueçam de curtir esse vídeo, comentar, compartilhar e também mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp, e até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/pin/643944446718010209/ Acesso em 16/11/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Dayane Frandoligi Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Pesquisa de conteúdo, gravação da vídeoaula Dominó de papelão e edição;
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	Reunião Pedagógica online Gravação da vídeoaula Árvore de natal de caixa de ovos; e edição;
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Entrega de material impresso na escola Arlindo e realização da 2ª pesquisa de satisfação. Gravação da vídeoaula Lembrancinha de Natal de copo plástico. Captação de materiais e edição;
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Pesquisa de conteúdo, gravação da vídeoaula Cartão de Natal, organização dos materiais e edição;



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- DEZEMBRO	
Educador/ Instrutor (a): Dayane Frandoligi Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Gravação da vídeoaula Árvore de rolo de papel e edição;
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Pesquisa de conteúdo, gravação da vídeoaula Coroa de rena e edição;
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Captação de materiais, gravação da vídeoaula Personagens natalinos de rolinhos de papel I; e edição;
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	Gravação da vídeoaula Personagens natalinos de rolinhos de papel II e edição;
ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO	
Educador/ Instrutor (a): Dayane Frandoligi Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Gravação da vídeoaula Árvore de barbante e edição;
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica online Gravação da vídeoaula Cartão de papai Noel e edição;
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Pesquisa de conteúdo, gravação da vídeoaula Olaf de rolinho de papel e edição de vídeo;
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Gravação da vídeoaula Cartão de boneco de neve I e edição;
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	
ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO	
Educador/ Instrutor (a): Dayane Frandoligi Gonçalves	
Oficina: Recreação Esportiva	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Gravação da vídeoaula Cartão de boneco de neve II e Árvore de palito de sorvete
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião Pedagógica online Gravação da vídeoaula Pinguim de rolinho de pape e edição;
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Gravação da vídeoaula Árvore de natal de pet e edição de vídeo;
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Dayane F. Gonçalves		Carga horária semanal: 16 horas		
Oficina: Recreação Esportiva		Carga horária mensal: 64 horas		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 101: Dominó de papelão		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=FYwYj-Ulq5Y&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=101		
		YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		TOTAL DE CURTIDAS: 14		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 102: Árvore de Natal com caixa de ovos.		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=52k3QWfLsmo&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=102		
		YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 14		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 103: Lembrancinha de copo plástico		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=l6gYuCNzV0M&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=103		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 5
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 12		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 104: Cartão de Natal		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2ev09wr6P7w&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=104		
		YouTube	Visualização: 23	Curtida: 4
		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: 7
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:41		TOTAL DE CURTIDAS:18	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 105: Árvore de Natal com rolinhos		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=QAitIPpnxRE&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=105		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 15	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:23		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 106:Tiara Natalina		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=gNsWW-ZDOW8&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=106		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 11	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25		TOTAL DE CURTIDAS:13	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 107: Personagens de papel 1		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HPfqurgyFdU&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=107		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 15	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 108: Personagens de papel 2		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=O8pHqireOCQ&list=		



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

	PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=108		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 11	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 109: Cartão Natalino		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Gh5Z_LEaPzw&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=109		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 16	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 16	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:47		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 110: Olav de rolinho de papel		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=FcUyEqsQzs&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=110		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 111: Árvore de Natal com Barbante		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=B27IFP8xY_4&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=111		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 112: Cartão natalino boneco de neve 1		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=X7EjM6As3Bw&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=112		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:17		TOTAL DE CURTIDAS:17	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 113: Cartão natalino boneco de neve 2		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=fZMsRo2UtW4&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=113		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida:2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:6	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 13	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:32		TOTAL DE CURTIDAS:13	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 114: Árvore de natal com palito		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=uduYKFg5E8U&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=114		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS:13	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 115: Pinguim de rolo de papel		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mXMLyxwlfBo&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=115		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 16	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 16	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 18	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 55		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 116: Árvore de Natal com garrafa pet		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=fuqZS8Nux-A&list=PLpU23UKHWZE6ZKfhX_R7y7qCVDEzH5QOL&index=116		



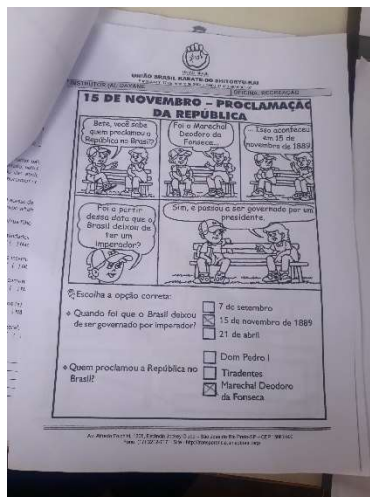
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 21	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 21	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 57		TOTAL DE CURTIDAS:15	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 449			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 232			

RETORNO DOS ALUNOS



João Miguel, 1º ano, Arlindo dos Santos.

Anne Caroline, 2º ano, Arlindo dos Santos.



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: 03/12

Entrega de material impresso na escola 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- DEZEMBRO/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: 01/12 à 04/12/2020 • Ratinho de papel • Elefante com material reciclável • Porco espinho – pintura com garfo	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 • Estrelas com EVA e glitter • Árvore de Natal em EVA • Papai Noel
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 • Borboleta com folhas naturais • Cometa com cola e glitter • Binóculos com rolo de papelão	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 • Pinguim utilizando numerais • Tartaruga com letras • Dinossauro com forma geométrica

PLANO DE AULA 1

TEMA: Ratinho de papel	Turma: 1º,2º,3º Ano
JUSTIFICATIVA: Importante trabalhar com recorte para refinar a coordenação motora e ampliar o repertório técnico da criança	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a realizar um ratinho com papel	
PROCEDIMENTOS: de acordo com o plano de aula, o procedimento foi apresentado passo a passo na videoaula, como utilizar os materiais e finalizar a atividade	
ROTEIRO VIDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folha sulfite, tesoura sem ponta, cola, canetinha. Primeiro passo é recortar a folha em forma de gota ou coração, dobra-la, cola-la na folha sulfite e contornar o corpo do ratinho. Em seguida vamos desenhar o olho, bigode e rabo. Assim teremos nosso resultado final. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPLe1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Elefante com material reciclável	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 um elefante com materiais recicláveis.	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de videoaula, apresenta a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré. Para nossa aula de hoje vamos precisar de um rolo de papel higiênico, tinta, folha sulfite, cola e tesoura sem ponta. Primeiro vamos pintar o rolo de papel, em seguida desenha, olhos, tromba e orelhas do elefante e cola-las no rolo.	



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

Dessa maneira conseguimos esse resultado.

Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. **Artesanatos em papel para crianças.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M>. Acesso em: 4 dez. 2020.

PLANO DE AULA 3

TEMA: Porco espinho – pintura com garfo	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar técnicas alternativas as crianças é de grande importância para o desenvolvimento criativo da criança.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a desenhar um porco espinho com garfo	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEO Aula: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folha sulfite, canetinha e garfo plástico. Para fazermos o corpo do porco espinho vamos fazer uma gota, em seguida o nariz e bigodes, os olhos e o rabo, depois iremos pintar os espinhos com o garfo plástico, e assim teremos nosso desenho completo. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Borboleta com folhas naturais	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar técnicas alternativas e mistas as crianças é de grande importância para o desenvolvimento criativo da criança.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a compor uma borboleta com folhas naturais.	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEO Aula: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folhas naturais secas ou verdes, folha sulfite, canetinha e lápis de cor. Primeiro vamos desenhar o corpo da borboleta, em seguida vamos colar as folhas na posição das asas, depois vamos colorir o corpo da nossa borboleta e assim teremos nosso resultado final. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

PLANO DE AULA 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

TEMA: Cometa com cola e glitter	Turma: 1º,2º,3º Ano
JUSTIFICATIVA: É importante para ampliar o repertório técnico e lúdico da criança, ensina-las diversas modalidades e técnicas artísticas	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer um cometa ou estrela cadente com cola e glitter	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folha sulfite, cola e glitter e pincel. Primeiramente vamos desenhar nosso cometa, uma estrela, em seguida vamos com o pincel pintar com a cola a calda do nosso cometa, em seguida vamos colorir com glitter a estrela e depois a cauda, assim teremos nossa composição completa. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Binóculos 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 construir um binóculo com materiais recicláveis	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de dois rolos de papelão, tinta, tesoura sem ponta e um barbante. Vamos iniciar pintando nossos rolos de papelão, vamos deixar secar e depois cola-los para conseguirmos a forma de um binóculo, depois vamos anexar a articulação do nosso binóculo e em seguida colar o barbante para fazermos a alça dele e assim estará pronto para vocês brincarem com eles, podemos enverniza-los para que dure mais. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Estrelas com EVA e glitter	Turma: 1º,2º,3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar símbolos as crianças, promovendo conhecimento de mundo e novas linguagens na Arte.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer estrelas com EVA	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	



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 galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folha sulfite, lápis grafite, régua, EVA ou papelão, cola e glitter.

Inicialmente vamos desenhar nosso molde no formato de estrela na folha sulfite, em seguida iremos fazer o mesmo no EVA ou papelão, feito isso vamos recortar, preencher com cola o nosso molde de estrela e posteriormente aplicar o glitter. Para colorir, basta esperar secar e podemos decorar nossa árvore de natal ou qualquer ambiente.

Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. **Artesanatos em papel para crianças.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QPLe1VoRP9M>. Acesso em: 4 dez. 2020.

PLANO DE AULA 8

TEMA: Árvore de Natal em EVA ou papelão	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Importante trabalhar com as crianças o momento e datas lúdicas com as crianças, isso faz com que elas conheçam eventos culturais da sua sociedade.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer uma Árvore natalina com EVA e glitter.	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de videoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré. Para nossa aula de hoje vamos precisar de folhas de EVA verde e marrom, ou papelão, cola, tesoura sem ponta, glitter e a estrela que fizemos na aula passada. Primeiramente vamos fazer um rascunho da nossa árvore no EVA verde, recortaremos em seguida e colaremos numa outra folha, pode ser de EVA ou outro suporte, depois vamos recortar o tronco do nosso pinheiro. Feito isso, vamos fazer os enfeites da nossa árvore com cola e colorir com glitter dourado e prata; para finalizar nosso trabalho vamos colar a estrela que já havíamos feito no topo da nossa árvore Natalina. Bom turminha esse é o nosso resultado da atividade. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPLe1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Papai Noel	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Importante trabalhar com as crianças o momento e datas lúdicas com as crianças, isso faz com que elas conheçam eventos culturais da sua sociedade.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a desenhar um Papai Noel com técnica mista	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folhas sulfite, canetinha, cola, algodão e glitter vermelho e prata. Vamos começar desenhando o rosto do nosso Papai Noel e o gorro, em seguida os olhos e a boca, a barba faremos com algodão colado na folha. E assim teremos	



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

nosso desenho, utilizaremos glitter vermelho para parte superior do gorro e a parte inferior utilizaremos glitter prata. Assim teremos alcançado nossa composição.

Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. **Artesanatos em papel para crianças.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M>. Acesso em: 4 dez. 2020.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Pinguim utilizando numerais	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar atividades que envolvam áreas de outros conhecimentos, amplia a capacidade criadora da criança e potencializa seu caráter criativo.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a desenhar um pinguim a partir no número zero	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folhas sulfite, lápis grafite, giz de creta ou outros para colorir, canetão. Iniciaremos desenhando um zero grande, depois vamos desenhar os olhos, bico asas e patas e o gorro de inverno na cabeça; feito isso vamos colorir o corpo do nosso pinguim, deixando a barriga em branco, o bico na cor laranja e finalizamos nosso desenho. Vocês podem desenhar uma paisagem para nosso pinguim, como um iglu. Bom pessoal o professor fica por aqui. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. Não se esqueçam de guardarem seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Tartaruga com letras	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar técnicas que apresentem as crianças animais da nossa fauna, garante um conhecimento de mundo e elementos para a criação artística.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a desenhar uma tartaruga utilizando a letra “o”	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré. Para nossa aula de hoje vamos precisar de folhas sulfite, canetinha ou lápis e giz de cera. Iniciaremos com a letra “O” em seguida vamos desenhar o casco da nossa tartaruga, depois vamos desenhar as pata, lembrando que vamos fazer o desenho dela frontal, de frente, feito isso vamos desenhar os detalhes do casco e finalizar nossa atividade. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. E não se esqueçam de guardar seus trabalhos. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu “like”, fico por aqui e até logo. E não se esqueçam de guardar seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 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 12

TEMA: Dinossauro com forma geométrica	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar a criança estilos diversos de desenhos e temas, favorece a criança para poder conhecer e apreciar diversas linguagens no campo das Artes Visuais.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a desenhar um dinossauro estilo "Cartoon"	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula o procedimento se dá por meio de vídeoaula, apresentam a técnica e como utilizar os materiais.	
ROTEIRO VÍDEO Aula: Olá galerinha do Arlindo, sejam bem vindas e bem vindos a mais uma aula de artes com o professor Diego Minaré, para nossa aula de hoje vamos precisar de folha sulfite, lápis grafite e giz de cera colorido. Vamos iniciar o desenho com uma forma parecida com retângulo arredondado que será a cabeça do nosso dinossauro, posteriormente vamos desenhar uma curva que começara no meio da cabeça e depois concluímos com outra linha curva para compor o corpo do dinossauro, em seguida faremos as patas e depois os membros superiores. Para o acabamento vamos desenhar o olho, boca e os espinhos do dinossauro. Agora é só colorir com as cores que vocês preferirem. Espero que tenham gostado da aula, pratiquem em casa e assistam as aulas e não deixem de visitar nossas redes sociais e deixar seu "like", fico por aqui e até logo. E não se esqueçam de guardar seus trabalhos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: IDEIAS INCRÍVEIS. Artesanatos em papel para crianças. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=QPL1VoRP9M . Acesso em: 4 dez. 2020.	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Gravação da vídeoaula Ratinho de papel
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Gravação da vídeoaula Elefante com material reciclável
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Gravação da vídeoaula Porco espinho – pintura com garfo

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Gravação da vídeoaula Borboleta com folhas naturais
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Gravação da vídeoaula Cometa com cola glitter



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 10/12/2020	
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	Gravação da vídeoaula Binóculos com rolo de papelão

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: _12_ horas	Carga horária total: _48_ horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Gravação da vídeoaula Estrelas com EVA e glitter
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Gravação da vídeoaula Árvore de Natal em EVA
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	Gravação da vídeoaula Papai Noel

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: _48_ horas	Carga horária total: _12_ horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Gravação da vídeoaula Pinguim utilizando numerais
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet Gravação da vídeoaula Tartaruga com letras
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Gravação da vídeoaula Dinossauro com forma geométrica
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira		Carga horária semanal: 12 horas	
Oficina: Artes Visuais		Carga horária mensal: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: Ratinho de Papel	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=WFAghxYosME&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=86		
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:	Curtida:
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 1	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 4		TOTAL DE CURTIDAS: 4	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 87: Elefante com rolo de papel higiênico	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yJ8-ZcDrftA&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=87		
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 1	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 5		TOTAL DE CURTIDAS: 4	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: porco espinho com garfo	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=7JKKKACdJ7Y&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=88		
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 1	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 3		TOTAL DE CURTIDAS: 5	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Borboleta com asas feitas com folhas naturais	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=GIYla9sQMDU&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=89		
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 5		TOTAL DE CURTIDAS: 4	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 90: Cometa com cola e glitter		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=4MXYTvGWv88&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwK8179w9&index=90	
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 5	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 91: Binóculos com material reciclável		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=x4Qvnw8_eEo&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwK8179w9&index=91	
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:	Curtida:
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 4		TOTAL DE CURTIDAS: 5	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 92: Estrela EVA		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=tW05t1qrR4Q&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwK8179w9&index=92	
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 6		TOTAL DE CURTIDAS: 4	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 93: Árvore de Natal com EVA		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=SLzNx3zydC0&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwK8179w9&index=93	
	YouTube	Visualização: 1	Curtida:



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 UNIÃO BRASIL	Visualização:	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 5	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 94: Papai Noel		
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=QUoDoMT4fHQ&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=94		
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 1	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 1		TOTAL DE CURTIDAS: 4	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 95: Pinguim		
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=W7_gX5DzrqM&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=95		
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização:	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 2		TOTAL DE CURTIDAS: 5	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 96: Tartaruga como "O"		
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=67H486Z1TP4&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=96		
	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 6	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 97: Dinossauro		
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=ZRYSw00ZcZc&list=PLpU23UKHWZE4XzUAMnIOUv4gwKA8179w9&index=97		



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

	YouTube	Visualização: 0	Curtida: 0
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização:	Curtida:
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 6		TOTAL DE CURTIDAS: 4	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 42			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 44			



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- DEZEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	Carga horária semanal: <u>16 horas</u>
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 01/12 à 04/12/2020 - Aula de alongamento e explicações das aulas de kata - Treinamento do kihon kata nijhugo - Treinamento do kihon kata zenkuts dachi dait - Treinamento do kihon kata daini	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 - Treinamento do Pinan Nidan Parte 2 - Treinamento do Pinan Sandan Parte 1 - Treinamento do Pinan Sandan Parte 2 - Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 1
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 - Treinamento do kata hiji ate goho - Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 1 - Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 2 - Treinamento do Pinan Nidan Parte 1	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 - Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 2 - Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 3 - Treinamento do kata Ananku – Juntando os Três Kihons - Treinamento do Kata Ananku

PLANO DE AULA 1

TEMA: Aula de alongamento e explicações das aulas de kata	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O objetivo é trabalhar os alongamentos, da parte superior e inferior do corpo e explicar algumas questões sobre o treinamento de kata.	
OBJETIVO GERAL: É mostrar uma série de alongamentos para preparar os alunos em todas as aulas de kata, também tivemos uma previa sobre as aulas de kata que seriam desenvolvidas.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo sobre alongamentos adequados para o kata, montagem do roteiro, organizar o espaço e ajustar o vídeo e o áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previa sobre o conteúdo que iniciaremos no presente mês de dezembro; - Desenvolvimento do alongamento que será trabalhado em todo início das aulas de kata; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RANGEL, Ivo. Estudos de Karatê. Salvador/BA: Egba, 1996	

PLANO DE AULA 2



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 do kihon kata nijhugo	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O objetivo é trabalhar um kihon básico de kata para preparar e desenvolver os katas que virão no decorrer do mês.	
OBJETIVO GERAL: É trabalhar com forma, velocidade e intensidade o primeiro kihon que é ensinado para quem começa a treinar o kata dentro do karatê, nesse kihon é trabalhado alguns golpes de braço e perna com sem deslocamento.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previsão do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro; - Desenvolvendo o kihon kata nijhugo devagar; - Desenvolvendo o kihon kata nijhugo com força, velocidade e forma; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Treinamento do kihon kata zenkuts dachi dait	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O objetivo é desenvolver o kihon kata zenkuts dachi dait, pois esse kihon de kata trabalha muito a transferência de base.	
OBJETIVO GERAL: É trabalhar o kihon básico de forma intensa com força, velocidade, explosão, kiai e execução das bases e dos golpes, pois esse kihon faz parte de uma série de kihons que é de suma importância na aprendizagem dos katas.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previsão do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro; - Desenvolvendo o kihon kata zenkuts dashi dait devagar; - Desenvolvendo o kihon kata zenkuts dashi dait com força, velocidade e forma; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Treinamento do kihon kata zenkuts dashi daini	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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: O objetivo é desenvolver o kihon kata zenkuts dashi daini, pois esse kihon de kata trabalha muito a sequência de golpe junto a transferência de base.

OBJETIVO GERAL: É trabalhar o kihon básico de forma intensa com força, velocidade, explosão, kiai e execução das bases e dos golpes, pois esse kihon faz parte de uma série de kihons que é de suma importância na aprendizagem dos katas.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;
- Desenvolvendo o kihon kata zenkuts dashi daini devagar;
- Desenvolvendo o kihon kata zenkuts dashi daini com força, velocidade e forma;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Treinamento do kata hiji ate goho

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O objetivo é ensinar um kata básico que trabalha golpes de cotovelo.

OBJETIVO GERAL: É trabalhar o kata hiji ate goho, com força, velocidade, intensidade, postura e execução correta dos golpes.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;
- Desenvolvendo do kata hiji ate goho devagar;
- Desenvolvendo do kata hiji ate goho com força, velocidade e forma;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 1

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar o kihon kata nijhuro, que é um kihon muito mais intensificado.



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 desenvolver o kihon novo devagar, para que os alunos entendam os golpes e a sua sequência que é complicada.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previsão do que será trabalhado na aula;
- Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;
- Ensinando o kihon kata nijhuro devagar, para que os alunos se familiarizem;
- Desenvolvendo o kihon kata nijhuro em partes, para a facilitação do aprendizado;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 2

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar o kihon kata nijhuro, que é um kihon muito mais intensificado

OBJETIVO GERAL: É trabalhar o kihon de kata, com força, velocidade, intensidade, postura e kiai.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previsão do que será trabalhado na aula;
- Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;
- Desenvolvendo o kihon kata nijhuro completo devagar;
- Desenvolvendo o kihon kata nijhuro completo com força, velocidade e forma;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 8

TEMA: Treinamento do Pinan Nidan Parte 1

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O objetivo é desenvolver o Kata Pinan Nidan, que é um kata básico só que um pouco complicado.

OBJETIVO GERAL: Desenvolver o Pinan Nidan devagar, para entendermos as suas técnicas que são um pouco complicadas, só que os katas normalmente são mais difíceis do que os kihon que é para a iniciação.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do 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:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;
- Desenvolvendo do Kata Pinan Nidan em partes devagar;
- Desenvolvendo do Kata Pinan Nidan completo devagar;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 9

TEMA: Treinamento do Pinan Nidan Parte 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é desenvolver o Kata Pinan Nidan, que é um kata básico só que um pouco complicado.	
OBJETIVO GERAL: É desenvolver o Kata Pinan Nidan com força, velocidade, intensidade, postura e kiai.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previa do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro; - Desenvolvendo do Kata Pinan Nidan completo devagar; - Desenvolvendo do Kata Pinan Nidan completo com força, velocidade e forma; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Treinamento do Pinan Sandan Parte 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar o Pinan Sandan que é o segundo kata dos Pinan.	
OBJETIVO GERAL: É desenvolver o Pinan Sandan devagar, sem muita intensidade e por partes, para os alunos entenderem e aprenderem a sua sequência.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previa do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;	



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

- Desenvolvendo do Kata Pinan Sandan em partes devagar;
- Desenvolvendo do Kata Pinan Sandan completo devagar;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Treinamento do Pinan Sandan Parte 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar o Pinan Sandan que é o segundo kata dos Pinan.	
OBJETIVO GERAL: É desenvolver o Kata Pinan Sandan com força, velocidade, intensidade, postura e kiai.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previsão do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro; - Desenvolvendo do Kata Pinan Sandan completo devagar; - Desenvolvendo do Kata Pinan Sandan completo com força, velocidade e forma; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar o Kata Ananku em kihon, para facilitar o entendimento do kata, que é intermediário e de competição, muito usado dentro das competições do estilo Shito-ryu.	
OBJETIVO GERAL: É desenvolver o primeiro kihon que trabalha o início do Kata Ananku.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previsão do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro; - Desenvolvendo do 1º Kihon do Ananku completo devagar; - Desenvolvendo do 1º Kihon do Ananku completo com força, velocidade e forma; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	



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

- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 13

TEMA: Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 2

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar o Kata Ananku em kihon, para facilitar o entendimento do kata, que é intermediário e de competição, muito usado dentro das competições do estilo Shito-ryu.

OBJETIVO GERAL: É desenvolver o segundo kihon que trabalha o meio do Kata Ananku.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;
- Desenvolvendo do 2º Kihon do Ananku completo devagar;
- Desenvolvendo do 2º Kihon do Ananku completo com força, velocidade e forma;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.

PLANO DE AULA 14

TEMA: Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 3

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é ensinar o Kata Ananku em kihon, para facilitar o entendimento do kata, que é intermediário e de competição, muito usado dentro das competições do estilo Shito-ryu.

OBJETIVO GERAL: É desenvolver o terceiro kihon que trabalha o final do Kata Ananku.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudações aos alunos;

- Previa do que será trabalhado na aula;
- Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro;
- Desenvolvendo do 3º Kihon do Ananku completo devagar;
- Desenvolvendo do 3º Kihon do Ananku completo com força, velocidade e forma;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.



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 do kata Ananku – Juntando os Três Kihons	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar as 3 partes juntas do Kata Ananku, para entender e desenvolver o kata de forma completa.	
OBJETIVO GERAL: É desenvolver um kata muito importante e avançado dentro do karatê, com essa forma de ensinamento de kihon, o aluno consegue captar o kata completo mais facilmente e executá-lo inteiro e devagar.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previsão do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro; - Desenvolvendo o Kata Ananku completo devagar; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Treinamento do Kata Ananku	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar o kata ananku com os quesitos para execução de um kata eficiente.	
OBJETIVO GERAL: É executar o kata anaku que passo por diversos processos de aprendizado, nessa aula o kata será executado no seu potencial máximo, com força, velocidade, tempo, técnica, kiai e zanchin.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento dos kihons e katas básicos do estilo Shito-ryu, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Previsão do que será trabalhado na aula; - Pedido de alongamento que está na primeira aula do mês de dezembro; - Desenvolvendo o Kata Ananku completo com força, velocidade, tempo, técnica, kiai e zanchin; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CAMPS, Hermenegildo; CEREZO, Santiago. Estudo Técnico Comparado De los Katas De Karatê. Editorial Alas, 2005.	



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação da aula de alongamento e explicações das aulas de kata.
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	➤ Reunião Pedagógica – Google Meet • Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do kihon kata nijhugo.
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	✓ Entrega de Material impresso “apostila” e realização da 2ª pesquisa de satisfação – Manhã e Tarde – E.M Paul Percy Harris. • Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do kihon kata zenkuts dachi dait.
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do kihon kata daini

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do kata hiji ate goho
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO – NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 1
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 2
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do Pinan Nidan Parte 1

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê – Dô	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do Pinan Nidan Parte 2



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 15/12/2020	➤ Reunião Pedagógica – Google Meet • Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do Pinan Sandan Parte 1
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do Pinan Sandan Parte 2
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 1
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 2
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	➤ Reunião Pedagógica – Google Meet • Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 3
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do kata Ananku – Juntando os Três Kihons • Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Treinamento do Kata Ananku
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- DEZEMBRO

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 nº 102: (Aula de alongamento e explicações das aulas de kata)		
		Link do vídeo: https://youtu.be/9tntUcnpzYM		
		YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 21	Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 19	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 4	- 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 50		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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 103: (Treinamento do kihon kata nijhugo)		
		Link do vídeo: https://youtu.be/thwDYHQvxBU		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14	Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 5	- 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 104: (Treinamento do kihon kata zenkuts dachi dait)		
		Link do vídeo: https://youtu.be/thwDYHQvxBU		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 12	- 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 21		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 105: (Treinamento do kihon kata daini)		
		Link do vídeo: https://youtu.be/uQA0Rwj0A9w		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 19	Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 19	Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 6	- 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 49		TOTAL DE CURTIDAS: 23		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 106: (Treinamento do kata hiji ate goho)		
		Link do vídeo: https://youtu.be/z4sRFximNKw		
		YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 20	Curtida: 9
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 19	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 7	- 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 56		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 107: (Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 1)		
		Link do vídeo: https://youtu.be/z4sRFximNKw		
		YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 11	-7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 108: (Treinamento do kihon kata nijhuro Parte 2)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/pV4BM386SBg		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 18	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 17	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	-7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 45		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 109: (Treinamento do Pinan Nidan Parte 1)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/aHps0t0O_P4		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 23	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 22	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 7	-7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 57		TOTAL DE CURTIDAS: 26	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 110: (Treinamento do Pinan Nidan Parte 2)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/-jnGw32_R34		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 29	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 28	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	-7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 63		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 111: (Treinamento do Pinan Sandan Parte 1)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/7p8DkAnMMVk		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 13	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 9	-6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 112: (Treinamento do Pinan Sandan Parte 2)		
	Link do vídeo: https://youtu.be/Zvw2VAKzqTc		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 20	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 19	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 5	-8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 49		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 113: (Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 1)		
	Link do vídeo: https://youtu.be/YkviybRj5w8		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 20	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 21	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 4	-9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 52		TOTAL DE CURTIDAS: 27	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 114: (Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 2)		
	Link do vídeo: https://youtu.be/EVkb1bXZrqM		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 19	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 18	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 13	-7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 55		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 115: (Treinamento de Kihon do Kata Ananku Parte 3)		
	Link do vídeo: https://youtu.be/uECB7XcFODI		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 35	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 34	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 4	-8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 77		TOTAL DE CURTIDAS: 24	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 116: (Treinamento do kata Ananku – Juntando os Três Kihons)		
	Link do vídeo: https://youtu.be/iRJqors83E0		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 18	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 17	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 11	-8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 117: (Treinamento do Kata Ananku)		
	Link do vídeo: https://youtu.be/PBc8Cc59ZDI		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 79	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 78	Curtida: 16
	Instagram	Visualização: 9	-8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 178		TOTAL DE CURTIDAS: 32	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 935			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 383			



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



Ana Julia Alves Borges
Turma 5 – Tarde- Paul



Murilo Ávila da Silva Santos
3º Ano- Arlindo



Murilo Ávila da Silva Santos
3º Ano- Arlindo



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- DEZEMBRO/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: 01/12 à 04/12/2020 • 103 Creative Foot Work 01 • 104 Creative Foot Work 02 • 105 Coreo Foot Work 01 • 106 Coreo Foot Work 02	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 • 111 Sequência Top Rock 01 • 112 Sequência Top Rock 02 • 113 Rocking Style 01 • 114 Rocking Style 02
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 • 107 Hip Hop Dance 01 • 108 Hip Hop Dance 02 • 109 Hip Hop Dance 03 • 110 Hip Hop Dance Beat	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 • 115 Sequência New Foot 01 • 116 Sequência New Foot 02 • 117 Freestyle Dance 01 • 118 Freestyle Dance 02

PLANO DE AULA 1

TEMA: 103 Creative Foot Work 01	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Salientar a dança como proposta de diversidade diante do momento de isolamento social. Além da descontração se desenvolverem com os passos sugeridos pelo professor sem se preocupar com a técnica, garantindo assim um momento único com seus familiares.	
OBJETIVO GERAL: Desmistificar a preocupação e a evolução da modalidade Foot Work referente às dificuldades que muitos dançarinos de rua têm de executá-los. Certa vez quebrado este mistério os alunos obterão domínio nos passos do Breaking chegando a uma perfeição dos passos sugeridos pelo professor.	
PROCEDIMENTOS: Buscar a elaboração do roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos da aula Foot Work de forma facilitada e bem executada. Diagnosticar o espaço ideal para a execução da aula, tais como: ambientização adequada, som exclusivo ao estilo de dança Breaking e a forma correta de apresentação dos passos do professor.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Professor abre a aula com falas positivas direcionando para a aula atual. Foot Work. Breve abertura do que vai ser ministrado na vídeo aula. Em seguida a aula acontece pausadamente com som mais baixo para que a explicação seja eficaz.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://breakingworld.com.br/tag/footwork/	

PLANO DE AULA 2

TEMA: 104 Creative Foot Work 02	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Trazer a reflexão das crianças referente aos estilos de Foot Work a serem executados durante uma performance da dança Breaking. Mediante isso, sugerimos uma real e elaborada aula uma pequena coreografia e continuação da mesma. O conteúdo se encaixa com a dinâmica da aula para a realização da vídeo aula apresentada.	



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: Alcançar melhor aproveitamento das aulas ministradas nas plataformas da União Brasil, com resultados satisfatórios referente às bases, conceitos, formas corretas de executarem os passos coreográficos para que fiquem bem executados.

PROCEDIMENTOS: Feito o levantamento do roteiro, a idealização do local, limpeza, higienização, espaço adequado, som ambiente para não atrapalhar a fala do professor. Fixar o melhor posicionamento correto do tripé com a câmera e iniciar a gravação da vídeo aula imaginando que os alunos estão ali presencialmente assistindo a aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Continuação da aula anterior com o professor Bad. Sugerindo que os alunos tenham uma boa aula ao som da música. Orientando-os a tomarem cuidado para que não sofram lesões. Exercícios por exercícios colocando a cabeça no chão, se possível pegarem uma toalha para amortecerem o solo. Passo a passo, o professor inicia levantando o corpo, tirando os pés do chão e chegar ao objetivo final, que é fazer o Head Freeze completo.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.superprof.com.br/professional-breaking-aulas-basico-avancado-top-rock-footwork-powers-moves-tricks-combo-saltos-mortais.html>

PLANO DE AULA 3

TEMA: 105 Coreo Foot Work 01

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Trazer a dança Foot Work para a atualidade. Movimentos importantíssimos para o Breaking até hoje. Atualmente conhecido nos Estados Unidos como a arte de rua que mais se tornou 'moda'. Iniciando com a equipe Rock Stead Crew que obteve destaque nas rodas de dança e nas batalhas realizadas durante as décadas passadas, chamando assim a atenção de muitos jovens ao redor do mundo.

OBJETIVO GERAL: Mostrar a importância de cada passo que foram utilizados no passado e utilizados atualmente. Desta forma os alunos nos dias de hoje devem-se inspirarem no passado. Como os primeiros. Os verdadeiros. Que se expuseram de forma real e resgatadora da Cultura Hip Hop.

PROCEDIMENTOS: Ambientação 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: Rápida fala do professor. Passo a passo ensinados pausadamente. Ao som de Out 2 Nite. Ao estilo das danças urbanas o professor coreografa uma pequena parte para que o aluno consiga memorizar e realizar durante a música toda.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.facebook.com/escolakahal/photos/j%C3%A1-pensou-voc%C3%AA-na-roda-de-breaking-mandando-ver-no-footwork-power-moves-e-aquele/1269975976437299/>

PLANO DE AULA 4

TEMA: 106 Coreo Foot Work 02

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Dar continuidade a aula anterior, identificando o real momento em que estamos vivendo neste isolamento social. Não deixar cair no esquecimento tudo que aprendemos neste vivendo tão sério e preocupante devido ao novo Covid-19 que tem assolado muitas famílias e amigos.

OBJETIVO GERAL: Realizar a expressão para nossos alunos mediante os movimentos coreográficos sugeridos nestas vídeo aulas. Tais como: criatividade, inovação, ritmo, expressão e leveza, ou seja, não existe o fato de dançar por dançar, e sim, por ter algo a ensinar, passar e seguir.

PROCEDIMENTOS: Construção do roteiro mediante os estilos utilizados aqui nesta vídeo aula. Elaboração do espaço adequado para gravação da aula. Higienização do rádio portátil, do pen drive, da



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

garrafa térmica priorizando a limpeza do local, local de dança e principalmente pensar no posicionamento da câmara de vídeo.

ROTEIRO VÍDEOAULA: O professor vem com a vibe do som. Sugerindo as aulas gravadas anteriormente em que foi gravado. Realizando o primeiro passo de forma pausada para que os alunos absorvam um a um. Desta forma, fica mais fácil o acompanhamento da vídeo aula proposta pelo professor de Hip Hop “Danças Urbanas” Emerson Bad.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://brainly.com.br/tarefa/28429436>

PLANO DE AULA 5

TEMA: 107 Hip Hop Dance 01

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Foram elaboradas atividades de experimentação do movimento, improvisadas e coreografadas, tornando o conhecimento significativo para o aluno, para trabalhar o desenvolvimento corporal e suas percepções.

OBJETIVO GERAL: Trazer para o dia a dia as aulas experiência artística da dança, desenvolvendo a expressão corporal, o movimento do corpo, ampliando as possibilidades comunicativas e expressivas. Sendo assim, as variações são de muita importância para o aluno que busca melhorar seu desempenho nas suas sessões.

PROCEDIMENTOS: Após o levantamento do roteiro, é necessário preparar o ambiente, verificando o espaço adequado para a realização da vídeoaula e ensaiar todos os passos que serão ministrados.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura do professor com a fala inicial de Hip Hop Dance 01. Inicia-se a aula sem som para que os alunos consigam memorizar os passos utilizados. Explicação verbal com a prática de cada exercício apresentado na aula. Feito cada um deles de forma pausada, o professor aumenta o volume a intensidade do passo.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://www.wadancas.com.br/curso/hip-hop-dance>

PLANO DE AULA 6

TEMA: 108 Hip Hop Dance 02

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Dar continuidade na aula anterior a partir do “aprender, fazendo”. Nesse sentido, o aprendizado da arte necessariamente integra, em cada ação, a sensibilização, a produção e a contextualização da vivência artística.

OBJETIVO GERAL: Fazer com que o passar das aulas e o estudo dos movimentos, mesmo sendo diversificados, os alunos apresentavam maior interesse pelo passo em si. Aprendendo e difundindo a respeito da dança e sua contribuição na formação do Hip Hop Dance e, ainda, sobre a cultura Hip Hop.

PROCEDIMENTOS: Limpar o ambiente a ser utilizado, separar a água, a toalha, o som, o rádio e verificar o melhor horário para iniciar a gravação após ter levantado o roteiro completo incluindo início, meio e fim.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Continuidade da aula anterior com os passos de Hip Hop Dance através das práticas e ensinamentos sem som para melhor absorção dos alunos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.infoescola.com/artes/hip-hop/>

PLANO DE AULA 7

TEMA: 109 Hip Hop Dance 03

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Continuação da aula 108 e finalização da mesma. Para acelerar o processo, foi pensado, em trabalhar o princípio dos passos básicos da dança, no intuito de que as ideias fluíssem



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

mais facilmente para que as dificuldades não sejam o atrapalho, com paciência e calma contribuir com a continuidade do processo de elaboração.

OBJETIVO GERAL: Expressar com veemência os passos ensinados passo a passo com o professor. Diante deste processo criativo, o foco principal é fazer com que todos os alunos consigam de certa forma estarem se aprimorando e evoluindo com a arte da dança urbana.

PROCEDIMENTOS: Idealizar cada momento a ser realizados na vídeoaula através dos roteiros, temas, movimentos, sons utilizados, espaço utilizado, ambientização, posicionamento da câmera, sonorização do ambiente no ato da gravação e, por fim, a prática de tudo isso junto.

ROTEIRO VÍDEOAULA: A aula inicia com a continuidade da aula anterior dentro do contexto utilizado da modalidade Hip Hop Dance, onde os alunos vão seguindo continuamente através das práticas e ensinamentos sem som para melhor absorção dos alunos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://educacaofisicanamente.blogspot.com/2011/09/hip-hop-e-street-dance.html>

PLANO DE AULA 8

TEMA: 110 Hip Hop Dance Beat

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: A dança em dupla ou equipe é utilizada como mais uma ferramenta lúdica, capaz de promover para o aluno um bom desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social, de grande relevância que o professor busque a proposta da dança urbana para os alunos e crianças em geral.

OBJETIVO GERAL: Refletir sobre o enriquecimento e o desenvolvimento pessoal e social que a criança da educação infantil pode ter ao contato com a dança em suas variáveis formas de executá-las.

PROCEDIMENTOS: Avaliar o plano de aula de forma concreta para que não haja dúvidas durante a gravação da vídeoaula proposta pelo professor. Dessa maneira se preocupando com cada movimento do Hip Hop Dance e a forma correta de executar para que o aluno não sofra nenhum acidente e venha se machucar.

ROTEIRO VÍDEOAULA: O professor relata em poucas palavras os passos utilizados nas aulas anteriormente sem som, e desta vez ele convida a B.girl Lua para expressar os passos e suas especificidades com mais vigor e ritmo. A aula segue com os passos ritmados ao som do Hip Hop.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.estudiodeballetciscisnenegro.com.br/danca-para-todos/hip-hop/>

PLANO DE AULA 9

TEMA: 111 Sequência Top Rock 01

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: A Dança Urbana na educação infantil tem como a fim de compreender o processo da dança mais profundamente e até que ponto contribui para construção do conhecimento mediante os passos, giros e expressões a serem trabalhadas.

OBJETIVO GERAL: Procurar identificar os benefícios da dança para alunos e crianças, em sua questão motora, afetiva e cognitiva gerando oportunidades oferecidas para a construção e enriquecimento do seu desenvolvimento pessoal e social.

PROCEDIMENTOS: Buscar extrair o melhor das vídeoaulas com exatidão por meio do roteiro elaborado com eficiência e muito resultado. Diante do trabalho proposto pelo professor e através da modalidade sugerida. Alongamento vem com a proposta de alongar a musculatura do corpo de uma forma geral.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura com apresentação do professor sobre a aula Top Rock e suas especificações, breve comentário pessoal referindo-se a aula sugerida pelo próprio com ênfase para que os alunos marquem os amigos, comentem e não deixem de terem uma boa 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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.dancaderua.com/fundamentos/toprock/tudo-sobre-top-rock>

PLANO DE AULA 10

TEMA: 112 Sequência Top Rock 02	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Muito importante que o Bboy ou Bgirl não utilize apenas a base padrão do Top Rock, pois ao longo dos anos ele tem se modifica, sendo que cada geração de dançarinos(as) acrescentam um pouco do seu estilo modificando assim sua base padrão, e levando a criar muitas vezes um novo estilo.	
OBJETIVO GERAL: Expressar a continuidade da aula acima sugerida com muita garra e força, utilizando o ritmo como forma de conexão e a memória como fator principal para apresentação em comunhão com amigos e familiares.	
PROCEDIMENTOS: Levantamento do roteiro do professor, idealização da ordem de apresentação da aula, concentração no período todo da vídeo aula, explicação de fácil entendimento buscando a facilidade de aprendizagem do aluno com esta arte.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Iniciação da aula com o professor dançando alguns passos ao som da música. Em seguida ele utiliza o passo a passo da aula anterior ao beat atual. São necessário várias repetições para que os alunos consigam estar acompanhando o professor.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.dancaderua.com/fundamentos/toprock/tutorial-breakdance-basic-top-rock	

PLANO DE AULA 11

TEMA: 113 Rocking Style 01	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Buscar evoluir nas Danças Urbanas através do estilo de dança Up-Rocking, Brooklyn Rock ou Rocking. Estilo de dança criado entre 1967 e 1969 pelos dançarinos (Rockers) Rubber Band e Apache no bairro do Brooklyn em Nova York (Estados Unidos).	
OBJETIVO GERAL: Dar continuidade ao estilo de dança Rocking com muitas expressão e garra. A música é o guia não somente rítmico, mas também lírico para executar os Burns e Jerks. No meio dos anos 70 a dança Up Rocking Original desapareceu, porém deixou sua herança com os B.Boys do bairro do Bronx que continuaram fazendo seus passos.	
PROCEDIMENTOS: Buscar a elaboração do roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos da aula Rocking de forma facilitada e bem executada diagnosticando o espaço ideal para a execução da aula, tais como: ambientização adequada, som exclusivo ao estilo de dança Breaking e a forma correta de apresentação dos passos do professor.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: “Eu falo Hip Hop e você responde, show, Hip Hop, Show!” O professor inicia sua aula com seu grito de ‘guerra’ para que os alunos se comuniquem mais facilmente com ele. Após uma breve explicação da aula, ele inicia aos passos pausadamente com seus cinco compassos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://urban_dance_portugal.blogs.sapo.pt/	

PLANO DE AULA 12

TEMA: 114 Rocking Style 02	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Enfatizar sua real forma de execução e prática na continuidade da aula 113 onde cada aluno é alinhado de acordo com seu amigos, um de frente para o outro. Cada ‘Rocker’ assim chamados os dançarinos de Rocking, devem-se manter na linha até que seja tocado por outro Rocker para sair ou o seu oponente saia naturalmente.	



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: Este estilo de dança consiste em simular uma luta com seu 'adversário', podendo ser dançado individualmente, em dupla ou grupos, onde, dois grupos de dançarinos se formam em linha, sendo que cada indivíduo fica frente a frente, essa formação é chamada de "Apache Line".

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 da mesma.

ROTEIRO VIDEOAULA: Simples apresentação do professor. Sugerindo que os alunos tenham uma boa aula. Seguem a seqüência na música e no flow da batida. Acontece uma repetição dos passos onde os alunos poderão memorizar facilmente a aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://culturahip-hop-blog.tumblr.com/post/40107513135/o-up-rocking-ou-brooklyn-rock>

PLANO DE AULA 13

TEMA: 115 Sequência New Foot 01

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Pesquisar a dança Foot Work como referência original da Dança Urbana. A primeira definição de Foot Work é o uso hábil dos pés, como no esporte, dança, etc. Outra definição de é uma manobra inteligente podendo também ser utilizado como preliminar dos movimentos 'power moves' do Breaking.

OBJETIVO GERAL: Desenvolver uma capacidade grande de movimentos e passos do Foot Work através da criatividade e muita dedicação. Nesta ocasião em destaque trabalhamos a memorização juntamente com a criação da aula com o professor.

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 VIDEOAULA: Inicia-se com a palavra do professor. Em seguida ele apresenta aos alunos o a sequência dos passo do Foot Work. Apresentando o Top Rock como fundamento essencial da dança. Dando continuidade na aula, segue de exercícios ritmados com a música. Passos simples e de fácil aprendizado com a contagem seqüencial de forma pausada para a que haja uma melhor memorização do aluno.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.dancaderua.com/fundamentos/footword/passos-de-break-dance-footwork>

PLANO DE AULA 14

TEMA: 116 Sequência New Foot 02

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Continuação da aula 117 com objetividade nos passos ensinados pelo professor tendo como base principal da aula de dança, Foot Work. Com o grande avanço do Breaking é possível ver cada vez, mais novos estilos e técnicas desenvolvidas baseados neste fundamento, o Footwork.

OBJETIVO GERAL: O Footwork é onde está toda a essência da dança. É nele que podem ser inserida toda criatividade e habilidade desenvolvida nas aulas, sendo assim, o mais completo e complexo ao mesmo tempo, pois exige muita técnica e agilidade em sua execução.

PROCEDIMENTOS: Buscar a finalização do roteiro apresentado. Dar prioridade às músicas que marcaram época nas décadas acima descritas com adequação do espaço a ser utilizado na gravação das aulas remotas.



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 inicia com o professor ‘curtindo’ o som sugerido para gravação da mesma. Trazendo a memória dos pais, filhos e familiares o ano em que o Rapper Tyga teve destaque com esta música. Passando para a prática, o professor explica a utilização do tempo real e o contra tempo da batida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://oglobo.globo.com/cultura/footwork-misto-de-danca-estilo-musical-ganha-compilacao-3509654>

PLANO DE AULA 15

TEMA: 117 Freestyle Dance 01	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Trazer aos alunos um estilo de dança mais utilizados nas apresentações e eventos de Hip Hop. Em muitos lugares, essa dança é chamada de Hip Hop Dance, que significa a dança da cultura Hip Hop, e isso é errado, pois a dança oficial da cultura é a dança dos bboys. Além do Up Rock, havia o Freestyle, em que as pessoas criavam suas próprias danças em festas (danças sociais) para a música da cultura Hip Hop.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver todas as variáveis das Danças Urbanas em um única performance de dança. Ou seja, o aluno segue a batida da música com os passos apresentados nas vídeoaulas, desta forma eles se expressam com liberdade utilizando a criatividade como fator principal da sua desenvoltura.	
PROCEDIMENTOS: Adequação do local a ser utilizado para gravação da aula sugerida. Idealização do roteiro geral. Higienização do espaço. Colocação da pista de dança no local exato. Fazer a seleção das músicas e se preocupar com o horário adequado para a gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Simples apresentação do professor explicando o motivo da escolha da música a ser utilizada na aula. Passando para a prática da aula com passos leves. De forma pausada ele vai se conectando com a música expressando cada detalhe que a mesma pede. Apresentação da música a ser utilizada e em seguida inicia-se a prática da aula com ritmo e gingado.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: http://dancecast.com.br/sobre-o-hip-hop-freestyle-dance/	

PLANO DE AULA 16

TEMA: 118 Freestyle Dance 02	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: O Hip Hop Freestyle é o conjunto das danças sociais afro-latino-americanas e suas variações. A primeira dança social do Hip Hop Freestyle é a que da a forma, o “feeling”, ou seja, ao sentimento. Isto mesmo. O aluno coloca em pratica nos passos o que ele esta sentindo no momento.	
OBJETIVO GERAL: Transcender o Hip Hop Freestyle sem cara feia e dançar qualquer coisa! Tem forma, fundamentos e história. Antes de dizer que está dançando Hip Hop Freestyle, a pessoa precisa saber como ele chegou até onde está, conhecer seu feeling e algumas danças sociais e dançar da forma certa, com danças sociais e variações.	
PROCEDIMENTOS: Produção inicial com o roteiro da vídeoaula. Levantamento das músicas já colocadas sequencialmente. Colocar a pista no local adequado. Separa a água, a toalha, radio portátil, pen drive e observar o momento ideal para iniciar a gravação da aula remota.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: O vídeo inicia com o Graffiti Art escrito “Hip Hop Show”. Em seguida o professor faz uma breve abertura da aula orientando os alunos a dançarem tudo aquilo que foi ensinado nas aulas. Colocando em pratica cada passo, gesto e expressões. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada desejando um Feliz Natal para todos os alunos e familiares	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:	https://www.sympla.com.br/fundamentos-do-hip-hop-freestyle_833149



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Planejamento e gravação da vídeoaula Nº 103 Creative Foot Work 01
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	Reunião pedagógica on line. Idealização e gravação da vídeoaula Nº 104 Creative Foot Work 02
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Montagem e gravação da vídeoaula Nº 105 Coreo Foot Work 01
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Elaboração e gravação da vídeoaula Nº 106 Coreo Foot Work 02

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Idealização e gravação da vídeoaula Nº 107 Hip Hop Dance 01
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO - NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Planejamento e gravação da vídeoaula Nº 108 Hip Hop Dance 02 e Nº 109 Hip Hop Dance 03
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Elaboração e gravação da vídeoaula Nº 110 Hip Hop Dance Beat
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	Divulgação das aulas remotas nas plataformas da União Brasil e Projeto Compartilhar.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Elaboração e gravação da vídeoaula Nº 111 Sequência Top Rock 01
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica on line. Idealização e gravação da vídeoaula Nº 112 Sequência Top Rock 02
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Elaboração e gravação da vídeoaula Nº 113 Rocking Style 01
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Planejamento e gravação da vídeoaula Nº 114 Rocking Style 02



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 18/12/2020	Divulgação das aulas remotas nas plataformas da União Brasil e Projeto Compartilhar.
---	--

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Idealização e gravação da vídeoaula Nº 115 Sequência New Foot 01 e Nº 116 Sequência New Foot 02
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião pedagógica on line. Montagem e gravação da vídeoaula Nº 117 Freestyle Dance 01 e Nº 118 Freestyle Dance 02
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Divulgação das aulas remotas nas plataformas da União Brasil e Projeto Compartilhar.
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- DEZEMBRO

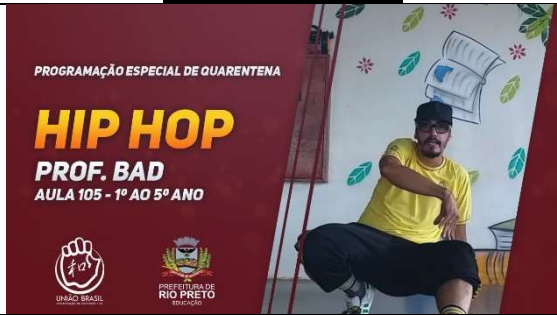
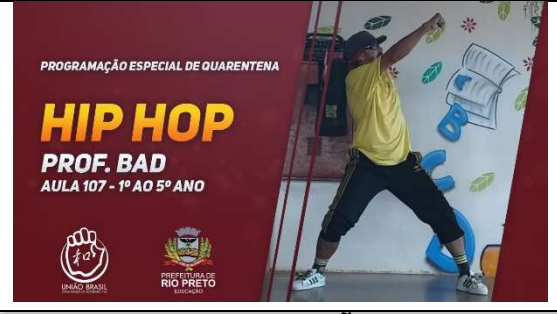
Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 103: CREATIVE FOOT WORK 01	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=iPROqTEizMo	
		YouTube	Visualização: 20 Curtida: 04
		Facebook	Visualização: 92 Curtida: 08
		Facebook	Visualização: 94 Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	
		Instagram	Visualização: 05 Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 211		TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 104: CREATIVE FOOT WORK 02	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=a52S1V4Egk	
		YouTube	Visualização: 21 Curtida: 04
		Facebook	Visualização: 417 Curtida: 05
		Facebook	Visualização: 418 Curtida: 04
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	
		Instagram	Visualização: 04 Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 861		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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 105: COREO FOOT STYLE 01		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=xy1ieKEngx0		
		YouTube	Visualização: 17	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 164	Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 165	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 07	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 353		TOTAL DE CURTIDAS: 28		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 106: COREO FOOT STYLE 02		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=S9YPDul0f_I		
		YouTube	Visualização: 16	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 107	Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 108	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 235		TOTAL DE CURTIDAS: 27		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 107: HIP HOP DANCE 01		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=a3JNRTufwQ		
		YouTube	Visualização: 26	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 48	Curtida: 05
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 49	Curtida: 04
		Instagram	Visualização: 05	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 128		TOTAL DE CURTIDAS: 22		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 108: HIP HOP DANCE 02		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Q2hmfYXHJdk		
		YouTube	Visualização: 17	Curtida: 04
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 39	Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 40	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 08	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 104		TOTAL DE CURTIDAS: 27		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 109: HIP HOP DANCE 03		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2HJC_kWm7L0		



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

	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 04
	Facebook	Visualização: 42	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 43	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 06	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 106		TOTAL DE CURTIDAS: 27	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 110: HIP HOP DANCE BEAT	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=JHxMGIdeFw8		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 04
	Facebook	Visualização: 103	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 104	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 08	Curtida: 10
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 236		TOTAL DE CURTIDAS: 29
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 111: SEQUENCIA TOP ROCK 01	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VMxTGlgDLAs		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 30	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 31	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 07	Curtida: 09
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 75		TOTAL DE CURTIDAS: 26
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 112: SEQUENCIA TOP ROCK 02	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=GJJwp8gknnQ		
	YouTube	Visualização: 05	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 36	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 37	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 09	Curtida: 09
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 87		TOTAL DE CURTIDAS: 24
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 113: ROCKING STYLE 01	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=GN3OTNOYxLo		
	YouTube	Visualização: 08	Curtida: 02



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 UNIÃO BRASIL	Visualização: 53	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 54	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 07	Curtida: 09
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 122		
TOTAL DE CURTIDAS: 30			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 114: ROCKING STYLE 02	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=dYtBUtXJfkQ		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 31	Curtida: 06
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 32	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 11	Curtida: 11
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 81		
TOTAL DE CURTIDAS: 26			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 115: SEQUENCIA NEW FOOT 01	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=YbF1O0flQ-Y		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 27	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 28	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 14	Curtida: 09
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 75		
TOTAL DE CURTIDAS: 26			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 116: SEQUENCIA NEW FOOT 02	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=bfGwugvdLN8		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 34	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 35	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 05	Curtida: 08
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 80		
TOTAL DE CURTIDAS: 26			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 117: FREESTYLE DANCE 01	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=smAi75KjjKU		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

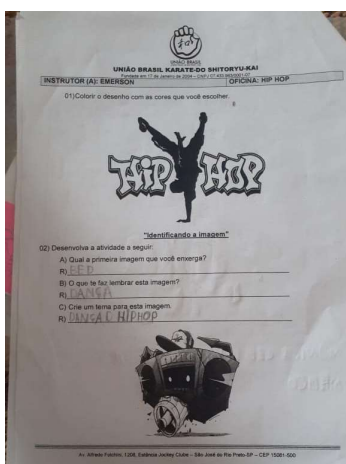
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 33	Curtida: 05
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 34	Curtida: 05
	Instagram	Visualização: 14	Curtida: 09
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 87		
TOTAL DE CURTIDAS: 21			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 118: FREESTYLE DANCE 02	
	Link	do vídeo:	
	https://www.youtube.com/watch?v=dnoEc8uwjZl		
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 03
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 27	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 28	Curtida: 07
Instagram	Visualização: 14	Curtida: 11	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 78		TOTAL DE CURTIDAS: 28	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 2919			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 416			

RETORNO DOS ALUNOS

Yara T3 Sta 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

Rafael T3 Sta 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

RELATÓRIO MENSAL
(REFERÊNCIA- SETEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 dezembro, em detrimento as suspensões das atividades normais, dado a pandemia do Novo Corona Vírus, que se abateu em nosso município e país; assim, segue:

- **Elaboração dos documentos “Termos de Referência”, para a Secretaria da Educação, para possível compra de Telescópio Newtoniano, Filtro Solar e Câmera Astronômica para o observatório principal;**
- Verificação do funcionamento da máquina do planetário;
- Verificação do perímetro do CIECC, alambrados;
- Limpeza das lentes e espelhos dos microscópios do laboratório de Biologia;
- Limpeza do telescópio principal da cúpula de observação;
- Verificação dos telescópios do observatório do terraço;
- Limpeza do telescópio em exposição do saguão do planetário, (parte mecânica e ótica);
- Organização dos computadores da mostra do saguão do planetário;
- Verificação dos experimentos do laboratório de Química;
- Limpeza das lamínas dos microscópios do laboratório de Biologia;
- Limpeza das lentes do projetor da máquina do planetário;



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- DEZEMBRO/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: 01/12 à 04/12/2020	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020
• Projetando Rimas XVII • Projetando Rimas XVIII • Projetando Rimas XIX • Projetando Rimas XX	• Projetando Rimas XXV • Projetando Rimas XXVI • Projetando Rimas XXVII • Projetando Rimas XXVIII
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020
• Projetando Rimas XXI • Projetando Rimas XXII • Projetando Rimas XXIII • Projetando Rimas XXIV	• Projetando Rimas XXIX • Projetando Rimas XXX • Projetando Rimas XXXI • Projetando Rimas XXXII

PLANO DE AULA 1

TEMA: Projetando Rimas XVII	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. Estamos elaborando uma música sobre o projeto e a escola, vamos dar continuidade e vamos refletir sobre toda essa situação. E quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? A cada rima um aprendizado, estou gostando de ver.. Muito bom... na próxima aula continuaremos, abraço e até mais...	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Textos referentes a saudade.	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Projetando Rimas XVIII	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: provocar uma reflexão sobre o valor e a importância do projeto e da escola. Fundamental para o crescimento pessoal”	



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: 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. E quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima podemos aprender outra lição. Muito bom, continuaremos na próxima aula, valeu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Uma escola encantada – Saskia Brígido

PLANO DE AULA 3

TEMA: Projetando Rimas XIX

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. E quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Então vamos continuar refletindo e construindo as rimas sobre toda essa situação. Muito bom...Vão Memorizando, ensaiando ok.... continuaremos na próxima aula, abraço valeu.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Nossa Escola criança feliz – Marcos Antonio Lavagnini

PLANO DE AULA 4

TEMA: Projetando Rimas XX

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, e quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Continuando a Reflexão em cada rima, vamos exercitando o pensamento. É isso aí, qual lição você aprendeu hoje?...vamos continuar na próxima aula. Fiquem com Deus.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Malala – a menina que queria ir para a escola. Adriana Carranca

PLANO DE AULA 5

TEMA: Projetando Rimas XXI

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.

OBJETIVO GERAL: Refletir sobre a questão da doença, do impedimento de ir à escola.



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: 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, e quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Então vamos refletir sobre toda essa situação. A escola e o projeto tiveram que parar, fechar”. Hoje muitos sentem saudades, mas na quando estavam no projeto e na escola não davam valor, então que essa música nos provoque mudança. Vão ensaiando e 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 XXII

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.

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, e quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas. Vamos pensar como podemos melhorar e rimar com mais firmeza... e qual a próxima lição. Boa Reflexão! Continuaremos... até a próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal

PLANO DE AULA 7

TEMA: Projetando Rimas XXIII

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: 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, e quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima vocês vão cantar e ensaiar numa batida diferente e encaixar o Flow (Jeito de cantar), nessa batida nova que eu vou colocar agora, ouçam.... Bom ensaio, 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 XXIV	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 quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Todo dia nós temos que aprender... todo dia nós temos que fazer valer, não esqueçam disso ... então bora pensar juntos a próxima rima. Continuaremos na próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Projetando Rimas XXV	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 quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? As oportunidades que temos pra viver...então valorize e faça acontecer, então se analise, invista em você. Que essa música alcance muitos corações, treinem cada rima, com alegria e expressão. Vamos Memorizando e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Projetando Rimas XXVI	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, e quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Então vamos refletir sobre toda essa situação. E essa segunda parte da música podemos constatar o quão preciso é o projeto e a escola, quantas coisas boas temos pra fazer né...vamos rimar sobre isso então. Pensam em todas as atividades... E 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 XXVII	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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, e quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? então vamos refletir sobre toda essa situação. E na próxima rima quero reforçar a seguinte lembrança pra dar mais inspiração para novas rimas: “CONVERSAVA ali no pátio antes de bater o sinal”, lembram como era? Então coloquem as palavras que vocês forem lembrando e vamos pensar Juntos... 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 XXVIII	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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 quem tem saudades aí? e que não vê a hora da Pandemia do Corona Vírus acabar, então vamos refletir sobre toda essa situação. E quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Nem todo dia estamos 100%, porém não podemos desistir de aprender e acertar, então vamos rimar sobre isso ok. 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 XXIX	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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. E quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Dando continuidade na elaboração da nova música, estamos falando sobre o projeto e a escola, da importância e valor que tem em nossas vidas, então vamos refletir sobre toda essa	



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

situação. E na próxima rima continuaremos a reflexão sobre a vida, os conflitos que acontecem na escola e no projeto, mas não podemos perder a amizade e o amor uns pelos outros...e temos que aprender a lidar com isso. Não desista. Avante! Até a próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O pássaro sem escola – Luís Norberto Paschoal

PLANO DE AULA 14

TEMA: Projetando Rimas XXX	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. E quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Vamos continuar refletindo sobre essa situação. E na próxima rima ressaltamos a importância de enxergarmos as "coisas boas" sempre!. Boa reflexão, e vai ensaiando... Continuaremos na próxima aula galierinha, valeu.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O clube secreto - Hugo Fabrício de Medeiros	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Projetando Rimas XXXI	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? Seguinte... quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Dando continuidade, estamos finalizando a elaboração da nova música, está ficando linda, agora vão passo a passo, rima por rima treinando e memorizando ok?então vamos refletir sobre toda essa situação. Valorizar o que a vida nos Proporciona, saber enxergar o lado positivo, isso que nossas músicas tem que transmitir. Bom treino... Até a próxima aula galierinha.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O clube secreto - Hugo Fabrício de Medeiros	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Projetando Rimas XXXII	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Conclui-se que cada aluno(a) aprendeu uma lição e expandiu o horizonte das rimas, motivando ainda mais 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? A música tá ficando show, muito bom...estamos finalizando, e quem não assistiu as aulas anteriores, vão lá e assistam pra entender todo o contexto, e deixe seu like, comentem, compartilhem ok? Dando continuidade na elaboração da nova	



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

música, estamos falando sobre o projeto e a escola, agora eu pergunto, e aí deu pra aprender, enxergar como é bom fazer parte? Então que possamos daqui pra frente ser e fazer a diferença na vida ok? Vão ensaiando, memorizando, porém na próxima aula vou gravar um vídeo cantando a música inteira, completa pra gente ir ensaiando com a devida expressão e cantar com alegria e transmitir essa mensagem positiva. Fiquem com Deus, se cuidem... até!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: O clube secreto - Hugo Fabrício de Medeiros

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto

Oficina: Rap / Hip Hop

Semana de: 01/12 à 04/12/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XVII"
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet às 9:00 horas Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XVIII"
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XIX" Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XX"
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Entrega das Apostilas na Escola Paul Percy e realização da 2ª pesquisa de satisfação - Períodos Manhã e Tarde

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto

Oficina: Rap / Hip Hop

Semana de: 07/12 à 11/12/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXI"
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXII"
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXIII"
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXIV"

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto

Oficina: Rap / Hip Hop

Semana de: 14/12 à 18/12/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXV"
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet às 9:00 horas Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXVI"
QUARTA-FEIRA	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXVII"



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

16/12/2020	
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXVIII"
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Rap / Hip Hop	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXIX" Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXX"
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet às 9:00 horas Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXXI"
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Gravação do Vídeo: "Projetando Rimas XXXII"
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- DEZEMBRO

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 88: "Projetando Rimas 17"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/r7reHjs1iOI	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 5 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: "Projetando Rimas 18"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/-z1-8FaHHB4	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6 Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 9 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		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 90: "Projetando Rimas 19"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/UCsL41yWI94	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7 Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 7 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 91: "Projetando Rimas 20"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/f0g6ur_Mgrg	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7 Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 8 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 92: "Projetando Rimas 21"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/fflr_ZxlfGg	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 3 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 93: "Projetando Rimas 22"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/RQadEX39PKA	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 3 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 94: "Projetando Rimas 23"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/XtGncNxWA74	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 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: 5	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 95: "Projetando Rimas 24"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/Nc7zyxw0V0U		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 96: "Projetando Rimas 25"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/GFzy3y5kH5c		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 97: "Projetando Rimas 26"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/sCRaKqXPGy8		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 98: "Projetando Rimas 27"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/ChA0vzhBm7U		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		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 99: "Projetando Rimas 28"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/JO2Wny15L6w	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3 Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 3 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 100: "Projetando Rimas 29"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/CZ2MXISLuRs	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3 Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 6 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 101: "Projetando Rimas 30"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/2pCU8wti8bY	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 4 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 102: "Projetando Rimas 31"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/9-DvDW3UNJA	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3 Curtida: 6
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 9 -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 103: "Projetando Rimas 32"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/7Jj56wBxEcE	
		YouTube	Visualização: 6 Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 Curtida: 6



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

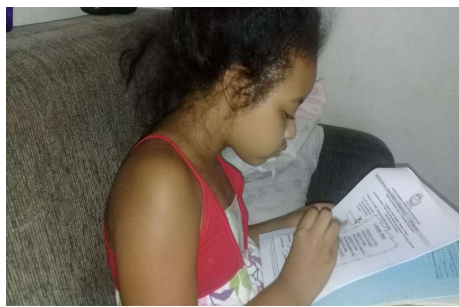
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 334			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 243			

RETORNO DOS ALUNOS



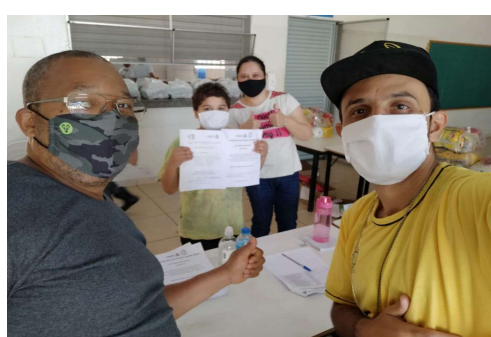
Yago Henrique Paixão Garido
Turma 4, tarde.
EM Paul Percy Harris



Maria Regina dos Santos Silva
3º Ano
EM Deputado Arlindo dos Santos

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: Entrega dia 04/12 na escola E.M 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





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- DEZEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karatê-Do	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 01/12 à 04/12/2020 • Kihon para o Tenshin happo I • Kihon para o Tenshin happo II • Kihon de kata • Kata Tenshin happo I	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 • Treinamento de kumite • Movimentação e chute • Kihon de kata • Kihon de ashi barai
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 • Kata Tenshin Happo II • Treinamento de oi zuki • Kihon de kata • Revisão Kihon kata dai ni	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 • Treinamento de guiaku zuki • Treinamento de kata • Kihon do kata pinan shodan • Fortalecimento

PLANO DE AULA 1

TEMA: Kihon para o Tenshin happo I.	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: O kihon antes do início do kata faz com que o aluno aprenda, se familiarize e também aperfeiçoe sua técnica.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo principal dessa aula é fazer com que o aluno aprenda e desenvolva as técnicas contidas no kata, porém de forma separadas, tornando assim mais simples e fácil de aprender para posteriormente realizar todas elas dentro de um determinado kata.	
PROCEDIMENTOS: O kihon é realizado de maneira explicativa e lenta no início, para depois ser realizado de forma mais forte e veloz.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Vamos para mais uma aula de karatê? 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. Na aula de hoje vamos trabalhar um kihon de kata, é muito importante que aprendam essa sequência, pois vamos utilizar em um kata novo nas próximas aulas. Kamai. Primeiro movimento será com a base shikodachi, abre uma perna para o lado, fazendo a base e junto com ela vamos fazer este movimento de braço seguido de um zuki. Vamos fazer para os dois lados, sempre retornando ao kamai. Muito bem! Prepara agora para fazer dez polichinelos. O próximo movimento será com a base nekoashi, recuando para trás e para o lado ao mesmo tempo. Vamos fazer o yoko uke e um chute com a perna que esta livre na base nekoashi. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora, vamos elevar o joelho dez vezes e depois tocar as mãos no calcanhar. Muito bem! Pessoal, essa foi nossa aula de hoje, espero que tenham gostado! Treinem bastante esses movimentos! Osu! E até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	



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: Kihon para o Tenshin happo II	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: O kihon antes do início do kata faz com que o aluno aprenda se familiarize e também aperfeiçoe sua técnica.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo principal dessa aula é fazer com que o aluno aprenda e desenvolva as técnicas contidas no kata, porém de forma separadas, tornando assim mais simples e fácil de aprender para posteriormente realizar todas elas dentro de um determinado kata.	
PROCEDIMENTOS: O kihon é realizado de maneira explicativa e lenta no início, para depois ser realizado de forma mais forte e veloz.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Tudo bem com vocês pessoal? Eu sou a sensei Luana, e vamos para a 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. Kamai. No nosso primeiro movimento de kihon vamos trabalhar uma base que é a shikodachi, e o movimento de braço é um uti uke e em seguida um pequeno soco. A perna recua fazendo a shikodachi e o braço uti e soco automaticamente. Essa base de agora ela é em linha, os pés na mesma direção. Kiai no último golpe. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora, vamos fazer a base zenkutsu para o lado e retornar no kamai. Faz uma defesa com a mão aberta e em seguida um soco. Coloca um pouco mais de velocidade, em apenas uma contagem faremos os dois movimentos. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Treinem bastante esse kihon, espero que tenham gostado. Osu! Até a próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Kihon de kata.	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Melhorar a técnica em movimentos específicos.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que os alunos aprendam novas técnicas contidas em determinados katas.	
PROCEDIMENTOS: A aula foi planejada baseada em movimentos que temos dentro dos katas, alguns com um grau um pouco maior de dificuldade.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Todo mundo bem por aí? Vamos começar nossa aula aquecendo nosso corpo. Primeiro faremos dez polichinelos. Agora, alterna as pernas para frente e para trás. Levantando os joelhos. Agora, vamos fazer a flexão de braço, joelhos no chão e faremos dez repetições. Muito bem! Kamai. Vamos avançar a perna na base ranzenkutsu dachi, que é muito parecida com a zenkutsu, porém ela é um pouco mais alta. Avançou a perna, fez o movimento de mãos para a lateral. Sempre retornando ao kamai. O próximo movimento é um zuki, como se fosse um gancho. A mão é virada para cima e ela não estica. Vamos juntar os dois movimentos. Não se esqueçam de dobrar os joelhos. O quadril vira para frente na hora do zuki, para que consiga aumentar a força do golpe. Kiai no último golpe. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem, pessoal! Essa foi nossa aula de hoje, treinem bastante em casa! Osu! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 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

TEMA: Kata Tenshin happo I	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Fazer com que o aluno aprenda um kata novo e também evolua dentro do karatê-do.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo principal dessa aula é o aluno aprender o início do kata (luta imaginária) Tenshin happo. O kata desenvolve a coordenação motora, concentração, lateralidade, força e resistência.	
PROCEDIMENTOS: O kata Tenshin happo foi dividido em duas partes, para uma melhor memorização da sequência dos movimentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu espero que sim! Na nossa aula de hoje vamos aprender um kata, o nome desse kata é: tenshin happo. Todo kata começamos pelo cumprimento, em seguida o nome e depois o kamai. Muito bem! Nas aulas anteriores já treinamos os movimentos que compõem esse kata. Iniciamos pelo lado esquerdo com a base shikodachi, mão aberta para o lado e em seguida um zuki. Nesse kata tudo o que faz de um lado, repete do outro lado também, retornando sempre ao kamai. Segunda sequência é recuando, fazendo a base nekoashi para trás e para o lado ao mesmo tempo fazendo com os braços o movimento de yoko uke, depois um chute maegueri com a perna que está na frente da nekoashi. Aprenderam até aí? O próximo movimento será um recuo na base shikodachi seguida de uti uke com um uraken. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Estudem bastante o kata até essa parte, na próxima aula o aprenderemos completo! Até a próxima, pessoal! Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart Kata Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Kata Tenshin happo II	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Fazer com que o aluno aprenda um kata novo e também evolua dentro do karatê-do.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo principal dessa aula é o aluno aprender o kata completo (luta imaginária) Tenshin happo. O kata desenvolve a coordenação motora, concentração, lateralidade, força e resistência.	
PROCEDIMENTOS: O kata Tenshin happo foi dividido em duas partes, para uma melhor memorização da sequência dos movimentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana e vamos para mais 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. Hoje terminaremos o kata da aula passada, que é o tenshin happo. Nawate, kamai e vamos começar o kata para o lado esquerdo. Sempre retornamos ao kamai. Agora nekoashi para trás e para o lado fazendo a defesa e o chute. Próximo é o recuo na base shikodachi, fazendo uma defesa. Kamai. Vai fazer o movimento para o lado, base zenkutsu e soko com a mão que está atrás. Aqui foi onde paramos na aula passada. Vamos avançar fazendo o movimento de mão aberta e em seguida um gancho, mão para cima na base ranzenkutsu dachi. Kamai. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Aprenderam? É muito fácil. Vamos repetir ele completo, com kiai em todos os ataques. Espero que tenham gostado. Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart Kata Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 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

TEMA: Treinamento de oi zuki	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Treinar e aprimorar a técnica do golpe oi zuki.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica de oi zuki em diferentes bases, o golpe é o mesmo, porém a variação da base às vezes confunde os alunos e por isso é importante ser trabalhado de diversas formas.	
PROCEDIMENTOS: O kihon é realizado de maneira explicativa e lenta no início, para depois ser realizado de forma mais forte e veloz, a aula foi preparada baseada nos estudos feito dos katas e também pelos ensinamentos adquiridos através do Kyoshi Ubiratan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana e vamos para mais 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. Na aula de hoje trabalharemos o oi zuki e com ele variações de base. A zenkutsu dachi, shikodachi e nekoashi. Iremos aprender a mecânica desse golpe nessas três bases. Girem os braços para frente, depois para trás. Gira o quadril, duas vezes para cada lado e depois de um lado para o outro. Puxa uma perna para trás para alongar. Agora os braços, um de cada vez. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Começaremos com a base zenkutsu, que é a que estamos mais acostumados a utilizar. Perna dobrada e a de trás esticadas, quadril de lado e soco centralizado. Próxima base é a shikodachi, braço do rikite bem puxado atrás e o outro alinhado com o ombro. Nessa base para andar giramos primeiro a perna que está atrás e depois avançamos. Muito bem! A última base é a nekoashi, o peso dessa base é todo na perna de trás. A perna da frente ajuda no equilíbrio e também fica livre para executar algum golpe. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Esse foi nosso kihon, espero que tenham gostado! Até a próxima! Osu!	
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 7

TEMA: Kihon de Kata	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Preparar os alunos para o kihon kata zenkutsu dachi dai ni	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula foi trabalhar defesas e ataques na base zenkutsu dachi, misturando várias defesas de braço com movimento de chute tornando o kihon um pouco mais complexo.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento e com a professora executando junto ao aluno.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Todo mundo se cuidando? Espero que sim! Eu sou a sensei Luana e hoje vamos para uma aula de karatê. Nessa aula vamos trabalhar o kihon de kata. Primeiro vamos aquecer nosso corpo. Saltitando! Agora, vai saltitar de um lado para o outro e depois alternando as pernas para frente e para trás. Ainda para aquecer, vamos fazer o zuki bem forte por dez vezes. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Hoje vamos fazer um kihon simples. Primeiro movimento será na base zenkutsu, defesa guedan barai e em seguida yoko uke. Todas as defesas serão com a mesma mão. Encolhe, cruza os braços na defesa e gira o quadril. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! No próximo movimento vamos fazer uma defesa jodan, um chute maegueri com a perna que esta atrás na base e cair com a perna na frente fazendo um oizuki. Jodan é a defesa acima da cabeça e maegueri é o chute reto! Vamos lá então, devagar. Cada hora vamos fazer um lado e sempre retornando ao kamai. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Pessoal, curtam e compartilhem nossos vídeos, é muito importante o retorno de vocês! Espero que tenham gostado, até a próxima aula! 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: 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 8

TEMA: Revisão kihon kata dai ni	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Relembrar e aprimorar 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: Nessa aula não utilizamos nenhum material. O kata foi revisado de forma lenta, repassando técnica por técnica para um melhor aprendizado.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que todos estejam bem e se cuidando. Vamos começar mais uma aula, chamem todos ai de casa para fazer essa aula com a gente. 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 iremos relembrar um kata. É muito importante que não esqueçam os katas que aprendemos nas vídeo aulas, todos eles contribuem para o crescimento de vocês dentro do karatê. O que vamos fazer hoje é o kihon kata zenkutsu dachi dai ni. Esse kata ele repete basicamente a mesma coisa para todos os lados, o que muda é só a troca de direção. Vamos fazer três defesas, um chute e logo após um soco avançando. Perna da frente vai fazer o giro e vamos fazer a mesma coisa do outro lado. Agora, vamos para frente e o que muda é que vamos avançar dois socos a mais e dar um kiai. Agora, vamos fazer o giro em x com a perna de trás. Anda para trás e a sequência é a mesma. Retornaremos para trás novamente, fazendo a sequência de três defesas, o chute e o soco e mais uma vez acrescentamos mais dois socos. A virada em x novamente e repetimos o começo do kata. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Até a próxima pessoal!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Treinamento de kumite	Turma: 1º, 2º e 3º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma movimentação diferente com diversos ataques.	
OBJETIVO GERAL: Nessa aula o objetivo foi melhorar a movimentação com alguns golpes de braço, trabalhando também a coordenação motora e lateralidade, pois em alguns movimentos a posição dos braços e pés era alternada.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento e com a professora executando junto ao aluno.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que todos estejam bem e se cuidando. Vamos começar mais uma aula, chamem todos ai de casa para fazer essa aula com a gente. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai. Hoje faremos um kihon de kumite. Pra aquecer, gira o quadril duas vezes para cada lado. Agora gira a perna de dentro para fora e depois de fora para dentro. Vamos fazer o polichinelos dez vezes. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Kamai, cada contagem vai saltar três vezes para trás e volta para frente trocando a perna.	



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

Agora, faremos a mesma movimentação, porém acrescentaremos o golpe hanmi, que é um golpe de meio tempo aonde o braço chega primeiro no adversário e depois a perna. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Respira e descansa um pouco, gira os braços para o lado. Próximo movimento, acrescentaremos mais um soco a esse movimento que já fizemos. Então a sequência será um kizami e em seguida o hanmi. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Essa foi nossa técnica de hoje, espero que tenham gostado! Não se esqueçam de curtir e compartilhar nossos vídeos. Osu! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 10

TEMA: Movimentação e chute	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma movimentação diferente com golpes de perna.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo da aula é trabalhar chutes, maegueri e mawashi em específico. Adicionamos junto a isso a movimentação para tornar o kihon o mais próximo de uma situação de shiai.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento e com a professora executando junto ao aluno.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que todos estejam bem e se cuidando. Vamos começar mais uma aula, chamem todos aí de casa para fazer essa aula com a gente. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushō, 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 faremos um kihon de kumite, continuando a movimentação da aula passada, porém com golpes de perna. Kamai tē, agora vamos saltar três vezes e em seguida fazer um chute lateral, o mawashi. Depois retornamos para o lugar trocando a perna. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Abre a perna, coloca as mãos no chão. Alonga quadríceps, puxa uma de cada vez para trás. Muito bem! Agora a sequência será a mesma, mas a perna que vai realizar o golpe será a perna que está na frente. Próximo movimento vai misturar dois chutes, maegueri com a perna de trás e chute circular com a perna que está na frente. 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 11

TEMA: Kihon de kata	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Passar aos alunos técnicas de um kata mais avançado, de maneira separada para que fiquem mais fáceis.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que os alunos tenham contato com técnicas um pouco mais avançadas e trabalhem sua coordenação motora e cognição.	
PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento passado pelo Kyoshi Ubiratan e também dos movimentos contidos no kata pinan yondan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Hoje faremos alguns movimentos que estão dentro do kata pinan yondan. Esse kata é um pouco mais avançado, porém faremos os movimentos separados em forma de kihon para que fique mais fácil. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Kamai. O primeiro movimento é o morote uke, na base zenkutsu dachi. Formando como se fosse um “x” com as mãos, sempre retornando para o kamai. Agora, faremos o mesmo movimento, porém, 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

emendar a ele o movimento de morote uke também, mas na base nekoashi. Cruza as mãos e avança para a base nekoashi. Troquem o lado! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

Agora, parem na posição do kata com os dois pés juntos e as mãos próximas à linha da cintura. Essa é nossa posição inicial. Agora, vamos virar para o lado o pé e o corpo, estica a mão e simultaneamente faz um chute maegueri. Vamos fazer a mesma coisa para o outro lado. O braço se movimenta para cima e para baixo junto com o movimento do chute. Kiai no chute. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Espero que tenham gostado. Curtam e compartilhem nossos vídeos. Beijão e 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 12

TEMA: Kihon de ashi barai	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar aos alunos uma nova técnica.	
OBJETIVO GERAL: Objetivo essa aula é ampliar o conhecimento dos alunos com uma nova técnica de kumite, o ashi barai. Utilizamos um alvo para que o aluno saiba onde se aplica o golpe e a parte correta do corpo que utilizamos para a execução da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento passado pelo Kyoshi Ubiratan e vídeos assistidos de competições. Porém as variações dos golpes são feitas pelo Sensei no seu planejamento mensal, através de seu conhecimento e treinamento individual.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Como vocês estão? Todo mundo bem? Eu espero que sim! 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. Hoje vamos trabalhar uma técnica um pouco diferente das que estamos acostumados: o ashi barai. Ashi barai significa varrer com os pés. Kamai tê. Vamos tocar a sola do pé que está atrás na guarda no nosso alvo, uma garrafa. Esse golpe não pode ser utilizado na altura do joelho, e sim no tornozelo. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora o faremos de outra forma, o ashi barai avançando. Lembre-se de girar bem o pé. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem, pessoal! Essa foi nossa aula de ashi barai, espero que tenham gostado. Curtam e compartilhem nossos vídeos e, além disso, mandem fotos de vocês realizando as atividades. Ok? Osu! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=F72buLLRTXc	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Treinamento de guiaku zuki	Turma: 1º, 2º e 3º ano.
JUSTIFICATIVA: Aprimorar a técnica do guiaku zuki	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é melhorar e também relembrar a execução correta do golpe guiaku zuki, além de trabalhar a concentração e coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: A aula foi planejada através dos movimentos que utilizamos na luta, vídeos e conhecimentos adquiridos através dos treinamentos com o kyoshi Ubiratan de Souza Lima.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que sim! Sou a sensei Luana e vamos pra mais uma aula. No vídeo de hoje vamos trabalhar apenas um golpe em específico, que é o guiaku zuki. Faremos de três maneiras. Kamai te. Primeira maneira e mais básica é só girando o no mesmo lugar. O guiaku é o soco com a mão contrária da perna. Vamos girar o quadril de frente fazer o golpe e retornar para o lugar. Vira o pé que está atrás na guarda. Esse primeiro golpe é na altura chudan. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! O próximo será o guiaku avançando a perna que está na frente, o joelho da perna que está atrás desce em direção ao chão. A mão vai e volta bem rápido.	



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 última maneira do guiaku, vamos fazer andando para trás e em seguida fazendo o golpe. Muito bem, pessoas! Essa foi nossa aula de guiaku. Não se esqueçam de curtir e compartilhar nossos vídeos e também mandar fotos pra gente de vocês realizando as atividades. Osu! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=SAuhPMb0Ctc> e conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan)

PLANO DE AULA 14

TEMA: Kihon de kata	Turma: 1º, 2º e 3º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar técnicas de katas mais avançados, porém de forma aleatória e simples.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que os alunos tenham contato com técnicas um pouco mais avançadas e trabalhem sua coordenação motora e cognição.	
PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento passado pelo Kyoshi Ubiratan e também dos movimentos contidos no kata pinan godan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá, pessoal! Como vocês estão? Chama todo mundo aí de casa para fazer também, em? E não se esqueça de ao final desta aula curtir e compartilhar nossos vídeos além de também mandar as fotos realizando as atividades. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa 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. Faremos hoje um kihon de kata, mais específico do kata pinan godan. O primeiro será na base nekoashi e yoko uke e em seguida faremos um guiaku zuki. Esse movimento vamos fazer girando o corpo para a lateral, não se esqueçam de girar bem o pé de apoio. O próximo movimento será também na base nekoashi e as mãos em morotê. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Essa sequência são movimentos do kata. Gravem bem! Não se esqueçam de curtir e compartilhar nossos vídeos! Osu! 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 15

TEMA: Kihon do kata pinan shodan	Turma: 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar aos alunos novas técnicas.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que os alunos tenham contato com técnicas um pouco mais avançadas e trabalhem sua coordenação motora e cognição.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula foi planejada e aplicada com os conhecimentos que tenho nos kihons kata, e também nos kata pinan shodan.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Vamos para uma aula de karatê? Mas primeiro chama todos que estiverem em casa para treinar junto com você. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa 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 vamos trabalhar um kihon de kata, que será de movimentos que tem no kata pinan shodan. Kamai. Primeiro movimento utilizará as duas mãos, uma vai estar na frente na postura yoko uke e a outra estará mais em cima, na altura do rosto. Com a mão que está em cima vamos realizar um gancho, como se fosse um golpe na altura da barriga. A base é a nekoashi, o pé que está na frente fica erguido.	



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 próximo movimento do kata será a virada, vamos fazer a defesa yoko uke com a mão contrária da perna na base zenkutsu, em seguida vamos chutar com a perna que está atrás caindo na frente e fazendo um guiaku zuki. Retornando sempre ao kamai e trocando o lado. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Conseguiram aprender a sequência?

Pessoal, é muito importante para nós que vocês curtam e compartilhem nossos vídeos e também não se esqueçam de mandar fotos de vocês praticando as aulas. Combinado? Até a próxima aula! Osu!

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 16

TEMA: Fortalecimento	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Melhorar o condicionamento físico dos alunos.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que os alunos se exercitem, façam outros tipos de exercícios para melhorar sua saúde.	
PROCEDIMENTOS: Os exercícios foram explicados primeiro e em seguida realizados professora e aluno. Foi utilizada uma garrafa para execução de um deles.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! E aí, tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana e hoje vamos para uma aula de karatê, mais específica de fortalecimento. Vamos realizar alguns exercícios para melhorar a nossa força muscular. 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. Primeiro movimento que vamos fazer é o polichinelô, vamos abrir os braços e as pernas juntos e quando fechar vai tocar as mãos na ponta do pé. Respira e descansa. No próximo vamos fazer o agachamento, porém acrescentando o chute reto maegueri. Vamos fazer dez vezes. Muito bem! Gira os braços para frente, depois para trás. Agora, vai levantar os joelhos. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos utilizar para o próximo exercício uma garrafa, ou um sapato ou também qualquer objeto que você tiver aí em casa. Tentem saltar bem alto! Agora, a cada contagem vai colocar as mãos no chão e esticar as pernas para trás. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Pessoal, esse foi nosso treino de hoje. Não esqueçam de curtir e compartilhar. Osu! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=STiXhlqcCEI	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate-do	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	- Reunião pedagógica online - Gravação da aula “Kihon para o Tenshin happo I”
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon para o Tenshin happo II”
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	- Gravação da aula “Kihon de kata”
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	- Entrega dos materiais impressos “Apostilas” e realização da 2º pesquisa de satisfação – Núcleo Santa Clara - Gravação da aula “Kata Tenshin happo I”



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate-do	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Kata Tenshin Happo II”
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO – NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	- Gravação da aula “Treinamento de oi zuki”
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata”
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	- Gravação da aula “Revisão Kihon kata dai ni” - Edição das aulas da semana

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate-do	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	- Treinamento - Gravação das aulas “Treinamento de kumite”
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Movimentação e chute”
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata”
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	- Gravação da aula “Kihon de ashi barai” - Edição das aulas da semana
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate-do	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	- Treinamento - Gravação das aulas “Treinamento de guiaku zuki” e “Treinamento de kata”.
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	- Reunião pedagógica online - Gravação da aula “Kihon do kata pinan shodan”
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	- Gravação da aula “Fortalecimento” - Edição das aulas da semana
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL



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- DEZEMBRO

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 100: Kihon para tenshin happo I	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=p_qQqLf7si8&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=100
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 101: Kihon para tenshin happo II	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=WkvSHk03n6U&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=101
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 9	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 102: Kihon de kata	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=RlgU2vbzEnw&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=102
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 103: Kata tenshin happo I	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=9ct3hA8GuX8&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=103
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 104: Kata tenshin happo II	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=plHOf_MU81Q&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=104		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 105: Treinamento de oi zuki	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ql_rZnMtD2A&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=105		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 8	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS:16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 106: Kihon de kata	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=BMs2HZEZPGM&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=106		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 107: Revisão Kihon kata dai ni	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=avEetJGA9HU&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=107		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	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

Instagram		Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 108: Treinamento de kumite	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=gW8PpXDbxX8&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=108
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:34		TOTAL DE CURTIDAS:16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 109: Movimentação e chute	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=JHcZ1UO48PE&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=109
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:27		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 110: Kihon de kata	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=1ZXoTLJmDoA&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=110
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:24		TOTAL DE CURTIDAS:13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 111: Kihon de ashi barai	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=5xbVc6faNys&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=111
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:19		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 112: Treinamento de gyaku zuki	



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=ITluT7YMQmo&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=112	
	YouTube	Visualização: 11
	Facebook	Visualização: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11
	Instagram	Visualização: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:40		TOTAL DE CURTIDAS:16
PRINT DO VÍDEO		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=dy9XJXhcWno&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=113	
	YouTube	Visualização: 16
	Facebook	Visualização: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7
	Instagram	Visualização: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:35		TOTAL DE CURTIDAS:18
PRINT DO VÍDEO		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=D-WpiS0DG54&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=114	
	YouTube	Visualização: 12
	Facebook	Visualização: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8
	Instagram	Visualização: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:37		TOTAL DE CURTIDAS:16
PRINT DO VÍDEO		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ZYCkgzsKpiw&list=PLpU23UKHWZE5jwLcsaY8yAs3PuFa_DxTf&index=115	
	YouTube	Visualização: 12
	Facebook	Visualização: 12
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13
	Instagram	Visualização: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:39		TOTAL DE CURTIDAS:16
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 441		
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 241		



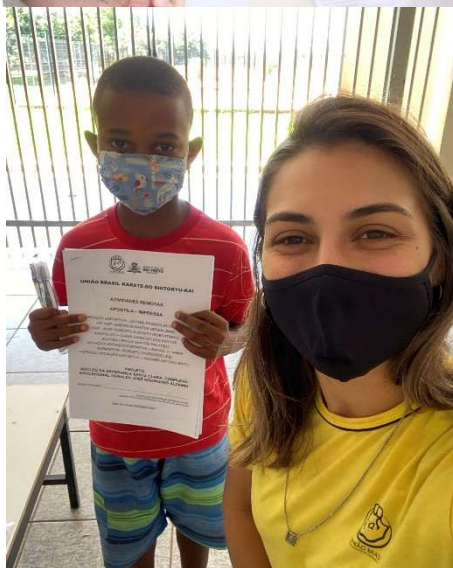
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 04/12 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

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- DEZEMBRO/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: 01/12 à 04/12/2020 - Aula 73: Swing Poi com música. - Aula 74: Exercícios de preparação para cambalhota parte 1. - Aula 75: Exercícios de preparação para cambalhota parte 2.	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 - Aula 79: Equilíbrio arame parte 2. - Aula 80: Malabarismo com bolinha em plano baixo parte 1. - Aula 81: malabarismo com bolinha em plano baixo parte 2.
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 - Aula 76: Execução da cambalhota. - Aula 77: Trabalhando e melhorando os reflexos. - Aula 78: Equilíbrio arame parte 1.	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 - Aula 82: Malabares em plano baixo com 3 bolinhas. - Aula 83: Desafio de malabarismo e reflexo. - Aula 84: Confeção do pé de lata.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Swing poi com música.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: com as duas partes 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 e segunda 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 vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 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=WRxVqh7mGkU acessado em 01/12/2020	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Exercícios de preparação para cambalhota parte 1.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: A cambalhota é um exercício básico na ginástica e na arte circense. Durante a prática da Ginástica e da arte circense, é um dos exercícios que as crianças adoram fazer.	
OBJETIVO GERAL: O treino da cambalhota permite à criança desenvolver coordenação, flexibilidade e força muscular. O equilíbrio será também solicitado quando finalizar a cambalhota de pé.	



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 exercício pode, todavia, revelar-se mais complicado para uma criança, porque esta perde as suas referências espaciais.

PROCEDIMENTOS: estudar novas possibilidades de movimentos que possam ser utilizados como preparação para realizar a cambalhota, treinamento dos movimentos, separação dos materiais e gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEO Aula: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E nossa aula de hoje vamos falar sobre cambalhota, primeiro vamos fazer alguns exercícios para ajudar na realização dos movimentos, explicação dos exercícios execução dos movimentos. Mais uma vez o professor espera que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://conselhos-desportivos.decathlon.pt/conselhos/como-fazer-uma-cambalhota-os-nossos-conselhos-para-os-pais-tp_7505 acessado em 02/12/2020.
<https://www.youtube.com/watch?v=T7GAUWzazpk> acessado em 02/12/2020.

PLANO DE AULA 3

TEMA: Exercícios de preparação para cambalhota parte 2. **Turma:** 3º, 4º e 5º ano.

JUSTIFICATIVA: O rolamento, popularmente conhecido como cambalhota, é um padrão de movimento fundamental que faz parte dos esportes como: arte circense, ginástica acrobática, artes marciais, natação (virada olímpica), mergulho (entrada na água), dentre vários outros.

OBJETIVO GERAL: Ao virar cambalhota, a criança desenvolve a adaptação e domínio da alternância dinâmica de posições corporais e experimenta a sensação de rolar e recuperar o equilíbrio, promovendo adaptação às rotações. Além disso, exige da criança um controle muscular, dá elasticidade à coluna e trabalha toda a circulação. Quanto mais ela se dobra, se arredonda, mais músculos vai utilizar e a circulação trabalha com eficácia, oxigenando o corpo por inteiro.

PROCEDIMENTOS: estudo dos movimentos a ser realizadas, treinamentos dos movimentos em seguida teste de vídeos para correção dos movimentos e em seguida gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEO Aula: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade nos nossos exercícios de preparação para a nossa cambalhota. Relembrando os exercícios da aula passa, explicando os novos exercícios e execução dos exercícios, mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://bilingualpe.blog/2017/09/02/a-importancia-de-ensinar-o-rolamento-cambalhota-nos-primeiros-anos-de-vida/> acessado em 04/12/2020.
https://www.youtube.com/watch?v=TL05x_c6yg4 acessado em 04/12/2020.

PLANO DE AULA 4

TEMA: Execução da cambalhota. **Turma:** 3º, 4º e 5º ano.

JUSTIFICATIVA: É pelo movimento que as crianças, além de se divertirem, criam e se relacionam com o mundo em que vivem. A proposta da atividade foi lúdica, mas valorizando e incentivando a exploração de várias formas de brincar.

OBJETIVO GERAL: Ao virar cambalhota, a criança desenvolve a adaptação e domínio corporal, quanto mais ela se dobra, se arredonda, mais músculos ela trabalha aumentando assim a oxigenação.

PROCEDIMENTOS: treinamento do movimento correto da cambalhota, arrumação do cenário da gravação, vídeos testes para melhorar a execução do movimento em seguida gravação da vídeoaula.



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: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje relembro os exercícios propostos nas aulas anteriores e hoje vamos executar nossa cambalhota, explicação dos movimentos e dicas para execução da cambalhota, execução dos movimentos. Bom pessoal espero que vocês tenham gostado da nossa aula, espero que estejam todos bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://csa.osa.org.br/rolamentos-e-cambalhotas-infantil-1/> acessado em 07/12/2020.

<https://www.youtube.com/watch?v=IhqGAGsFOEM> acessado em 07/12/2020.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Trabalhando e melhorando reflexos.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: É preciso trabalhar o desenvolvimento motor com a criança para que ela conheça o seu corpo para então entender o contexto onde vive. Experiências de movimento são fundamentais na criança desde seus primeiros dias de vida, para ela começar a perceber suas habilidades motoras. Para isso, é necessário proporcionar a criança todo e qualquer tipo de experiência de movimento, assim como movimentos de reflexos com bolinhas de malabarismo.	
OBJETIVO GERAL: Exercitar a coordenação motora dos participantes acionando pontos de percepção do corpo e da mente e apontar possíveis caminhos para uma exploração cênica dos malabares. Promover encontros divertidos. Promover a consciência corporal. Melhorar a agilidade e o reflexo.	
PROCEDIMENTOS: estudar e pesquisar os possíveis movimentos e exercícios de reflexos com malabarismo com bolinhas, treinamento dos movimentos, arrumação do cenário e em seguida gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E nossa aula de hoje vamos trabalhar um pouco de reflexos com vocês e vamos utilizar os malabares com bolinhas, explicação da atividade proposta e execução dos exercícios propostos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês todos nas nossas próximas aulas.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.efdeportes.com/efd143/o-equilibrio-das-criancas-da-educacao-infantil.htm acessado em 09/12/2020. https://docplayer.com.br/9545496-Bolas-ao-alto-malabarismo-com-bolinhas-de-painco-para-adolescentes.html#:~:text=Exercitar%20a%20coordena%C3%A7%C3%A3o%20motora%20dos,a%20agilidade%20e%20o%20reflexo. Acessado em 09/12/2020.	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Equilíbrio arame parte 1.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Equilíbrio é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicas que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio. Alguns exemplos: exibições (normalmente circenses) de equilíbrio são a manipulação de malabares, balizas, monociclo, perna de pau, funambulismo (corda bamba), <i>devil sticks</i> e algumas acrobacias.	
OBJETIVO GERAL: Movimentos corporais associados ao equilibrar; Vivenciar situações de equilíbrio estático, dinâmico e recuperado; Desenvolver a percepção corporal ao equilibrar objetos através do corpo.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do material, estudo e pesquisa dos movimentos propostos para realização da aula, treinamento dos movimentos. Gravação da vídeoaula.	



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: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos trabalhar equilíbrio arame, explicação e demonstração das atividades e em seguida execução dos movimentos. Mais uma vez o professor espera que vocês estejam bem se cuidando e aguardo vocês a nossa próxima aula.

REFERÊNCIA

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168> acessado em 10/12/2020.

https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7_U&list=WL&index=25 acessado em 10/12/2020.

BIBLIOGRÁFICA:

PLANO DE AULA 7

TEMA: Equilíbrio arame parte 2.

Turma: 3º, 4º e 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Equilíbrio é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicas que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio.

OBJETIVO GERAL: Os objetivos específicos foram desenvolver e utilizar a intuição, criatividade, imaginação, improvisação. Desenvolver corporal por meio da arte circense do equilíbrio arame, melhorar a autoestima e confiança de cada aluno; possibilitar a criança identificar as possibilidades de movimentos do próprio corpo, o equilíbrio, a coordenação motora (corpo) e de manipulação (mãos).

PROCEDIMENTOS: Escolha do material a ser equilibrado, testes, treinos, ensaios para aperfeiçoar os movimentos. Gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. Hoje vamos dar continuidade na nossa aula de equilíbrio arame, vamos precisar de um cabo de vassoura e livros, explicação dos movimentos que vão ser realizados na nossa aula, execução e correção dos movimentos propostos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula com mais novidades para vocês.

REFERÊNCIA

[https://pt.wikipedia.org/wiki/Equilibrismo#:~:text=Alguns%20exemplos%20exibi%C3%A7%C3%B5es%20\(normalmente%20circenses,devid%20sticks%20e%20algumas%20acrobacias](https://pt.wikipedia.org/wiki/Equilibrismo#:~:text=Alguns%20exemplos%20exibi%C3%A7%C3%B5es%20(normalmente%20circenses,devid%20sticks%20e%20algumas%20acrobacias). Acessado em 14/12/2020.

https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7_U&list=WL&index=25 acessado em 14/12/2020.

BIBLIOGRÁFICA:

PLANO DE AULA 8

TEMA: malabarismo com bolinha em plano baixo parte 1.

Turma: 3º, 4º e 5º ano.

JUSTIFICATIVA: O malabarismo pode ser definido como a arte de manipular objetos com agilidade e precisão. Estes objetos são itens que o artista usa para fazer o malabarismo, o qual pode ser feito com bolas, clavas, argolas etc.

OBJETIVO GERAL: A prática do malabarismo aumenta a flexibilidade, a força e a coordenação motora. Os exercícios com malabares ajudam a ativar os dois lados do cérebro, o criativo e o racional. Trabalham diretamente com a concentração, a atenção, a lateralidade, a respiração e os reflexos. O malabarismo introduz o praticante em uma busca pela respiração saudável e o ritmo.

PROCEDIMENTOS: estudos dos exercícios, treinamento e separação dos materiais utilizados para aula, teste de iluminação e som e gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E na nossa aula de hoje vamos trabalhar malabares no plano baixo. O que seria plano baixo, malabares no chão. Explicação das técnicas e exercícios propostos para realização da aula, execução dos movimentos juntos com os alunos. Bom pessoal mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula, até mais.



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://www.infoescola.com/artes/malabarismo/> acessado em 16/12/2020.

PLANO DE AULA 9

TEMA: malabarismo com bolinha em plano baixo parte 2.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Chamamos de malabarismo a arte de conseguir manipular objetos utilizando-se de muita destreza. Essa arte consiste em manter os objetos manipulados no ar, lançando em padrões ou ainda fazendo uso da técnica freestyle, que consiste em misturar diversos padrões de livre e espontânea vontade.	
OBJETIVO GERAL: O primeiro deles é o aumento da flexibilidade, a melhora da coordenação motora e o aumento da força. Os exercícios com malabares ajudam a ativar ambos os lados do cérebro, que são responsáveis pelo racional e pelo criativo. O malabarismo trabalha de forma direta com a atenção, a concentração, a respiração, a lateralidade e os reflexos. Além disso, ele é responsável por introduzir o indivíduo adepto dessa arte o senso de ritmo e proporciona uma respiração melhor e mais saudável.	
PROCEDIMENTOS: treinamento dos movimentos, estudo e pesquisa de novos movimentos, vídeo teste, arrumação do cenário em seguida gravação da videoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade nas nossas aulas de malabares no plano baixo, malabares no chão, explicação dos movimentos que vão ser realizados na aula, execução e explicação das técnicas necessárias para realizar os movimentos, então é isso pessoal mais uma vez espero que voes estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.resumoescolar.com.br/artes/malabarismo/ acessado em 17/12/2020.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: malabares em plano baixo com 3 bolinhas.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ampliar as possibilidades expressivas dos participantes, com o aprendizado de técnicas circenses de malabarismo.	
OBJETIVO GERAL: Os malabares tem como principal objetivo trabalhar a coordenação entre objetos manipulados no ar. Além disso, é um trabalho de concentração, destreza e habilidade manual. Exibe extrema habilidade e destreza de movimentos de corpo, com habilidade para controlar situações difíceis ou adversas.	
PROCEDIMENTOS: pesquisar movimentos novos com bolinhas de malabares, treinar os movimentos a ser realizados nas gravações, vide teste e em seguida gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade nos nossos malabares no plano baixo, malabares no chão, primeiro vamos dar uma lembrada nos nossos exercícios já realizados nos vídeos anteriores. Explicação dos novos movimentos e execução dos movimentos propostos na aula. Mais uma vez pessoal espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula. Até.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://batuquedogato.com.br/atracoes/malabaristas/ acessado em 21/12/2020. https://docplayer.com.br/9545496-Bolas-ao-alto-malabarismo-com-bolinhas-de-painco-para-adolescentes.html acessado em 21/12/2020.	

PLANO DE AULA 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

TEMA: Desafio de malabarismo e reflexo.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Experiências de movimento são fundamentais na criança desde seus primeiros dias de vida, para ela começar a perceber suas habilidades motoras. Para isso, é necessário proporcionar a criança todo e qualquer tipo de experiência de movimento, assim como movimentos de reflexos com bolinhas de malabarismo.	
OBJETIVO GERAL: Promover encontros divertidos. Promover a consciência corporal. Melhorar a agilidade e o reflexo.	
PROCEDIMENTOS: preparação do cenário e iluminação, vídeo teste, correção dos movimentos e em seguida gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje eu trago um desafio, de malabares com coordenação motora para vocês, vamos utilizar duas bolinhas de malabares, explicação da técnica e realização dos movimentos proposto para a aula, execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA:
https://www.youtube.com/watch?v=caBUz50Scho&list=WL&index=26 acessado em 22/12/2020.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: confecção do pé de lata.	Turma: 3º, 4º e 5º ano.
JUSTIFICATIVA: ensinar para os alunos mais uma forma de brincar através da arte circense, confeccionando um pé de lata que substitui a nossa perna de pau.	
OBJETIVO GERAL: Brinquedo construído com duas latas vazias de mesmo tamanho e um pedaço de barbante que sai de um furo central, feito em cada uma das latas. O objetivo é equilibrar-se sobre esse objeto que faz as vezes de um par de sapatos altos.	
PROCEDIMENTOS: separação dos materiais utilizados, pesquisa e teste para realizar o pé de lata, vídeo teste e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos fazer um pé de lata com vocês, super simples super fácil, vamos precisar de 2 latas, barbantes, prego e um martelo. Explicação e confecção do pé de lata, aprendendo a andar. Mais uma vez pessoal espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA:
https://www.ufrgs.br/quemquerbrincar/wp-content/uploads/2016/06/P%C3%A9s-de-lata.pdf acessado em 23/12/2020.	
https://www.youtube.com/watch?v=WdK2cxXc24o acessado em 23/12/2020.	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte circense	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Pesquisa de novos movimentos, treinamentos das técnicas necessárias para realização dos movimentos da cambalhota, ensaio e vídeo teste. Gravação da aula exercícios de preparação para swing poi com música (aula 73)



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 02/12/2020	Reunião pedagógica no Google Meet, com 1:00 hora de duração. Pesquisa e estudo das técnicas dos próximos exercícios, treinamento, ensaio e vídeo teste e em seguida gravação da vídeo aula cambalhota parte 1 (aula 74)
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Entrega de materiais impressos e realização da segunda pesquisa de satisfação (horário 08:00 as 16:00) na ECO
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Pesquisa e estudo dos movimentos e das técnicas, treinamento, vídeo teste e em seguida gravação da vídeo aula exercícios de preparação para cambalhota parte 2 (aula 75)

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte Circense	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Treinamentos dos movimentos, e gravação da vídeo execução da cambalhota (aula 76)
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Estudos e pesquisa de novos movimentos de malabares, treinamento e ensaio para depois a gravação da vídeo aula trabalhando e melhorando os reflexos. (aula 77)
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Pesquisa de novos movimentos, treinamentos das técnicas necessárias para realização dos movimentos de equilíbrio, ensaio e vídeo teste. Gravação da aula equilíbrio arame parte 1. (aula 78)
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte Circense	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Planejamento para a gravação da vídeo aula, estudo de novos movimentos do equilíbrio arame e gravação da vídeo equilíbrio arame parte 2. (aula 79)
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica no Google Meet, com 1:00 hora de duração.
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Estudo sobre os possíveis movimentos de malabarismo no plano baixo, preparação do material utilizados na aula e gravação da vídeo aula malabarismo com bolinha em plano baixo parte 1. (aula 80)
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Separação do matérias, preparação do cenário, treinamento de novos movimentos de malabarismo no plano baixo, teste para a gravação da vídeo aula. Em seguida gravação da vídeo malabarismo com bolinha em plano baixo parte 2. (aula 81)
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte Circense	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Estudo dos movimentos e das técnicas, treinamento, vídeo teste e em seguida gravação da vídeo aula malabares em plano baixo com 3 bolinhas. (aula 82)
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião pedagógica no Google Meet, com 1:00 hora de duração. Estudo dos movimentos, treinamento dos movimentos, pesquisas dos movimentos e explicação das técnicas em seguida gravação da vídeo aula desafio de malabarismo e reflexos. (aula 83)
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Estudo da confecção do pé de lata, separação dos materiais e treinamento em seguida gravação da vídeo aula confecção do pé de lata. (aula 84)
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- DEZEMBRO

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 73 Swing poi com música.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VKUurwzEPT4&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmQxup8ufh2&index=73		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 04	Curtida: 09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 04	Curtida: 04
	Instagram	Visualização: 04	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 74 Preparação para cambalhota 1.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=N6Tys5vZ4go&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmQxup8ufh2&index=74		vídeo:
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 02	Curtida: 05
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR		



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: 02	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 04	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 75 Preparação para cambalhota 2.		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=a6cmEsBau2g&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=75	
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 07	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 07	Curtida: 05
	Instagram	Visualização: 04	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 76 Execução da cambalhota.		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=VksIWQviyB8&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=76	
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 06	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 05	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 77 Melhorando os reflexos.		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=A_0n_eglAPI&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=77	
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 03	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 03	Curtida: 05
	Instagram	Visualização: 04	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		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 78 Equilíbrio arame parte 1.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=aJu6svAshB4&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=78		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	Curtida: 06
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05	Curtida: 05
	Instagram	Visualização: 05	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 79 Equilíbrio arame parte 2.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VbfmDka7UOY&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=79		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 03	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 03	Curtida: 05
	Instagram	Visualização: 03	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 80 Bolinha em plano baixo 1.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=wJRxBDCMIws&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=80		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 16	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 16	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 05	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 81 Bolinha em plano baixo 2.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=5qRYkDn5hZ4&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqxup8ufh2&index=81		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	Curtida: 05
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 03	-



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: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 82 Plano baixo com 3 bolinhas.	
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=j9yZITC3WCA&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqXup8ufh2&index=82		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 12	Curtida: 07
	UNIÃO BRASIL		
	Facebook	Visualização: 12	Curtida: 07
	PROJETO		
	COMPARTILHAR		
	Instagram	Visualização: 07	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 83 Desafio de malabarismo e reflexo.	
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=Q_N9CH6W_QQ&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqXup8ufh2&index=83		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 05	Curtida: 09
	UNIÃO BRASIL		
	Facebook	Visualização: 05	Curtida: 06
	PROJETO		
	COMPARTILHAR		
	Instagram	Visualização: 02	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 84 Confecção do pé de lata.	
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=ehrh0ESyjsY&list=PLpU23UKHWZE7mjdzkXHiYJUmqXup8ufh2&index=84		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 18	Curtida: 05
	UNIÃO BRASIL		
	Facebook	Visualização: 18	Curtida: 07
	PROJETO		
	COMPARTILHAR		
	Instagram	Visualização: 07	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 45		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 260			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 180			



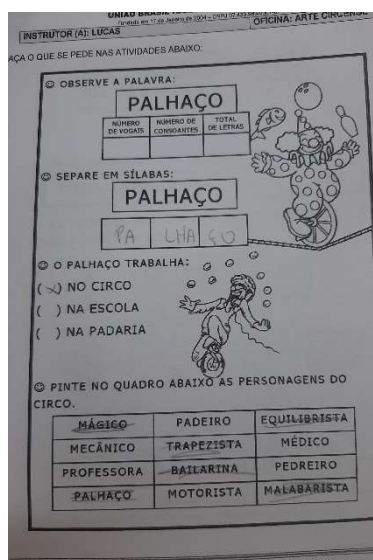
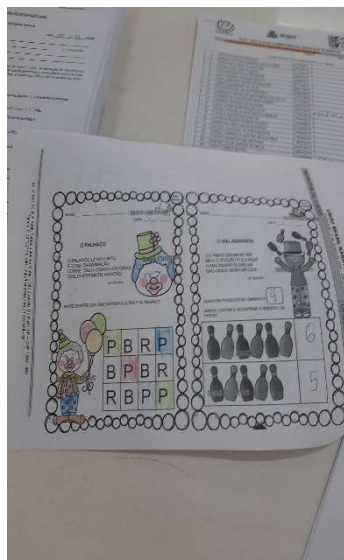
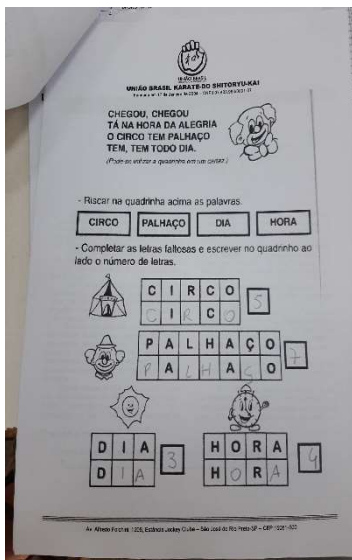
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

RETORNO DOS ALUNOS

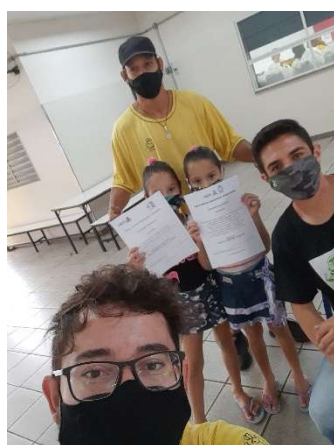
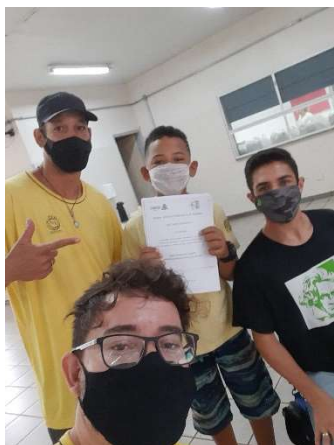
ECO SANTO ANTONIO.



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 03/12

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

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- DEZEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvilli	
Oficina: Jiu Jitsu	Carga horária semanal: 16 horas
Carga horária total: 64 horas	
Plano de aula 1º semana de: 01/12 à 04/12/2020 • Circuito de agilidade e fortalecimento • Circuito de passagem de guarda • Movimentação de defesa de queda • Circuito de reposição defesa de guarda	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 • Defesa de guarda • Transição da guarda fechada • Raspagem de guarda aranha • Raspagem da guarda aranha 2 • Ataque triplo da guarda fechada
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 • Movimentação ataque do triângulo • Movimentação de raspagem com os ganchos • Movimentação de raspagem • Puxando para guarda fechada • Raspagem com os ganchos	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 • Circuito movimentação de luta por cima • Circuito ginástica natural • Drill de passagem de guarda

PLANO DE AULA 1

TEMA: Circuito de agilidade e fortalecimento	Turma: 1º à 5º ano
JUSTIFICATIVA: Manter os alunos do projeto com atividades lúdicas e que estão ligadas ao jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Levar uma atividade que trabalhe o repertório motor da criança como: lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, concentração e força	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e do roteiro da aula foi gravada a mesma de circuito de agilidade e fortalecimento	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos realizar um circuito de agilidade e fortalecimento. Para realizar a aula vamos precisar de um volume, um travesseiro ou almofada para simular nosso oponente. Após o desenvolvimento da aula, professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: referencia bibliográfica do livro: Gurgel, Fabio, Brazilian Jiu Jitsu- manual pessoal do jiu jitsu, Rio de Janeiro RJ Axcel Books do Brasil editora, 2007	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Circuito de passagem de guarda	Turma: 1º à 5º 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: Manter os alunos do projeto com atividades que possam ser realizadas em casa de forma segura, na aula de hoje trabalharemos a defesa pessoal.

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 VIDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar um circuito de passagem de guarda, cada exercício vai ter 30 segundos de duração e vão ser dividido em três exercícios. Após o desenvolvimento da aula, professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

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

PLANO DE AULA 3

TEMA: Circuito de exercícios de defesa de queda

Turma: 1º à 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 gravada a aula de circuito com levantada técnica.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula. Hoje vamos trabalhar o circuito de defesa de queda.

Para aula de hoje vamos precisar de um responsável ou amigo para auxiliar na aula. Após o desenvolvimento da aula, professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

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

PLANO DE AULA 4

TEMA: Circuito de exercícios de reposição e defesa de guarda

Turma: 1º à 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 trabalhas os aspectos técnicos.

PROCEDIMENTOS: Após a realização do roteiro, planejamento do espaço e material foi gravado a aula de circuito de reposição de guarda.

ROTEIRO VIDEOAULA: Ola 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. Após o desenvolvimento da aula, professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensinaamentos do mestre de jiu jitsu Mauro 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 5

TEMA: Movimentação ataque do triângulo	Turma: 1º à 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 movimentação ataque do triângulo	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar o ataque da posição triângulo que é um estrangulamento. Para aula de hoje vamos precisar de uma almofada ou travesseiro e um kimono ou blusa. Após o desenvolvimento da aula, professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensinaamentos do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Movimentação de raspagem com os ganchos	Turma: 1º, 2º e 3º 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 dos alunos trabalhando movimentos específicos de raspagem com os ganchos e também levar atividade física para as crianças realizarem em casa.	
PROCEDIMENTOS: feita a preparação do ambiente, material e roteiro foi gravada a vídeoaula de movimentação de raspagem com os ganchos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar movimentações de raspagem com os ganchos, muita concentração para realizar essa atividade, fiquem atentos nos detalhes para não perderem nada. Após o desenvolvimento da aula, professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: referencia bibliográfica do livro : Gurgel, Fabio, Brazilian Jiu Jitsu-manual pessoal do jiu jitsu, Rio de Janeiro RJ Axcel Books do Brasil editora, 2007	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Movimentação de raspagem	Turma: 1º à 5º ano
JUSTIFICATIVA: Intuito de levar atividade lúdica e divertida para os alunos do projeto que estão em casa.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as técnicas de luta da posição de raspagem que é uma técnica muito comum durante a luta e também trabalhar as habilidades motoras dos alunos	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação de ambiente e material utilizado foi gravada a aula de movimentação de raspagem	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar as posições de raspagem da guarda com exercícios educativos da posição. Para aula de hoje vamos utilizar um tapete ou edredom para reduzir o impacto e tornar 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

atividade mais confortável. Após o desenvolvimento da aula, professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 8

TEMA: Movimentação puxando para guarda fechada	Turma: 1º à 5º ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos, aulas que trabalhem o jiu jitsu de uma maneira lúdica e fácil, além de fazer as crianças interagirem com os responsáveis.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar os alunos do projeto as movimentações de puxada para guarda de maneira segura sem que o adversário passe sua guarda ou caia em uma finalização. Além de trabalhar uma atividade física que desenvolva as habilidades motoras e o sistema cardiorrespiratório	
PROCEDIMENTOS: Após a realização de ensaios, preparação de material foi gravada a aula de movimentação de puxada para guarda	
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 movimentação de puxada para guarda, uma opção para quem já quer levar a luta para solo sem trocar quedas com o oponente. Após o desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Defesa de guarda e progressão para finalização	Turma: 1º à 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 guarda, ter uma base sólida de defesa é extremamente importante para o desenvolvimento no jiu jitsu. Além de trabalhar as habilidades motoras, concentração e raciocínio lógico.	
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro, preparação de material e ambiente, foi gravada a aula de defesa do golpe armlock, aula embasada nos conhecimentos adquiridos com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar a defesa de guarda, o mais importante que saber aplicar um golpe é saber se defender dele. Para a aula de hoje vamos precisar do auxílio do responsável para realização da posição e também de um tapete ou edredom para reduzir o impacto. Após o desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Transição da guarda fechada para guarda aberta.	Turma: 1º à 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.	



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: Ensinar para os alunos uma maneira segura de abrir a guarda para atacar o adversário e progredindo para a finalização do omoplata uma chave muito comum e importante para o aprendizado do jiu jitsu.

PROCEDIMENTOS: Após a realização do roteiro, feito ensaios, preparação do ambiente foi gravado a aula de transição da guarda fechada para a guarda aberta.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar a transição da guarda fechada para guarda aberta é muito importante saber como vai fazer essa transição para o adversário não passar a nossa guarda. o Após desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 11

TEMA: Raspagem da guarda aranha e finalizando na montada.

Turma: 1º à 5º ano

JUSTIFICATIVA: Levar vídeo aulas com conteúdos divertidos em que estejam ligados ao jiu jitsu mantendo as crianças ocupadas com coisas boas longe das ruas.

OBJETIVO GERAL: A guarda aranha é uma opção de guarda muito comum na luta por baixo, ter conhecimento dessa técnica de guarda e suas variações é de extrema importância para o desenvolvimento do jiu jitsu.

PROCEDIMENTOS: após ensaios preparação do ambiente e material foi gravada a aula de raspagem da guarda aranha e finalizando na montada.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola 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 aranha finalizando na montada essa técnica é muito importante se concentrar para fazer essa posição que exige certa atenção nos detalhes.

Para aula de hoje vamos precisar da ajuda dos responsáveis. Após desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 12

TEMA: Raspagem da guarda aranha 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: Dar continuidade as posições de raspagem da guarda aranha, que é muito importante para o desenvolvimento do jiu jitsu e levar uma atividade física segura e que trabalhe o repertório motor.

PROCEDIMENTOS: Após ensaios preparação do ambiente e material foi gravado a aula de raspagem da guarda aranha

ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal hoje vamos dar continuidade as posições de raspagem da guarda aranha só que agora é quando nosso oponente fica de pé na hora da raspagem.

Para aula de hoje vamos precisar da ajuda dos responsáveis para realizar as posições. Após desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro 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 13

TEMA: Ataque triplo da guarda fechada	Turma: 4º e 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 fechada trabalhando o ataque triplo (estrangulamento de lapela, armlock voltando para o estrangulamento de lapela)	
PROCEDIMENTOS: Depois de elaboração do roteiro foi feito ensaios, preparação do ambiente e gravada a aula de ataque triplo da guarda fechada.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar o ataque triplo da guarda fechada (estrangulamento de lapela, armlock voltando para o estrangulamento de lapela) Para aula de hoje vamos precisar do auxilio dos responsáveis. Após desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos.	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Circuito de movimentação de luta por baixo	Turma: 1º à 5º ano
JUSTIFICATIVA: Disponibilizar vídeo aula para os alunos do projeto se manterem concentrados 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;	
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: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar com exercícios de movimentação de luta por baixo para ganho na amplitude articular e flexibilidade, quesitos que são indispensáveis para uma boa evolução no jiu jitsu. Para aula de vamos precisar do auxilio dos responsáveis para marcar o tempo de cada exercício. Após desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Circuito de ginástica natural	Turma: 1º à 5º ano
JUSTIFICATIVA: Levar uma atividade que trabalhe o repertório motor da criança como: lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, concentração e força.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a capacidade motora e física dos alunos com exercício que imita o movimento dos animais.	



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 material foi gravada a aula de ginástica natural.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal! Espero que todos estejam bem, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula.

Na aula de hoje vamos trabalhar a ginástica natural, vamos imitar o movimento dos animais e perceber que existem movimentos que se assemelham muito com as movimentações de luta. Após desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro – “Ginástica Natural” Romano, Álvaro (editora Press, 1987)

PLANO DE AULA 16

TEMA: Drill de passagem de guarda.	Turma: 1º à 5º ano
JUSTIFICATIVA: Levar algumas movimentações de luta para os alunos do projeto fazerem em casa, assim se mantendo conectado com jiu jitsu.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica, postura e a movimentação de luta por cima que é de extrema importância para os ensinamentos do jiu jitsu. Além de trabalhar as habilidades motoras dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e material foi gravada a aula de drill de passagem de guarda.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeo aula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar circuito de movimentação de luta por cima. Para aula de hoje vamos precisar do auxílio dos responsáveis. Após desenvolvimento da aula o professor finaliza agradecendo os alunos pela participação e pedindo para que curtam as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos.	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvilli	
Oficina: Jiu Jitsu	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Gravação da vídeoaula de circuito de agilidade e fortalecimento
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	Gravação da aula de exercícios educativos de passagem de guarda Reunião com a equipe pedagógica e professores da união Brasil
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Movimentação de luta por cima e defesa de queda Entrega de material no núcleo Santa Clara
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Circuito de reposição e defesa de guarda

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvilli	
Oficina: Jiu Jitsu	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA	Gravação da vídeoaula ataque do triângulo



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

07/12/2020	
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Movimentação de raspagem com os ganchos
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Gravação da aula puxada para guarda fechada
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	Gravação da vídeoaula raspagem com os ganchos

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioli	
Oficina: Jiu Jitsu	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Gravação da aula defesa de guarda e progressão para finalização
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Transição da guarda fechada para guarda aberta Reunião com a equipe da união Brasil
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Gravação da aula raspagem da guarda aranha
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Gravação da aula raspagem da guarda aranha 2
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	Ataque triplo da guarda fechada

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioli	
Oficina: Jiu Jitsu	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Gravação da vídeoaula Circuito de movimentação de luta por cima
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Gravação da vídeoaula Circuito de ginástica natural Reunião com a equipe da união Brasil
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Gravação da vídeoaula Drill de passagem de guarda
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO – NATAL



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a):Paulo Emilio Santos Galviolli		Carga horária semanal: 16 horas		
Oficina: JIU JITSU		Carga horária mensal: 64 horas		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 102: Circuito de agilidade		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6aagSOcWxD4		
		YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
		Facebook	Visualização: 4	Curtida: 2
		Facebook	Visualização: 4	Curtida: 2
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
Instagram	Visualização: 7	-		
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 6		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 103: Circuito exercícios educativos		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6X4GS		
		YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
		Facebook	Visualização: 4	Curtida: 4
		Facebook	Visualização: 4	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
Instagram	Visualização: 4	-		
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 10		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 104: Movimentação de luta por cima		
		Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=FEWI5bdIQTY&		
		YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
		Facebook	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook	Visualização: 3	Curtida: 3
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
Instagram	Visualização: 5	-		
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 8		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 105: Circuito de reposição de guarda		
		Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=wDcd		
		YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
		Facebook	Visualização: 3	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR		
		Facebook PROJETO COMP		



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: 3	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 9	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 106: Ataque do triângulo		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=xDurlXgXL		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 2
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 7	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 107: Raspagem com os ganchos		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=PqvOKsHUtuE&I		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 1
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 6	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 108: Movimentação de raspagem		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=3jGiptZSQ_U		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 3
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 2
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 7	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 109: Movimentação puxando para guarda		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=IYwu9l6X		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 1
	Instagram	Visualização: 12	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:27		TOTAL DE CURTIDAS:7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 110 : Movimentação defesa de guarda	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=EyqhMLBgaxM		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 1
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 111 : Transição da guarda fechada	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=Ey00Oyf3_w		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3	Curtida: 1
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:24		TOTAL DE CURTIDAS:7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 112: Raspagem da guarda aranha	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=uCUHggX9VhA&list=PL		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 2
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 2
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:20		TOTAL DE CURTIDAS:6	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 113 : Guarda aranha	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=zcZHn4iuY		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 1



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: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:19		TOTAL DE CURTIDAS:7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 114: Ataque triplo	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=PBXIZ4NE9O8&list=P		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:13		TOTAL DE CURTIDAS:9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 115 : Circuito de movimentação	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=38LM4KbEQsA&list=P		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:12		TOTAL DE CURTIDAS:10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 116 : Ginástica natural	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=N22KOE_-zaQ&list=P		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 3	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 3
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		TOTAL DE CURTIDAS:10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 117: Circuito de movimentação	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=mskm_LzSehY&list=P		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 2	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2	Curtida: 2
	Instagram	Visualização: 3	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:13		TOTAL DE CURTIDAS:9	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 322			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas:125			



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

Rafael Duran da Silva- Turma 4 – Manhã- Santa Clara

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- DEZEMBRO/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 01/12 a 04/12/2020 • Frisbee adaptado; • Golbol adaptado; • Natação: respiração e nado peito.	Plano de aula 3º semana: 14/12 à 18/11/2020 • Tempo de Reação; • Sinuca adaptada; • Natação: respiração e nado borboleta
Plano de aula 2º semana: de 07/12 à 11/12/2020 • Trabalho Físico (exercícios para atletismo); • Trabalho de saltos (Atletismo); • Natação: continuação do nado de peito.	Plano de aula 4º semana: 28/12 a 31/12/2020 • Squash adaptado; • Croquet adaptado; • Natação: continuação de respiração e nado borboleta.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Frisbee adaptado	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: a aula teve o intuito de apresentar ao aluno o frisbee, esporte amplamente conhecido e praticado no exterior, especialmente à beira mar. A intenção do professor foi adaptar o esporte para que pudesse ser praticado pelo aluno tanto sozinho como em forma de competição, sempre utilizando objetos de fácil acesso e de forma adaptada para o interior da residência.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, trabalho de arremesso, controle de força, precisão, campo visual, pontaria, recreação e disputa.	
PROCEDIMENTOS: inicialmente, houve a necessidade de confeccionar discos utilizando papelão. Em seguida, foi escolhido local amplo para a gravação e foi disposto um banquinho com uma bacia servindo como alvo. Houve ensaio, teste de focalização e finalmente a gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Falar sobre respeito e educação; - Explicação sobre o que é o esporte frisbee; - Explicação sobre os benefícios; - Demonstração dos materiais utilizados (disco de papelão e bacia); - Montagem do local e demonstração; - Execução dos movimentos; - Encerramento com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/OUkORazKsAg	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Golbol adaptado	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: No intuito de apresentar aos alunos um esporte paralímpicos, o professor tentou adaptar o futebol para deficientes visuais, que é praticado com uma bola que contém um sino.	



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 coordenação, percepção auditiva, atenção, recreação, tempo de reação e disputa.

PROCEDIMENTOS: separação dos materiais (bola, sacolinhas, uma máscara e duas garrafas pet pequenas). A bola foi envolta em sacolinhas de supermercado para fazer barulho, em seguida foi montado um gol utilizando as garrafas pet e executados ensaios. Por fim, foi colocada a venda e realizada a atividade com pessoa convidada.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudação aos alunos com conversa;
- Explicação do futebol paralímpico para deficientes visuais;
- Demonstração dos materiais utilizados;
- Demonstração da bola enrolada em sacolas;
- Realização da atividade com pessoas convidadas;
- Conversa e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/t_cSUQFF3R4

PLANO DE AULA 3

TEMA: Natação: respiração e nado peito

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 e exercícios que são praticados durante o nado de peito e adaptá-los também ao cotidiano do aluno, que vai treinar para colocá-los em prática na piscina.

OBJETIVO GERAL: trabalho de respiração, coordenação, controle corporal, técnica de nado e adaptação ao meio líquido.

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 fora da aula;
- Exposição sobre o conteúdo;
- Entrada na água;
- Relembrando o trabalho de respiração e o movimento de braço dos nados;
- Exemplificação e demonstração do movimento de braço do nado de peito;
- Demonstração do movimento de perna do nado de peito;
- Demonstração do nado completo na piscina;
- Conversa com os alunos;
- Término da aula com despedida.

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

PLANO DE AULA 4

TEMA: Trabalho Físico (exercícios para atletismo)

Turma: 1º a 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Houve uma introdução aos exercícios relacionados ao atletismo e uma adaptação para início de movimentos, trabalhando, assim, os membros inferiores e a agilidade do corpo, de forma lúdica e acessível aos alunos.

OBJETIVO GERAL: trabalho de força e membros inferiores, coordenação, equilíbrio, trabalho aeróbico, recreação e disputa.



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: coleta dos materiais utilizados (brinquedos, que podem ser substituídos por qualquer objeto) e escolha do melhor local. Teste de enquadramento, ensaio e gravação da aula com adulto e criança convidados.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudação falando da importância de fazer as atividades;
- Falar sobre respeito e educação;
- Explicação sobre as modalidades de atletismo (salto em distância, arremesso de dardo, arremesso de peso, salvo com vara etc);
- Explicação da atividade e seus benefícios;
- Demonstração do material utilizado (qualquer objeto, brinquedos, tampinhas, etc);
- Realização da atividade com pessoa convidada;
- Encerramento com conversa e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/BAesXUjBh0E>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Trabalho de saltos (Atletismo)

Turma: 1º a 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Dando continuidade ao atletismo, a aula visou exemplificar o salto em distância, todavia, de uma forma divertida e lúdica, podendo ser feita em casa.

OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, salto, força de membros inferiores, impulso, pulo à distância, recreação e disputa.

PROCEDIMENTOS: depois da escolha do melhor local para a gravação e do teste de enquadramento, houve a marcação do chão com uma fita adesiva preta para demonstrar o limite para o pulo. Em seguida, foi executada a aula com a presença de pessoa convidada, marcando-se o local de cada pulo com fita crepe.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Início com saudação aos alunos;
- Explicação da atividade (salto a distância com as pernas juntas e salto em movimento);
- Explicação sobre os benefícios da atividade;
- Demonstração da demarcação no chão e da fita a ser utilizada para demarcação;
- Realização dos saltos com pessoa convidada;
- Encerramento com conversa e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/v8Achy04elc>

PLANO DE AULA 6

TEMA: Natação: continuação do nado de peito

Turma: 1º a 5º Ano

JUSTIFICATIVA: mais uma vez a aula visou instruir 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 peito.

PROCEDIMENTOS: foram realizados testes de gravação em uma piscina para obter o melhor ângulo. O professor realizou as atividades com demonstração dos exercícios no meio líquido.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Início da aula, já dentro da piscina;



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

- Conversa com os alunos;
- Recordando trabalho de respiração;
- Demonstração de como a pessoa flutua com o pulmão cheio de ar, tanto de frente como de costas;
- Recordando movimento de braço dos demais nados;
- Recordando movimento de braço e pernada do nado de peito;
- Demonstração do nado de peito pelo professor, com virada;
- Despedida dos alunos.

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

PLANO DE AULA 7

TEMA: Tempo de Reação	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Essa atividade visou basicamente trabalhar a os reflexos dos alunos, que serão desenvolvidos para posteriormente serem utilizados em esportes como futebol, handbol, entre outros.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, agilidade, reação, concentração, lateralidade, recreação e disputa.	
PROCEDIMENTOS: coleta de materiais necessários (dois cabos de vassoura e 4 bolinhas), escolha da distância entre o lançador e o receptor, escolha do melhor enquadramento, ensaio e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação sobre as funções da atividade (agilidade e reação); - Exposição da atividade e dos materiais que serão utilizados (dois cabos de vassoura e bolinhas); - Realização da atividade com pessoa convidada; - Explicação de possíveis adaptações e como realizar; - Conversa e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ssgWzwriqoM	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Sinuca adaptada	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: introdução do aluno ao universo da sinuca não como recreação, mas como esporte competitivo profissional e adaptação de movimentos para realização no interior da casa, sempre visando a busca por materiais de fácil acesso e a ludicidade.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de precisão, pontaria, controle de força, trabalho de matemática, exercício, recreação e disputa.	
PROCEDIMENTOS: na primeira parte da aula houve a gravação em uma mesa de sinuca, explicando para os alunos qual é o intuito do jogo e algumas regras. Em seguida, houve a montagem do local da aula, com a coleta de cabo de vassoura, bolinhas, toalhas e garrafas pet. Por fim, houve a gravação da segunda parte da aula, demonstrando a atividade lúdica.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação; - Demonstração do jogo de sinuca e das regras em mesa oficial, com explicação sobre ser um esporte oficial e competitivo a nível mundial); - Demonstração dos materiais utilizados na atividade (cabo de vassoura, bolinhas, garrafinhas e toalhas); - Montagem do local (com a montagem das “caçapas”);	



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

- Realização da atividade com demonstração;
- Conversa com os alunos;
- Despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/Aq-6iB48xls>

PLANO DE AULA 9

TEMA: Natação: respiração e início do nado borboleta	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: revisão do trabalho de respiração anteriormente apresentado e introdução ao nado borboleta, mostrando aos alunos as técnicas que serão utilizadas quando do retorno à piscina.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, respiração, desenvolvimento do nado borboleta e técnica.	
PROCEDIMENTOS: houve o descolamento até a mesma piscina onde foi gravada a primeira aula e foram realizados novos testes para encontrar o melhor enquadramento. Realizou-se testes dos movimentos e, por fim, foi gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos ainda fora da piscina; - Entrada na piscina com criança convidada; - Relembrando trabalho de respiração; - Relembrando trabalho de braços e pernadas dos nados; - Demonstração do trabalho de braço com criança convidada; - Demonstração da respiração do nado borboleta (respira sempre que o braço gira); - Conversa com os alunos sobre o nado borboleta; - Demonstração de controle de respiração com criança convidada; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada utilizando os conhecimentos do professor a respeito do tema natação.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Squash adaptado	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Com essa aula o professor visou introduzir aos alunos um esporte que não é muito difundido no Brasil, mas que é muito praticado nos Estados Unidos, principalmente como forma de praticar exercícios físicos, o squash. O esporte foi demonstrado de forma que os alunos pudessem praticar em casa, sem auxílio de materiais específicos e de forma lúdica.	
OBJETIVO GERAL: estímulo o exercício físico aeróbico, agilidade, disputa, coordenação motora, respeito às regras, lateralidade e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Em primeiro lugar houve a escolha de local amplo para a realização da atividade. Em seguida, houve a marcação das linhas do campo utilizando fita adesiva colorida e houve a escolha de uma bola que pudesse quicar no chão. Houve teste de enquadramento e, por fim, gravação da aula com pessoa convidada.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com conversa sobre as aulas anteriores; - Explicação sobre o esporte squash competitivo; - Demonstração dos materiais utilizados (bola que quica, fita para marcar o campo e disco de papelão); - Demonstração do movimento (bater a bola na parede, quicar no chão e bater de novo); - Demonstração da atividade sozinho com disco de papelão; - Demonstração da atividade com pessoa convidada com disco de papelão;	



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

- Demonstração da atividade em dupla sem o disco de papelão;
- Encerramento com conversa e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/sdNgjfGSmu0>

PLANO DE AULA 11

TEMA: Croquet adaptado	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: a presente aula teve o intuito de apresentar aos alunos o esporte croquet, de uma maneira lúdica e divertida que o aluno possa realizar em sua casa, com materiais fáceis e acessíveis e sem perder de vista tanto a introdução esportiva como também a recreação.	
OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, controle de força, lateralidade, mira, disputa, recreação e atividade física.	
PROCEDIMENTOS:	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação do jogo croquet e suas origens; - Demonstração dos materiais utilizados (vassoura, bolinha de tênis, garrafinhas pet); - Demonstração de como montar o percurso; - Realização das jogadas, passando a bolinha com a vassoura por dentro das garrafinhas até o final do percurso; - Explicação sobre possíveis adaptações; - Conversa com os alunos; - Despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/FB7JfcC8uBY	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Natação: continuação de respiração e nado borboleta	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: diante da impossibilidade de acesso à piscina, visou-se com essa aula mostrar aos alunos um pouco dos movimentos do nado borboleta, 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 borboleta.	
PROCEDIMENTOS: 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.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula já dentro da piscina, com criança convidada; - Saudação aos alunos e explicação da aula (continuação do nado borboleta); - Conversa sobre sobrevivência na piscina e a necessidade de ser acompanhado por um adulto; - Recordação dos movimentos de braço e perna dos demais nados; - Demonstração da braçada e pernada do nado de borboleta; - Conversa sobre o nado borboleta, que é o mais difícil de todos; - Recordação sobre as viradas de todos os nados; - Demonstração da virada tipo cambalhota; - Encerramento com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada utilizando os conhecimentos do professor a respeito do tema natação.	



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Foram selecionados materiais que seriam utilizados durante a aula (bacia, círculo de papelão). Em seguida, foi verificado o melhor enquadramento da câmera e finalmente houve a gravação da vídeo aula: "Frisbee adaptado" .
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	- Reunião pedagógica pelo Google Meet. - Separação dos materiais (bola, sacolinhas, uma máscara e duas garrafas pet pequenas). A bola foi envolta em sacolinhas de supermercado para fazer barulho, em seguida foi montado um gol utilizando as garrafas pet e executados ensaios. Por fim, foi colocada à venda e chamada a pessoa convidada para a gravação da aula "Golbol adaptado" .
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Entrega de apostilas com atividades dos instrutores no Núcleo Santa Clara, das 08:00h às 16:00h. 2ª Pesquisa de satisfação de 2020.
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	- Entrega de apostilas com atividades dos instrutores no E.M. Dep. Arlindo dos Santos, das 8:00h às 11:30h e 2ª Pesquisa de satisfação de 2020. - O professor se deslocou até um local onde havia uma piscina e foram realizados testes de gravação para obter o melhor ângulo. Realizou-se a gravação da vídeo aula. "Natação: respiração e nado peito" .

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Coleta dos materiais utilizados (brinquedos, que podem ser substituídos por qualquer objeto) e escolha do melhor local. Realizado teste de enquadramento, ensaio e convite de participante. Por fim, houve a gravação da vídeo aula "Trabalho Físico (exercícios para atletismo)" .
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	- Depois da escolha do melhor local para a gravação e do teste de enquadramento, houve a marcação do chão com uma fita adesiva preta para demonstrar o limite para o pulo. Em seguida, foi executada a aula com a presença de pessoa convidada, marcando-se o local de cada pulo com fita crepe, realizando-se a gravação da vídeo aula "Trabalho de saltos (Atletismo)" .
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	- Foi realizado o deslocamento até a piscina onde, foram realizados testes para encontrar o melhor enquadramento da piscina. Realizou-se testes dos movimentos e, por fim, foi gravada a vídeo aula. "Natação: continuação do nado de peito" .
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Foram coletados os materiais necessários (dois cabos de vassoura e 4 bolinhas), houve a escolha da distância entre o lançador e o receptor, escolha do melhor enquadramento, ensaio e gravação da vídeo aula “Tempo de Reação” .
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica pelo Google Meet.
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Na primeira parte da vídeo aula houve a gravação em uma mesa de sinuca, explicando para os alunos qual é o intuito do jogo e algumas regras. Em seguida, houve a montagem do local da aula, com a coleta de cabo de vassoura, bolinhas, toalhas e garrafas pet. Por fim, houve a gravação da segunda parte, demonstrando a atividade lúdica da vídeo aula “Sinuca adaptada” .
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	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 borboleta” .
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Rafael de Oliveira Naime	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Inicialmente houve a escolha de um local mais amplo para a gravação, já que a atividade exigia. Em seguida, foram separados os materiais que seriam utilizados (fita crepe, bola e raquete de papelão), foi realizada a marcação do chão e parede. Após breve ensaio houve a gravação da aula: “Squash adaptado” .
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	- Reunião pedagógica pelo Google Meet. - Para a realização dessa aula foram separadas oito garrafas pet pequenas e uma casinha de brinquedo. As garrafas foram dispostas no chão em duplas formando um vão entre elas e no final do percurso a casinha. Foi procurado o melhor enquadramento da câmera. Em seguida foram realizados testes dos movimentos e, por fim, houve a gravação da vídeo aula: “Croquet adaptado” .
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	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 reflexo e, por fim, foi gravada a vídeo aula. “Natação: continuação de respiração e nado borboleta” .
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a):Rafael de Oliveira Naime		Carga horária semanal: 12 horas		
Oficina: Iniciação Esportiva / Nataçao		Carga horária mensal: 48 horas		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 79: Frisbee Adaptado		
		Link do vídeo: https://youtu.be/AeK8Rb_EDjE		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 5	12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 35		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 80: Golbol		
		Link do vídeo: https://youtu.be/9Vspy157UR4		
		YouTube	Visualização: 9	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 6	12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 35		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 81: Nataçao Respiração e nado peito		
		Link do vídeo: https://youtu.be/KxhDO_fH9QA		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 7	12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS: 35		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 82: Trabalho Físico		
		Link do vídeo: https://youtu.be/2jkMAGfuWt8		
		YouTube	Visualização: 12	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 9
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 2	10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 33		



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: Trabalho de Saltos	
		Link do vídeo: https://youtu.be/5nZo6mmJ2M	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4 Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 4 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 34	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 84: Natação continuação do nado peito	
		Link do vídeo: https://youtu.be/e-gvuWx5Pns	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14 Curtida: 13
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 14 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 1 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39		TOTAL DE CURTIDAS: 38	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 85: Tempo de Reação	
		Link do vídeo: https://youtu.be/jEzpu77A9Mw	
		YouTube	Visualização: 9 Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 9
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 3 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 32	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 86: Sinuca adaptada	
		Link do vídeo: https://youtu.be/eZAtqH8cbE	
		YouTube	Visualização: 11 Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5 Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 5 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 34	



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 87: Natação nado de borboleta		
		Link do vídeo: https://youtu.be/zntW5x_vy_U		
		YouTube	Visualização: 10	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 4	11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 35		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 88: Squash adaptado		
		Link do vídeo: https://youtu.be/4lvCR3EouvU		
		YouTube	Visualização: 12	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 9
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 8	11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 34		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Croquet adaptado		
		Link do vídeo: https://youtu.be/8YWw15N31e8		
		YouTube	Visualização: 11	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 2	11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 33		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 90: Natação continuação nado borboleta		
		Link do vídeo: https://youtu.be/FmSolKtd70I		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 7
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 9
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 3	10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 32		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 385				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 410				



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: 03/12



Daniel da Silva Rodrigues de Jesus, 5ano, Sta 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



Davi Costa T. Silva, Lorena e Luana da Silva Cebin, Sta clara



Jean de Souza Jesus Silva, Sta clara



Lara Kethely Alves Barbosa, Sta 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



Mariana de Araújo da Silva Lima, Sta clara



Maryah Emanuelle Ramos dos Santos, Sta Clara



Moisés Santos Feitosa, Sta 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



Robson Kaue Vieira freire, 5ano, Sta clara



Thaymi de Souza D. Do Amaral, Sta clara



Vitória e Rebeca Hens Cheneri, Sta 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



Washington Roberto da Silva 4c, Sta clara



Wesley Henrique Costa da Silva, Sta clara



DIA: 04/12





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	
(REFERÊNCIA - DEZEMBRO/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: 01 a 04/12/2020 • Kihon kata zuki parte I • Kihon kata zuki parte II • Kihon kata zuki parte III • Kihon kata zuki parte IV	Plano de aula 3º semana de: 14 a 17/12/2020 • Kihon básico de kata parte II • Treinamento de kumite (defesas variadas) • Treinamento de kumite (movimentação e estratégias) • Revisão do kata Pinan Nidan
Plano de aula 2º semana de: 07 a 10/12/2020 • Treinamento de kumite (fintas e ataques) • Treinamento de kumite (angulações, fintas e ataques) • Kihon de kumite com garrafas • Kihon básico de kata parte I	Plano de aula 4º semana de: 21 a 23/12/2020 • Revisão do kata Pinan Sandan • Treinamento de kumite • Kihon de kata parte I (alternância de bases, defesas e ataques) • Kihon de kata parte II (base nekoashi dachi variando ataques e defesas)

PLANO DE AULA 1

TEMA: Kihon kata zuki parte I	Turma: 1º ao 5º 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 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! Olá, pessoal! E aí, vocês estão bem? Tudo tranquilo? Tudo certo em casa? Espero que sim. Desejo boas energias para vocês. Tomara que essa pandemia termine logo para que possamos voltar às aulas normais. Na nossa aula de hoje, vamos iniciar a aprendizagem de um kata. O kata se chama kihon kata zuki. Iremos dividi-lo em partes porque tem alguns movimentos que vocês ainda não conhecem, então, para facilitar a aprendizagem, vamos seguir desta forma. Vamos começar juntando os pés e falando o nome do kata, façam o kamai. Esse kata começa recuando a perna direita e fazendo a posição do kamai de bunkai, mais para frente, a Sensei vai explicar melhor a importância do bunkai. Depois disso, a mão de trás vai atacar o soko e vamos deslocar o pé da frente pouca coisa mais à frente fazendo a zenkutsu dachi. Agora, temos que angular a perna de trás para a diagonal cruzando ela e atacando o soko com a posição da mão em pé chamado tetsui, certo? Agora a mesma perna de trás que angulou vai voltar atacando o soko curto na região da barriga e fazer a base motodachi. Então, vamos repetir esses três movimentos apenas. Até agora fizemos três tipos de socos: o primeiro soko reto, o segundo com a mão em pé e o terceiro com o braço dobrado. Vamos repetir novamente e tentar colocar mais velocidade. Feito isso, o próximo movimento nós vamos recuar a perna que está atrás e fazer a base shiko dachi 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

linha e completar com o soco na garganta com o movimento de baixo para cima deixando o braço dobrado. Agora vamos dar um leve sobrepasso e avançar atacando soco com a mão de trás na região da barriga e mantendo a mesma base. Vamos repetir agora do começo e parar por aqui. Na próxima aula, nós daremos continuidade. Osu!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha Shito Ryu

PLANO DE AULA 2

TEMA: Kihon kata zuki 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: Essa 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! Vamos para mais uma aula de karate? Estão gostando das nossas aulas? Estão curtindo aí? Apresente as nossas aulas para os colegas. Vamos nos movimentar em casa, não fiquem parados. Então, vamos dar continuidade na aula anterior, que é terminarmos o kata novo. Voltaremos da parte que paramos. Então, se você não assistiu à aula anterior, corre lá no site e dá uma olhadinha para conseguir acompanhar. Bom, nós paramos na parte de shiko dachi e o soco na barriga. Agora nós vamos recuar a perna da frente, fazendo a base nekoashi dachi e vamos atacar um soco meio circular, que você irá fazer o ataque com as costas da mão, depois disso, vamos avançar, atacando oizuki na base zenkutsu dachi, entenderam? Agora, o braço que está atacando o soco vamos dobrar ele na barriga próximo ao hikite fazendo a preparação do movimento morotezuki. Minha perna de trás será deslocada para a diagonal e, ao mesmo tempo, nós iremos fazer o ataque com os dois braços. A mão que está embaixo ataca na região do abdômen, e a mão que está em cima ataca na região do rosto. Esse é o fim de um lado do kata. Depois desse movimento, voltamos a posição do kamai de bunkai, porém, agora, com o outro lado do corpo executando, certo? Vamos repetir esses movimentos novos da aula de hoje então. Até aqui, terminamos o total de oito movimentos, finalizando a sequência do lado esquerdo. Na próxima aula, vamos iniciar a sequência com o outro lado do corpo. Para finalizar, vamos repetir esses oito movimentos. Beleza? Até a próxima aula, Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Kihon kata zuki parte III	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: Essa 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!	



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

Oi, galerinha, tudo bem? Como vocês estão? Estão gostando das aulas? Estão aproveitando? Estão aprendendo? Qualquer dúvida estou à disposição de vocês. Então, vamos dar continuidade na nossa aula passada. Hoje nós tentaremos terminar a outra metade que está faltando. Kamai. Recuem a perna esquerda e façam a base hanzenkutsu dachi com o kamai do bunkai, ataquem o soco com a mão de trás que é chamado guiaku zuki e mexam a perna da frente avançando para a base zenkutsu dachi. Agora a perna de trás vai cruzar para a diagonal e vamos atacar o soco com a mão em pé, vou voltar com a mesma perna que se deslocou e fazer a base motodachi e atacar o soco curto na barriga. Lembrando que a posição da mão é com os dedos virados para cima. Vamos voltar e repetir até aqui. Feito isso, vamos continuar. Agora vamos recuar a perna de trás e fazer a base shiko dachi em linha com o ataque na garganta, ok? Agora vamos dar um leve sobrepasso e fazer o ataque na barriga, yame. Vamos voltar do começo então e repetir até esse movimento. Perna da frente vai recuar e atacar o soco circular com as costas da mão caindo na base nekoashi dachi. Avança andando zenkutsu dachi e atacando oizuki. E, para finalizar, faz a preparação com as mãos, recolhendo o braço do soco na barriga, a perna de trás faz o deslocamento para a diagonal juntamente com o ataque de braços. Kamai. Conseguiram? Vamos repetir para finalizarmos a aula então. Iremos executar somente o lado do kata que aprendemos hoje. Na próxima aula, juntaremos os dois lados e executar o kata por completo. Até lá, então, Osu!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha Shito Ryu

PLANO DE AULA 4

TEMA: Kihon kata zuki parte IV	Turma: 1º ao 5º 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 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! Boa tarde! Tudo bem com vocês, pessoal? Espero que sim! Estão gostando de aprender karate? Vamos treinar mais um pouquinho então. Hoje, vamos finalizar o kata que viemos aprendendo nas aulas anteriores. A Sensei separou ele por partes para facilitar o aprendizado de vocês e, hoje, iremos juntá-las. Juntem os pés, falem o nome do kata, kamai. Recuem a perna direita fazendo o kamai do bunkai. Ataquem o soco com a mão de trás deslocando a perna da frente na zenkutsu dachi. O deslocamento agora é feito com a perna de trás para a diagonal e o ataque com a posição da mão em pé. A perna de trás vai fazer o deslocamento novamente voltando para a frente e fazendo a base motodachi com o soco com o braço dobrado na região da barriga. Agora recuem a perna de trás na base shiko dachi e o ataque para cima na região da garganta. Depois, vamos dar o sobrepasso para frente e atacar com o braço de trás na barriga. Recuem a perna da frente fazendo a nekoashi dachi com o ataque circular com as costas da mão. Vamos avançar andando zenkutsu dachi oizuki. E por último faz a preparação da mão, desloquem a perna de trás para a diagonal e ataquem com as duas mãos, uma na região da barriga e outra do rosto. Depois disso, façam o kamai do bunkai, só que agora recuando a perna esquerda porque repetiremos esses mesmos movimentos, fazendo os deslocamentos com o outro lado do corpo. Vamos repetir desde o início. Gostaram? Esse kata se chama kihon kata zuki. Treinem ele em casa e se divirtam. Até a próxima aula, Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha Shito Ryu	



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: Treinamento de kumite (fintas e ataques)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver habilidades de luta	
OBJETIVO GERAL: Ensinar estratégias para fazer com que o seu adversário se perca durante a luta, desenvolvendo também o autocontrole e autoconfiança.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula foi planejada através de treinamentos específicos para competições.	
ROTEIRO VIDEOAULA: 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! Tudo bem? Espero que sim, espero que esteja tudo certo, tudo tranquilo por aí. Vamos então começar mais uma aula hoje? Ela será de treinamento de luta, de kumite. Iremos enfatizar algumas fintas e em seguida os ataques. Isso são estratégias de lutas. Estou ensinando vocês para que vocês tenham diversas opções durante a luta, para que se sintam mais seguros e confiantes. Vamos fazer a base de luta com a perna esquerda na frente. Nossa primeira opção de finta será com a perna da frente. Vamos fazer uma elevação do joelho como se fossemos chutar, porém, não vamos completar o chute. Quando o meu pé voltar ao chão é aí que vai partir o ataque, porém, vai ser um ataque de braço, e não de perna como nosso adversário vai esperar. Iremos atacar o soco com a mão da frente, certo? Começa com a movimentação e, em seguida, a finta e o ataque. Iremos repetir dez vezes cada lado. Lembrando que temos que fazer a finta e também o ataque com o máximo de velocidade que conseguirmos. Beleza? Daremos continuidade na aula, acrescentando mais um golpe de braço, que será o guiaku zuki. A finta e o braço da frente vão permanecer do mesmo jeito. Então, vamos lá, mais dez vezes cada lado. Yame. Espero que tenham gostado e nos vemos na próxima aula. Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos do professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Treinamento de kumite (angulações, fintas e ataques)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Aumentar as variações de estratégias de luta	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a técnica aprimorada de angulação, melhorando sua habilidade de movimentação.	
PROCEDIMENTOS: O vídeo foi executado passo a passo, mostrando cada técnica detalhadamente.	
ROTEIRO VIDEOAULA: 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, pessoal, tudo bem? Vamos para mais uma aula? Estão preparados? Na aula passada, a Sensei ensinou algumas movimentações de luta e fintas com sequências de ataques. Hoje, iremos manter o mesmo padrão de aula e acrescentar as angulações. Prestem bem atenção nos movimentos que a Sensei vai mostrar para que vocês consigam executar aí em casa. Posição de luta, perna esquerda à frente. Vamos começar angulando com a perna da frente para a lateral esquerda. Conforme nós deslocarmos a perna da frente, a perna que estava atrás irá se posicionar a frente e automaticamente o corpo se deslocou para a lateral com a base trocada. Feito isso, vamos dar um passo à frente sem atacar, apenas fazendo a finta, e só, no segundo passo, que vamos avançar será feito o ataque com o braço da frente. Entenderam? Então, a sequência fica com a angulação primeiro, depois a finta e por último o ataque. Iremos executar um lado de cada vez, vamos lá. O ataque não pode demorar depois que eu fizer a finta. Se eu fizer a finta e não fazer nada em sequência, não irá funcionar esse tipo 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

estratégia, ok? Vamos continuar. Yame. É isso aí, pessoal, treinem aí em casa essas movimentações e angulações, tá bom? Até a próxima aula, Osu!

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

PLANO DE AULA 7

TEMA: Kihon de kumite com garrafas	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Variar estímulos de ataques	
OBJETIVO GERAL: Melhorar o raciocínio rápido e desenvolver habilidades de kumite,	
PROCEDIMENTOS: Na aula de hoje, iremos utilizar três garrafas descartáveis,	
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! Vamos para mais uma aula de karate? Vocês estão bem? Como estão as coisas por aí? Desejo a vocês muitas coisas boas por aí. Bom, hoje, vamos precisar de três garrafas. Se vocês não tiverem garrafas em casa, podem utilizar sapatos, almofadas, cadeiras ou qualquer objeto que esteja disponível em casa. Nosso treinamento será de kumite. Cada garrafa simboliza um exercício. A garrafa número um, vamos iniciar com a perna esquerda à frente e iremos movimentar. Vamos fazer uma finta que será a elevação do joelho da perna da frente e, em seguida, executar o ataque kizame zuki. Na segunda garrafa, a finta vai permanecer e, em seguida, trocaremos o kizame zuki pelo guiaku zuki, que é o soco com a mão de trás. E, na última garrafa, iremos juntar o golpe da primeira com o da segunda. Então, vai ficar a finta primeiro e, na sequência, o ataque de kizame e, depois, o do guiaku zuki. Depois disso, iremos repetir cinco vezes com a mesma base e, quando terminar, iremos trocar o lado. Yame. Em casa, pessoal, vocês podem repetir mais vezes, ok? Nos encontramos na próxima aula, Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos do professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Kihon básico de kata parte I	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Praticar movimentos básicos de kata	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a coordenação e as técnicas exigidas em cada movimento do kata.	
PROCEDIMENTOS: O vídeo foi executado passo a passo, mostrando cada técnica detalhadamente.	
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? Estão prontos para iniciarmos mais uma aula? Vamos lá. Iremos treinar alguns movimentos básicos de kata. Vamos escolher uma defesa e treiná-la com bases alternadas. Kamai. Nossa primeira defesa será yoko uke. Iremos iniciar com a base heiko dachi, que é a base inicial do kamai. Vamos executar um movimento cada braço. Depois, iremos avançar para a base zenkutsu dachi e a mesma defesa e também executando os dois lados. A terceira base que iremos treinar é a shiko dachi, avançando também com a mesma defesa e os dois lados do corpo. E, por último, vamos fazer a nekoashi dachi. Vamos repetir essa sequência cinco vezes, vamos lá. Feito isso, vamos mudar a defesa. Iremos fazer a defesa uchi uke e manter a mesma sequência de bases. Repetimos também por cinco vezes. E, por último, treinaremos a defesa guedan barai. Vamos lá. Encerramos por aqui, então, pessoal. Nos vemos na próxima aula, Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos do professores Saito-Ha Shito Ryu	



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: Kihon básico de kata parte II	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Praticar movimentos básicos de kata	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a coordenação e as técnicas exigidas em cada movimento do kata.	
PROCEDIMENTOS: O vídeo foi executado passo a passo, mostrando cada técnica detalhadamente.	
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, vocês estão bem? Estão treinando? Estão aproveitando nossas aulas? Estamos preparando com muito carinho para vocês. Espero que estejam gostando. Iremos dar continuidade no kihon da aula passada. Continuaremos com a mesma sequência das bases, porém, vamos alternar os movimentos de braço. Kamai. Relembrando que a sequência das bases são: heiko dachi, zenkutsu dachi, shiko dachi e nekoashi dachi. Iremos começar com a defesa shuto uke chudan, repetindo uma vez cada lado até o final da sequência e depois repetir a sequência cinco vezes. A segunda defesa vai ser jodan age uke, com a mesma sequência de bases. Ao invés de fazermos outra defesa, agora, vamos fazer o ataque oizuki. E, por último, vamos acrescentar mais um soco. Então, ficará uma sequência de dois socos, alternando as bases. Vamos repetir cinco vezes também. Esse foi o nosso treinamento de kihon. Espero que tenham gostado, e qualquer dúvida estou à disposição. Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos do professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Treinamento de kumite (defesas variadas)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Aumentar as opções de defesas	
OBJETIVO GERAL: Ensinar ao aluno diversos tipos de defesas para trazer autoconfiança na hora da luta.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula 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, pessoal! Tudo bem? Estão assistindo nossas aulas? Não esqueçam de curtir, comentar, compartilhar. Então, vamos treinar. Iremos enfatizar nas defesas de kumite hoje, para depois, acrescentarmos os contragolpes. Posição de luta. Perna esquerda à frente. Nossa primeira sequência será a defesa do rosto com a mão da frente e, em seguida, com o mesmo braço, faremos a defesa da barriga. Comecem com a movimentação. Vamos fazer cinco vezes cada lado. A segunda sequência será com as duas mesmas defesas, porém, será executado com o braço que está atrás. Cinco vezes cada lado novamente. E, por último, vamos fazer a defesa uchi barai, que é a defesa com a parte de dentro do antebraço. Iremos defender novamente com o braço que se posiciona atrás. Repitam cinco vezes cada lado. Não esqueçam de movimentar. Entenderam? Conseguimos variar bastante nossa luta com essas defesas. Tudo vai depender da sua estratégia e também a do seu adversário. Até a próxima aula, então, pessoal, Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos do professores Saito-Ha Shito Ryu	



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 kumite (movimentação e estratégias)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a movimentação	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a movimentação de luta no aluno para que ele aumente as opções de estratégias durante o combate.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula foi planejada através de experiências em 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, e aí, tudo bem? Estão se cuidando? Assistindo as nossas aulas? Vamos para mais uma aula, que será mais específica na parte da movimentação, ok? Quando estamos lutando, não podemos ficar parados, porque um alvo parado é mais fácil de ser atingido. Então, quando fazemos a movimentação, nos tornamos um alvo mais difícil para o nosso adversário. Coloquem a perna esquerda à frente e façam a posição de luta. Não podemos ficar pulando com os pés no mesmo lugar, temos que saltitar, deslocando eles para frente e para trás. Não precisa ser somente para frente e trás, pode ser em um momento só para frente, depois, em um momento só para trás, depois para o lado e, assim, vamos criando a nossa forma de movimentar. Então, vamos fazer agora essa movimentação livre. Vocês aí em casa vão se movimentar da maneira que quiserem, vou dando algumas dicas aqui, e vocês vão acompanhando. Agora, conforme formos nos movimentando, vamos acrescentar uma finta. Não irá vir nenhum ataque no momento, só iremos fintar fingindo um ataque. Isso faz parte da estratégia da movimentação. Também vou deixá-los livres. Podem fazer a finta elevando o joelho e também podem fazer a finta tocando o braço do adversário com a sua mão. Hajime. Vão fazendo aí, livres. Agora, iremos continuar com a mesma movimentação, porém, iremos acrescentar o golpe kizame zuki. Vamos repetir cinco golpes cada lado. Dentro dessa movimentação com fintas, conseguimos acrescentar vários golpes. Tudo depende de como é o seu adversário e também de qual o golpe que você se sai melhor. Beleza? Até a próxima aula, então, Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos do professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Revisão do kata Pinan Nidan	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Relembrar o 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! Olá, pessoal! Estão prontos para mais uma aula hoje? Estão animados aí? Tudo bem com vocês? Hoje, faremos uma revisão de um kata que nós aprendemos lá atrás. O kata se chama Pinan Nidan, lembrando que existem cinco Pinan, e esse é o primeiro. Vamos virar para a esquerda, fazer a base nekoashi dachi e o martelo. Avança e bate o soco na zenkutsu dachi; agora, vai andar para trás e defender guedan barai na mesma base. No lugar, só vai subir a perna da frente e fazer o martelo de novo e depois avança oizuki. Faço o deslocamento para a lateral com a perna e o braço que estão na frente defendendo guedan barai. Agora vamos avançar três defesas da cabeça e, na terceira, tem o kiai. Depois do kiai, vamos fazer o parafuso e girar para a diagonal defendendo novamente guedan barai. Avança e bate o soco. Vamos repetir a mesma coisa para a outra diagonal, deslocando a perna e braço que estão na frente.	



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

Feito isso, vamos deslocar para o meio com os membros da frente novamente defendendo e, em seguida, três ataques com o kiai no último. Como da outra vez, depois do kiai, vamos fazer o parafuso e virar para a diagonal só que na base shiko dachi e a defesa shuto uke guedan. Temos que avançar mais uma vez e depois para a outra diagonal duas vezes também. Yame. Vamos repetir o kata inteiro com mais velocidade agora. Yame. Lembraram? Então, é isso. Até a próxima aula, Osu!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Há Shito Ryu

PLANO DE AULA 13

TEMA: Revisão do kata Pinan Sandan	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Relembrar o 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! Olá, pessoal! Tudo bem? Estamos animados para aprenderem mais um pouquinho? Bora lá, então! Na nossa aula anterior, fizemos a revisão do kata Pinan Nidan. Hoje, iremos revisar o kata Pinan Sandan, estão prontos? Juntem as pernas, falem o nome do kata, kamai. Virou para a esquerda defendendo yoko uke na base nekoashi. Agora vamos juntar os pés e inverter as defesas. Desloca a perna direita para trás e vamos repetir a mesma sequência agora para o lado direito. Agora vamos deslocar para o meio com a perna esquerda e fazer novamente yoko uke e, em seguida, o ataque com a mão aberta nukite com o kiai. Vamos fazer a troca de base, de zenkutsu para kookutsu dachi, puxando o braço no bumbum. Agora, vamos girar pelas costas e cair na shiko dachi dando o soco e depois avançar na zenkutsu atacando outro soco. Deixem a perna da frente parada e vamos girar em cima dela. Três defesas com o cotovelo e, em seguida, três ataques, no terceiro no vamos manter o braço parado. Agora avança a zenkutsu dachi oizuki, vai subir a perna de trás e fazer a heiko dachi e manter o braço parado. E, por fim, vamos fazer o giro atacando com o braço flexionado na direção do nosso ombro e também para o lado direito. Yame. Vamos repeti-lo com mais velocidade agora, hein? Deu para relembrar um pouquinho, pessoal? Qualquer dúvida estou à disposição. Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standard Kata Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Treinamento de kumite	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Ampliar opções de golpes	
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, galerinha! Como vocês estão? Não esqueçam de curtir os vídeos, comentar, compartilhar, ok? Hoje, iremos treinar um pouquinho de luta. Alguns movimentos básicos, porém, vamos treinar com o máximo de velocidade que conseguirmos. Já são golpes que conhecemos e, por isso, vamos exigir velocidade. Posição de luta. Vamos começar atacando kizame zuki com a base parada. Iremos apenas movimentar o braço e o quadril, ok? Dez vezes de cada lado com velocidade, hein? O segundo golpe será o maigueri,	



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

chute reto com a perna da frente, mesma coisa. Dez vezes de cada lado, exigindo sempre a velocidade. Agora, vamos abrir um pouco a base para fazermos o ataque guiaku zuki. Não iremos avançar a perna, iremos atacar no lugar e somente dobrar a perna de trás junto com o golpe de braço. Dez vezes também de cada lado. Não esqueçam de girar o quadril. Yame. Pessoal, em casa, vocês têm a liberdade de criar a sequência que quiserem, tá bom? Fiquem à vontade. Até a próxima aula, Osu!

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

PLANO DE AULA 15

TEMA: Kihon de kata parte I (alternância de bases, defesas e ataques)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Alternar as bases	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica das defesas básicas, variando as bases, alternando os estímulos, e trabalhando também 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. 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 animados para mais uma aula hoje? Então, vamos começar! Iremos fazer um treinamento de kihon de kata, certo? Kamai. Vamos avançar a perna direita na base zenkutsu dachi e o ataque oizuki. Agora, vamos mudar de base, subindo a perna da frente e fazendo a base nekoashi dachi, com a mesma mão do soco, vamos fazer a defesa yoko uke. Mantendo a minha mão parada, eu vou fazer o chute maigueri com a perna da frente e cair no mesmo lugar. Por último, ataco, com a mão aberta, o golpe nukite no lugar, sem avançar e sem trocar a base. Voltamos para o kamai e vamos repetir esses quatro movimentos com o outro lado. Vamos repetindo. Conseguiram? Então, vamos aumentar a velocidade. Yame. Cumprimenta. Então essa foi nossa sequência de kihon de hoje. Até a próxima aula, Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos do professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Kihon de kata parte II (base nekoashi dachi variando ataques e defesas)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Alternar as defesas com a mesma base	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a base nekoashi dachi, trabalhando defesas e ataques alternados melhorando também a técnica dos movimentos de braços.	
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! E aí, pessoal, tudo bem? Aproveitando nossas aulas? Estão gostando? Estão animados? Hoje daremos continuidade no treinamento de kihon, como fizemos aula passada, ok? Só que hoje iremos treinar apenas uma base, que será a nekoashi dachi. Então, kamai. Primeira sequência: avança a perna esquerda com a base nekoashi e a defesa shuto uke chudan. Vamos manter a base parada e trocar a defesa, de shuto uke chudan, vamos fazer a guedan, só isso. Agora, nós vamos avançar e fazer a mesma sequência com o outro lado. Avançando quatro vezes e depois vamos recuar quatro vezes também executando a mesma sequência. Yame. Iremos trocar a sequência agora. Mudaremos para a defesa jodan age uke e o ataque guiaku zuki mantendo a mesma base. Avançando e depois recuando. E, para terminarmos, vamos trocar novamente. Agora, vamos para a defesa yoko uke, o chute com a perna da frente maigueri e o ataque com a mão de trás nukite. Novamente avançando e depois recuando.	



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

Yame. Então, nosso kihon foi esse pessoal, enfatizando a base nekoashi e mesclando os movimentos de braços. Até a próxima aula pessoal, Osu!

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes

Oficina: Karate - Do

Semana de: 01/12 à 04/12/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

TERÇA-FEIRA
01/12/2020

- Gravação da aula Kihon kata zuki parte I
- Treinamento

QUARTA-FEIRA
02/12/2020

- Reunião pedagógica
- Gravação da aula Kihon kata zuki parte II

QUINTA-FEIRA
03/12/2020

- Treinamento
- Gravação da aula Kihon kata zuki parte III

SEXTA-FEIRA
04/12/2020

- Entrega de materiais impresso "Apostilas" na ECO
- Realização da Segunda pesquisa de satisfação nos polos
- Gravação da aula Kihon kata zuki parte IV

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes

Oficina: Karate - Do

Semana de: 07/12 à 10/12/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA
07/12/2020

- Edição das aulas anteriores
- Treinamento
- Gravação da aula Treinamento de kumite (fintas e ataques)

TERÇA-FEIRA
08/12/2020

FERIADO - NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

QUARTA-FEIRA
09/12/2020

- Gravação da aula Treinamento de kumite (angulações, fintas e ataques)
- Treinamento

QUINTA-FEIRA
10/12/2020

- Treinamento
- Gravação da aula Kihon de kumite com garrafas

SEXTA-FEIRA
11/12/2020

- Gravação da aula Kihon básico de kata parte I
- Edição das aulas anteriores

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes

Oficina: Karate – Do

Semana de: 14/12 à 17/12/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SEGUNDA-FEIRA
14/12/2020

- Gravação da aula Kihon básico de kata parte II
- Treinamento

TERÇA-FEIRA
15/12/2020

- Reunião pedagógica



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

	-Treinamento - Gravação da aula Treinamento de kumite (defesas variadas)
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	- Treinamento - Gravação da aula Treinamento de kumite (movimentação e estratégias)
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	- Gravação da aula Revisão do kata Pinan Nidan - Edição das aulas anteriores - Treinamento
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes	
Oficina: Karate – Do	Semana de: 21/12 à 23/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	- Gravação da aula Revisão do kata Pinan Sandan - Gravação da aula Treinamento de kumite
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	- Treinamento - Reunião pedagógica - Gravação da aula Kihon de kata parte I (alternância de bases, defesas e ataques)
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	- Gravação da aula Kihon de kata parte II (base nekoashi dachi variando ataques e defesas) - Edição das aulas anteriores - Treinamento
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Rafaela Ferreira Saes		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Karate – Do		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 98: Kihon kata zuki parte I	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=CDzDiodhcGE		
	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 02
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida: 10
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 03	Curtida: 07
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 26



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 99: Kihon kata zuki parte II		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ZcnftprnvZo		
		YouTube	Visualização: 15	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 11	Curtida: 11
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 02	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 27		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 100: Kihon kata zuki parte III		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=v14ikUEYQmE		
		YouTube	Visualização: 12	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 09	Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		TOTAL DE CURTIDAS: 23		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 101: Kihon kata zuki parte IV		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=I53XWnWYhG4		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 08	Curtida: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 09	Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 09	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 23		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 102: Treinamento de kumite (fintas e ataques)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=R3mVk_IEF0s		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 10	Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 07
		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39		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 103: Treinamento de kumite (angulações, fintas e ataques)	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=LV4luNM3MEs	
		YouTube	Visualização: 12
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 07
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 08
		Instagram	Visualização: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 02	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 104: Kihon de kumite com garrafas	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=apl8zjsjrol	
		YouTube	Visualização: 13
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 13
		Instagram	Visualização: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 09	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 105: Kihon básico de kata parte I	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=T28MaWyy_IQ	
		YouTube	Visualização: 16
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 16
		Instagram	Visualização: 06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 07	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 106: Kihon básico de kata parte II	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=1PmfTT9q3mE	
		YouTube	Visualização: 16
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11
		Instagram	Visualização: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 46		TOTAL DE CURTIDAS: 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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 107: Treinamento de kumite (defesas variadas)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=A2Fcpy_V7cs		
		YouTube	Visualização: 16	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 09	Curtida: 06
		Facebook UNIÃO BRASIL		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 09	Curtida: 04
		Instagram	Visualização: 05	Curtida: 06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39		TOTAL DE CURTIDAS: 18		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 108: Treinamento de kumite (movimentação e estratégias)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=1SMWtgjbuko		
		YouTube	Visualização: 20	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 08	Curtida: 08
		Facebook UNIÃO BRASIL		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 09	Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 03	Curtida: 06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 22		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 109: Revisão do kata Pinan Nidan		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=4G4sfjW4wWY		
		YouTube	Visualização: 16	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 11	Curtida: 08
		Facebook UNIÃO BRASIL		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 04
		Instagram	Visualização: 05	Curtida: 05
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		TOTAL DE CURTIDAS: 19		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 110: Revisão do kata Pinan Sandan		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zUPwpQrvUkQ		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 02
		Facebook	Visualização: 05	Curtida: 07
		Facebook UNIÃO BRASIL		
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 06	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		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 111: Treinamento de kumite		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=y3WvBEC0egl		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 01
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 06	Curtida: 05
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 05
		Instagram	Visualização: 10	Curtida: 05
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 16		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 112: Kihon de kata parte I (alternância de bases, defesas e ataques)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=BhVqCmPC20w		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 02
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 06	Curtida: 06
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 06
		Instagram	Visualização: 09	Curtida: 06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 20		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 113: Kihon de kata parte II (base nekoashi dachi variando ataques e defesas)		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=E63M2STmyKg		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 02
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 06	Curtida: 06
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 05
		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 20		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 620				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 359				



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

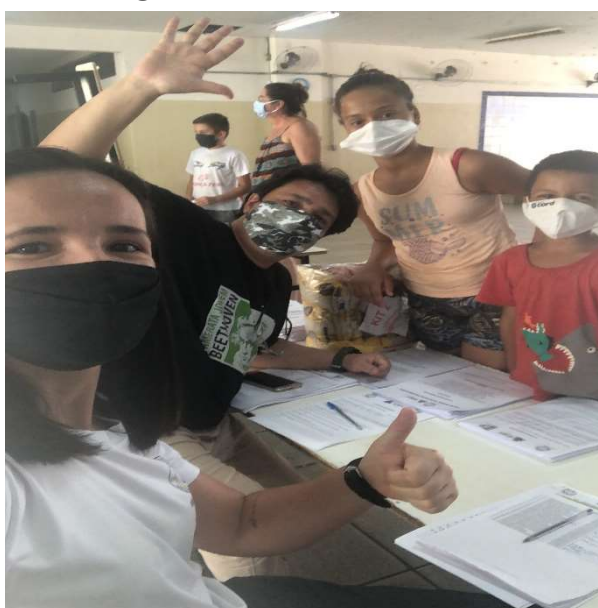
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 04/12 ECO

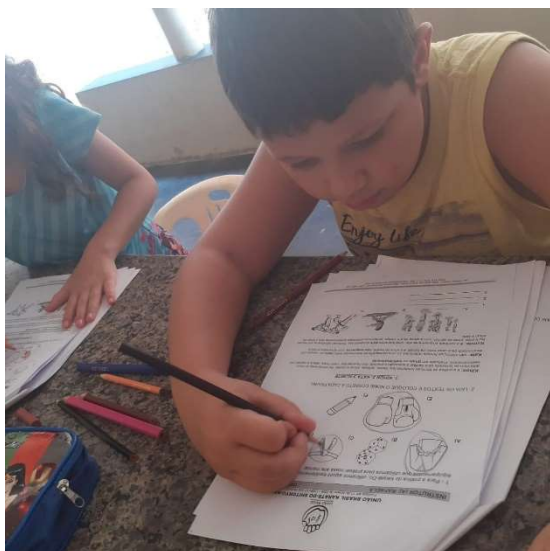


04/12 Vitor Hugo Silvério - turma 3 manhã



04/12 Ana Clara e Lucas Ramos – turma 4 manhã

RETORNO DOS ALUNOS- ECO



Eduardo Ponssiane Dias- Turma 2 tarde



Anne Eliyze dias Brito turma 1 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

PLANO DE AULA	
(REFERENCIA- DEZEMBRO/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: 64 horas	
Plano de aula 1ª semana de: 01/12 à 04/12/2020 - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out. Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Turn Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento, MonkeySwing transição para o movimento Octopus. Alunos 4º 5º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out transição para movimento Monkey Swing. Alunos 4º 5º ano.	Plano de aula 3ª semana de: 14/12 à 18/12/2020 - Fundamentos: Footwork, combinação Knee Walk movimento pós footwork. Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Sling Back movimento pós footwork. Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe , variação de movimentos curtos e longos ,pós footwork. Alunos 4º 5º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe, variação de movimento de pernas pós footwork. Alunos 4º 5º ano.
Plano de aula 2ª semana de: 07/12 à 11/12/2020 - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out Spin. Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Back Side, transição com movimento Double Legs. Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Cc, com transição para o movimento Jump Over. Alunos 4º 5º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Shoot Out e Russian Steps. Alunos 4º 5º ano.	Plano de aula 4ª semana de: 21/12 à 23/12/2020 - Fundamentos: Footwork, combinação. Floor Salsa, movimento executado pós footwork. Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação Floor Salsa com extensão para o movimento Knee Walk, movimentos pós footwork. Alunos 1º 2º 3º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Foot Slide movimento executado pós footwork. Alunos 4º 5º ano. - Fundamentos: Footwork, combinação. Legs Inside movimentos variados pós footwork. Alunos 4º 5º ano.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out.	Turma: 1º 2º 3º ano.
JUSTIFICATIVA: A execução de combinações como o Kick Out é um processo que inicia -se pós footwork levando a uma concepção que amplia o conhecimento dentro da modalidade breaking.	
OBJETIVO GERAL: Despertar a consciência da postura, que o corpo assume para manter o equilíbrio e assim realizar a combinação de pernas .	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar 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

aquecimento, alongamento, exercícios de fortalecimento, resistência e impulsão. Em seguida, aula realizada passo a passo de combinação de movimentos pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino 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 Breaking, para mais uma atividade junto com vocês. Hoje, vamos trabalhar o Kick Out que é o chute fora. Vamos trabalhar essa variação de chutes combinando Com foot work. Mas antes se dirigiam a plataforma do YouTube vou deixar o link para vocês aqui, Aula 46, aquecimento e alongamento, assistam essa aula deixe seu like, e volte para essa atividade. 2º Script- Bom pessoal, vocês já estão aquecidos alongados né, então vamos dar sequência a nossa atividade no passo a passo. Kick Out que é uma variação com chutes e também uma combinação pós footwork. Vamos iniciar da base que é o footwork, onde você sempre vai esta tentando manter a postura, mantendo o joelho sempre alto, existe uma semelhança muito grande do Kick Out e o Cc. 3º Script- Você vai começar o Kick Out da seguinte forma, estica uma perna com a mão que corresponde à perna apoiada a trás. Você, vai chutar outra perna, elevar o quadril e voltar, no Cc você senta, aqui não aqui você vai lançar as pernas nas laterais. Esse, é o kit out combinação pós Foot work, espero que vocês tenham compreendido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Simões, José Alberto de Vasconcelos (2010), *Entre a rua e a internet. Um estudo sobre o hip-hop português*, Lisboa, Imprensa de Ciências Sociais.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Turn.	Turma: 1º 2º 3º ano
JUSTIFICATIVA: Mesclar passos, junto ao footwork básico, dominá-los com postura e consciência para juntar a outros passos deixando a sessão longa.	
OBJETIVO GERAL: Executar uma combinação de movimentos, com intuito de se estender para outra variação, tornando a sessão do b.boy, b.girl mais produtiva.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Olá galera, tudo bem com vocês? Espero que vocês estejam bem se cuidando nesse período de quarentena, aqui é o professor King, professor de hip hop modalidade Breaking, venho para mais uma atividade junto com vocês. 2º Script- Hoje, vamos trabalhar uma combinação pós footwork complementando a aula passada, hoje vamos de Kick Turn. Mas antes Você dirige uma plataforma do YouTube assistam aula 46, estou deixando o link para vocês aqui assistam aula deixe seu like descansa e retorna para atividade estarei aguardando vocês. 3º Script- Iniciando da base do Six step e vamos utilizar a base do Cc, e pode também ser a do Monkey swing, dessa base vamos fazer uma troca de pernas da seguinte forma um chute e meio giro, com cada impulso que você dá você troca a perna, com apoio dos braços. A perna que estiver esticada, você vai dobrar um pouco e passar a outra e só vamos dar uma torcidinha assim certo, executa uma vez de um lado volta agora do outro.	



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

PLANO DE AULA 3

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento, MonkeySwing transição para o movimento Octopus.	Turma: 4° 5° ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar tecnicamente a combinação proposta em atividade, levando mais opções na dança do aluno.	
OBJETIVO GERAL: Levar, ao aluno consciência da postura corporal na dança, e a concepção do campo de criação.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Script- Saudações Pessoal, aqui é o professor King. Professor de hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade junto com vocês. Hoje, vamos trabalhar uma combinação em seguida uma transição Monkey Swing e também Octopus. Mas antes se dirigiam a plataforma do YouTube vou deixar o link para vocês aqui, Aula 46, aquecimento e alongamento, assistam essa aula deixe seu like, e volte para essa atividade. 2° Script- Certíssimo pessoal, já estão descansados, recuperar um fôlego de vocês. Vamos então começando pelo Six step, footwork onde vamos encaixar o Monkey swing, com uma transição do movimento Octopus, Vamos lembrar primeiro o Monkey swing. 3° Script- Vamos encaixar o Monkey swing ao Octopus, vamos sair daqui Contagem de cinco movimentos entra com joelho por baixo. Essa, foi a combinação Monkey swing com extensão para Octopus.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: VIANNA, K. <i>O corpo e possíveis formas de manifestação em movimento</i> . Educação com Arte. Série Idéias. nº. 31. São Paulo: FDE, 2004.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out transição para movimento Monkey Swing.	Turma: 4° 5° ano
JUSTIFICATIVA: Descoberta da mobilidade do corpo, com os fundamentos do footwork.	
OBJETIVO GERAL: Movimentar, redirecionar a consciência corporal do aluno, na busca da facilidade de aprendizagem a partir de estímulos diferentes.	
PROCEDIMENTOS: movimentar e redirecionar a consciência corporal. Cada corpo demonstra facilidade de aprendizagem a partir de estímulos diferentes.	
ROTEIRO VIDEOAULA: 1° Script-Saudações pessoal ! Aqui é o professor King. Professor de hip hop modalidade Break veio para mais essa atividade junto com vocês, espero que vocês estejam bem se cuidando neste período de quarentena. Hoje vamos trabalhar mais uma combinação e extensão, vamos começar com o Monkey swing e partir para o Kick out vice e versa, primeiramente vai lá na plataforma do YouTube assistam aula de aquecimento vou deixar o link para vocês, assistam deixe seu like e volte para essa 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

2° Script - Muito bem pessoal, já estão descansados com fôlego recuperado, lembrando vocês que vamos iniciar do footwork aqui debaixo, do chão porque estamos trabalhando da cintura para baixo. Então vamos direto ao ponto começando do six steps.

3° Script - Primeiramente o Kick Out pois ele dá uma possibilidade de você fazer a troca para o Monkey swing com mais tranquilidade, agilidade, dinâmica, velocidade fica bem mais fácil.

Você, vai somente esse cara sua perna um pouco, o braço do mesmo lado da perna apoiado no chão, e a perna que está menos esticada você vai tirar do chão como se você fosse bater de chaleira, troca, depois troca e troca esse é o Kick Out.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: *O corpo e possíveis formas de manifestação em movimento.*

Educação com Arte. Série Idéias. nº. 31. São Paulo: FDE, 2004.

VIANNA, K. *A dança*. São Paulo: Siciliano, 1990.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out Spin.	Turma: 1°2°3° ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar sincronia, noção de espaço, equilíbrio e agilidade, de um movimento a outro.	
OBJETIVO GERAL: Explorar, diversas possibilidades que o corpo, em movimento, tecnicamente alcançam, e aplicar repetidas vezes a combinação com variação.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1° Script- Olá pessoal! Aqui é o professor King, professor de hip hop modalidade Breaking, venho para mais essa atividade junto com vocês, espero que vocês estejam se cuidando tomando medidas cabíveis neste período de quarentena para segurança de vocês. 2° Script- Hoje vamos trabalhar, o Kick Out Spin, um chute lateral seguido de um giro Isso combinado depois do footwork, vou pedir para vocês que antes se direcionem a plataforma do YouTube aula 46, aquecimento e alongamento. Tô deixando o link para vocês aqui, assistam deixe seu like descanse em e volte para essa atividade estarei aguardando vocês. 3° Script- Muito bom, vamos lá então pessoal para nossa combinação e logo em seguida transição no passo a passo. Com a perna só um pouco esticada e o peso em cima do seu calcanhar vamos sair no six steps no front de frente sai a perna para a lateral uma vez, de um lado e depois do outro. Espero que vocês tenham compreendido entendido esse movimento, coloca em prática em cima da dança de vocês vai aprimorando para ficar bem legal, fica em paz e até a próxima.	
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 6

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento BackSide, transição com movimento Double Legs.	Turma: 1°2°3° ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma sequência com novas combinações de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Levar, o corpo a explorar espaço, direção usando elasticidade, coordenação dos movimentos para entrelaçar as pernas.	



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: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Olá pessoal! Aqui é o professor King, professor de hip hop modalidade Breaking, venho para mais essa atividade junto com vocês, espero que vocês estejam se cuidando tomando medidas cabíveis neste período de quarentena para segurança de vocês.
2º Script- Hoje vamos trabalhar, o Backside, em seguida vamos trabalhar uma transição do backside que se chama Double Legs combinado depois do footwork, vou pedir para vocês que antes se direcionem a plataforma do YouTube aula 46, aquecimento e alongamento. Tô deixando o link para vocês aqui, assistam deixe seu like descanse em e volte para essa atividade.
3º Script- Certíssimo galera, bora lá então prontos para o passo a passo para o backside e depois o Double Legs, Como se trata de um movimento de solo vamos começar de baixo beleza, primeiramente do footwork sai no front step e pará, vai ser sempre nessa finalização de frente que vamos combinar o movimento. Tanto você sentando na perna esquerda ou na direita esticando a outra, você vai trazer lá para trás chegando a olhar a ponta do seu pé o outro lado também a mesma coisa. Lembrando pessoal, para essa atividade é aconselhável usar joelheira ou algo que proteja seu joelho. Esse, foi o BackSide com transmissão para o Double Legs

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

PLANO DE AULA 7

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Cc, com transição para o movimento Jump Over.

Turma: 4º/5º ano

JUSTIFICATIVA: Agregar novos movimentos, como mais opções na execução de combinações pós footwork.

OBJETIVO GERAL: Desenvolver, raciocínio físico no momento da ação e marcação dos movimentos de combinação e extensão.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino 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 Breaking. Venho para mais essa atividade junto com vocês.
Pessoal hoje vamos trabalhar fundamentos footwork, combinação chamada Cc, transição para outro movimento chamado Jump over, são movimentos simples espaço espero que vocês compreendam, entendam e coloca em prática. Mas antes vamos nos direcionar para plataforma do YouTube aula 47, fortalecimento, resistência e impulsão deixe seu like nessa aula e volta para essa atividade.
2º Script- Bora lá pessoal, se é footwork então vamos descer, vamos trabalhar o Cc movimento já passado para vocês. Então, nessa posição você senta em cima da sua perna e mantenha a outra um pouco só flexionada, você desloca os seus braços no sentido da perna que está esticada a partir do momento que você tocou o chão com as mãos, desloca a perna que está dobrada.



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

3° Script- A, vantagem que o Jump over dá para você trabalhar da base do Cc você começa sentado, uma mão vai servir de apoio a outra não. Você começa elevando o corpo a perna que você está sentado você vai tirar e trocar vai-volta beleza ! Vamos lá mais uma vez.
Espero que vocês tenham entendido, coloque em prática em cima da dança de vocês e se divirta se cuida e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Documentário: The Freshest Kids legendado. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=IKb1vszkeC8>. Acesso em: 05/12/2020

PLANO DE AULA 8

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Shoot Out e Russian Steps.	Turma: 4°5° ano
JUSTIFICATIVA: Construir uma série de passos, ligando um ao outro numa dinâmica rítmica gerando uma performance com mais tempo e passos combinados.	
OBJETIVO GERAL: Concentração, a precisão, o controle muscular e respiratório e como foco o fortalecimento da musculatura, das pernas, braços e o equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 1°Script- Saudações pessoal ! Aqui é o professor King, Professor de hip hop modalidade Breaking. Venho para mais essa atividade junto com vocês . Pessoal hoje vamos trabalhar fundamentos footwork ,combinação chamada Shoot Out transição para outro movimento chamado Russian Steps, são movimentos simples e superfáceis espero que vocês compreendam, entendam e coloca em prática. Mas antes vamos nos direcionar para plataforma do YouTube aula 46, aquecimento e alongamento ,deixe seu like nessa aula e volta para essa atividade. 2°Script- Bora lá pessoal, para o nosso passo a passo ,vamos trabalhar o shoot out primeiro, Já passei para vocês em ocasiões anteriores, em seguida vou passar Russian Steps. Espero que vocês gostem dessa atividade e coloque em prática em cima da dança de vocês. 3° Script- Pessoal, para executar o shoot out você tem que trabalhar em cima desta base, o corpo um pouco deslocado para lateral, coloque a mão atrás na linha do seu calcanhar é do seu ombro com as pernas juntas você vai deslocar primeiro para as laterais uma vez calado você vai lançar as pernas para um lado e para o outro esse é o shoot out.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 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 9

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação . Knee Walk movimento pós footwork.	Turma: 1°2°3° ano
JUSTIFICATIVA: Associar, novos movimentos ao footwork do dançarino, explorando criatividade, e construção de mais combinações em sua sessão.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar todos os músculos inferiores, e principalmente os superiores que contribui para que o corpo execute a ação com maior força e controle.	



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: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEO AULA: 1º Script- Olá, Pessoal Saudações pessoais ! Aqui é o professor King, Professor de hip hop modalidade Breaking. Venho para mais essa atividade junto com vocês alunos do 1º, 2º e 3º ano.

Pessoal, hoje vamos trabalhar fundamentos footwork, combinação chamada Knee Walk. Mas antes vamos nos direcionar para a plataforma do YouTube aula 46, aquecimento e alongamento, deixe seu like nessa aula e volte para essa atividade.

2º Script- Muito bem pessoal, já estão aquecidos e prontos para atividade vamos começar com a primeira passada do six steps, vamos fazer contado para você poder entender o ponto onde se faz a combinação. Então, no terceiro passo é onde você vai entrar no Knee Walk, como o nome já diz Knee é joelho, então no terceiro passo você vai encostar o seu joelho no chão.

3º Script- Nesta variação você não vai entrar no terceiro passo você vai entrar no quarto passo, agora vamos fazer com música.

Esse é o Knee Walk espero que vocês tenham gostado dessa combinação, acrescente a dança de vocês e bora treinar um abraço e fica em paz.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 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 10

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação Sling Back movimento pós footwork.	Turma: 1º 2º 3º ano
JUSTIFICATIVA: Levar o aluno a novas experiências na construção e execução de movimentos desconhecidos a partir do footwork.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a disponibilidade corporal do aluno, para cada movimento proposto, na metodologia do passo a passo, gerando uma combinação de movimentos.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 1º Script- Olá, Pessoal Saudações pessoais ! Aqui é o professor King, Professor de hip hop modalidade Breaking. Venho para mais essa atividade junto com vocês alunos do 1º, 2º e 3º ano. Espero que vocês estejam bem se cuidando, espero que vocês estejam curtindo nossas aulas. Pessoal, hoje vamos trabalhar footwork, combinação mais uma aula da série de fundamentos do footwork, hoje vamos de Slingback. Mas antes vamos nos direcionar para a plataforma do YouTube aula 46, aquecimento e alongamento, deixe seu like nessa aula e volte para essa atividade. 2º Script- Muito bem pessoal, já estão aquecidos e prontos para atividade vamos começar.	



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, six steps são seis passos, então vamos trabalhar até o terceiro passo, então no terceiro passo vamos sentar o joelho em cima do tornozelo, no terceiro passo você vai colocar o joelho no tornozelo nesta base traz a perna e cola no tornozelo traz a outra perna e cola no tornozelo esse é o Sling. 3ºScript- Já fizemos o Sling, agora vamos fazer o Back , que é o giro ou a volta, como você já estará na base do Sling você só vai jogar o quadril assim que você entrar, com apoio das mãos você vai girar sem tocar o pé no chão troca cola e gira para o outro lado você pode está esticando a perna para finalizar.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CLARETIANO, *Material didático do curso de Graduação Artes, Dança para educadores*, 2013. Unidade 1, pag 42.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe, variação de movimentos curtos e longos ,pós footwork.	Turma: 4º5º ano
JUSTIFICATIVA: Incluir, movimentos de força corporal, agregando ao footwork em forma de combinação .	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar impulsão, lateralidade, fortalecimento, coordenação motora, noção de espaço, equilíbrio raciocínio rápido.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: 1ºScript- Olá, Pessoal Saudações pessoal ! Aqui é o professor King, Professor de hip hop Modalidade Breaking. Venho para mais essa atividade junto com vocês alunos do 4º e 5º ano. Espero que vocês estejam bem se cuidando neste período de quarentena. Pessoal, vamos dar continuidade com nossa sequência de aulas, fundamentos do footwork. Vamos trabalhar numa combinação chamada swipe. Mas antes vamos nos direcionar para a plataforma do YouTube aula 47, fortalecimento ,resistência e impulsão ,deixe seu like nessa aula e volte para essa atividade. 2ºScript- Muito bem meus amigos, da sequência com mais uma combinação, swipe curta e longa distância. Lembrando como é Six Steps trabalha da cintura para baixo, vamos começar com a contagem no passo a passo e vamos encaixar o movimento de forma simples usando a impulsão com o seu próprio chute. 3ºScript- Desta base, você vai deslocar o peso para perna da frente transferindo o peso de uma perna para outra, a partir daí é que você vai entrar a perna que está em pé você dá uma esticada ela, traz ela para passar por baixo da outra você coloca as suas duas mãos juntas sustentando seu corpo para você por baixo, lembrando que esse movimento é semelhante ao helicóptero.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CLARETIANO, <i>Material didático do curso de Graduação Artes, Dança para educadores</i> , 2013. Unidade 1, pag 42.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe, variação de movimento de pernas pós footwork.	Turma: 4º5º ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar, de formas diferente, como variar de pernas em movimento .	



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: Focar no equilíbrio, resistência, impulsão, coordenação motora senso de direção, lateralidade e concentração.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VIDEOAULA: 1º Script- Olá, Pessoal ! Aqui é o professor King, Professor de hip hop Modalidade Breaking. Venho para mais essa atividade junto com vocês alunos do 4º e 5º ano. Espero que vocês estejam bem se cuidando neste período de quarentena.

Pessoal, vamos dar continuidade com nossa sequência de aulas, fundamentos do footwork. Vamos trabalhar numa combinação chamada swipe, com combinação e vamos variar. Mas antes vamos nos direcionar para a plataforma do YouTube aula 47, fortalecimento, resistência e impulsão, deixe seu like nessa aula e volte para essa atividade.

2º Script- Estamos de volta para a atividade, em se tratando de uma combinação pós footwork vamos usar como base o movimento já passado com vocês que o helicóptero ele vai te dar o gale o impulso que você vai precisar.

3º Script- O, swipe é nessa posição, você vai jogar seu umbigo lá em cima no céu, você torce tronco, tenta encostar a outra mão na que está no chão se a mão não me encostar não tem problema ela chegando mais perto possível já está bom, você vai voltar sem deixar a cintura cair torcendo tronco para o outro lado você vai se acostumando e a troca vai se tornando mais rápido.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RIBEIRO, Silva Regina. Atividades rítmicas e expressivas: a dança na educação física. Pag. 245 Curitiba: Intersaberes, 2019.

PLANO DE AULA 13

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Floor Salsa, movimento executado pós footwork.	Turma: 1º 2º 3º ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a salsa rock, que é uma variação do top rock, mais no chão conhecido como a salsa steps que é uma combinação pós footwork.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar, espaço, peso, e equilíbrio, buscando facilidade para permanecer e dominar as bases propostas para essa combinação.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VIDEOAULA: 1º Script- Saudações Pessoal ! Aqui é o professor King, professor de Hip Hop Modalidade Breaking. Venho para mais uma atividade junto com vocês alunos do primeiro, segundo e terceiro ano, espero que vocês estejam se cuidando tomando as medidas cabíveis para segurança de vocês e de seus familiares. Continuando a nossa série, footwork fundamentos vou apresentar para vocês uma combinação depois do footwork chamado Floor Salsa, mas antes se dirija a plataforma do YouTube assista a aula 46,	



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

aquecimento e alongamento vou deixar o link para vocês aqui assista deixe seu like descansa recupera o seu fôlego e volta para essa atividade e vou estar aguardando vocês aqui.

2° Script- Certíssimo pessoal, estamos de volta, vamos usar para nossa combinação Floor Salsa, vamos começar contando os passos do footwork vocês me acompanhe 1, 2, 3 beleza essa posição se vocês repararam temos usado muito em nossas aulas.

Nessa posição você vai entrar uma perna logo em seguida entrar na outra perna aí você vai sucessivamente alternando as pernas utilizando o balanço do quadril a cada troca.

3° Script- Vamos juntar agora os passos da salsa com uma caminhada, apoiando o joelho a cada volta, esse é o Floor Salsa espero que vocês tenham gostado coloca em cima da dança de vocês, se divertam e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: RIBEIRO, Silva Regina. Atividades rítmicas e expressivas: a dança na educação física. Pag. 245 Curitiba: Intersaberes, 2019.

PLANO DE AULA 14

TEMA: Floor Salsa com extensão para o movimento Knee Walk, movimentos pós footwork.

Turma: 1°2°3° ano

JUSTIFICATIVA: Conduzir os movimentos do break, associado a outros depois da execução do footwork.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar espaço, peso, fluxo das pernas e equilíbrio, buscando facilidade para permanecer e dominar as bases propostas para combinação e variação.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork.

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

ROTEIRO VÍDEO AULA: 1° Script- É, isso aí galera! Aqui é o professor King, professor de hip hop modalidade Breaking, venho para mais uma atividade junto com vocês, alunos do primeiro, segundo e terceiro ano. Continuando aqui a nossa série de fundamentos footwork combinação, vamos hoje complementar a aula passada. Vamos trabalhar hoje o Floor Salsa como combinação e Knee Walk como extensão. Mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assista uma aula 46, aquecimento e alongamento vou deixar o link para vocês aqui, assista lá aquecer o seu corpo não esquece de deixar o seu like e volta para essa atividade.

2° Script- Vamos executar Os Três Passos, no terceiro passo você já vai entrar se lembre que chegando nos três passos você estará atrás com as duas pernas e uma vai sair, passando à frente a outra vem em seguida você vai entrar e sair.

3° Script- Cruzando as pernas em forma de giro, vamos encaixar o Knee Walk, no terceiro passo você já estará na base, vamos dar quatro passos no quinto vamos descer o joelho o outro vai vir logo em seguida junto, agora você vai sair, de novo entra com o joelho e sai de novo.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MORANDI, Marcia Strazzacappa Carla, Entre a arte e a docência: a formação do artista da dança. Campinas. Papyrus, 2ª ed, 2011

PLANO DE AULA 15

TEMA: Fundamentos: Footwork, combinação. Foot Slide movimento executado pós footwork.

Turma: 4°5° 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: Ampliar a sessão, com uma combinação movimentos, associando ao footwork .
OBJETIVO GERAL: Combinar movimentos, gerando uma sessão mais extensa trabalhando agilidade, concentração, equilíbrio, força senso de direção, lateralidade e agilidade.
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.
ROTEIRO VIDEOAULA: 1º Script-Saudações pessoal! Aqui é o professor King, professor de hip hop modalidade Breaking, venho para mais uma atividade junto com vocês, alunos do 4º e 5º ano. Espero que vocês estejam bem, se cuidando neste período de quarentena. Hoje vamos dar continuidade e nossas sessões de footwork, vamos de fundamento footwork. E hoje vamos trabalhar com uma combinação muito interessante chamada footslide. .Mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assista uma aula 47, fortalecimento, resistência e impulsão, vou deixar o link para vocês aqui, não esqueça de deixar o seu like e voltar para essa atividade. 2º Script- Hoje, vamos trabalhar fundamentos do footwork com uma combinação chamada Foot slide. Espero que vocês compreendam e coloquem em prática em cima da dança de vocês Vamos começar primeiro do six steps, executar e parar de frente ou front que vou explicar como entrar no footslide lembrando que no sexto passo você sempre abre a perna para lateral. 3º Cipós-cruz, a perna no Hook, eu abri e vou direcionar a outra perna no sentido da perna que está esticada, mas primeiramente vou trocar o braço observe, o braço vai na frente e atrás aí eu vou chutar, entrar, vamos lá mais uma vez saindo do footwork cruza abre a perna, chuta para trás troca os braços e entra, e se eu foot slide. Espero que vocês tenham gostado e compreendido, coloca em prática em cima da dança de vocês, não esquece de curtir, compartilhar essas aulas, se cuida e até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MORANDO, Marcia Strazzacappa Carla, Entre a arte e a docência : a formação do artista da dança. Campinas. Papyrus, 2ª ed, 2011

PLANO DE AULA 16

TEMA: Fundamentos; Footwork, combinação. LegsInside movimentos variados pós footwork.	Turma: 4º5º ano
JUSTIFICATIVA: Conduzir os alunos a transformar as experiências corporais desenvolvidas em aula em dança.	
OBJETIVO GERAL: Levar, o aluno a compreender as formas de combinação depois do footwork. Fazendo uma composição dos movimentos e suas junções, construindo uma sequência futura.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo 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 pós execução do footwork. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação.Figurino Tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VIDEOAULA: 1º Script-Saudações pessoal! Aqui é o professor King, professor de hip hop modalidade Breaking, venho para mais uma atividade junto com vocês, alunos do 4º e 5º ano. Espero que vocês estejam bem, se cuidando neste período de quarentena. Pessoal, hoje vamos dar continuidade e nossas sessões de footwork, vamos de fundamento footwork. E hoje vamos trabalhar com uma combinação muito interessante. Mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assista	



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

uma aula 47, fortalecimento, resistência e impulsão, vou deixar o link para vocês aqui, não esqueça de deixar o seu like e voltar para essa atividade.

2° Script- Hoje, vamos trabalhar uma combinação que vai exigir um pouco de força, é o Legs Inside. Se, lembram da aula passada onde eu expliquei para vocês o footslide, que é essa base, de onde você lança a perna e o braço do lado da perna que está esticada, virando o corpo ao mesmo tempo.

3° Script- A, hora que você tocar o joelho, você já traz a outra perna e Estica para trás, aí você vai puxar as pernas para passar entre os seus braços, vamos lá mais uma vez.

Estica, a perna ok! A mão vai atrás, a outra companhia também, a perna sai, toca o joelho, traz a outra perna estica, puxa as pernas por dentro dos braços e estica novamente.

Essa é a combinação da aula passada junto com a aula de hoje.

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor : Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça

Oficina: Hip-Hop Modalidade Breaking

Semana de: 01/12 à 04/12/2020

Carga horária semanal: 64 horas

Carga horária total: 16 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

TERÇA-FEIRA
01/12/2020

- Pesquisa e planejamento das aulas da semana, fundamentos do footwork, movimentos para combinação e variação.
- Preparação de playlist
- Gravação da videoaula **Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out**, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.

QUARTA-FEIRA
02/12/2020

- Reunião pedagógica pelo Google Meet
- Preparação de playlist
- Gravação da videoaula **Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Turn**, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.

QUINTA-FEIRA
03/12/2020

- Entrega de material impresso (apostilas) e realização da 2ª Pesquisa de satisfação na ECO
- Preparação de playlist
- Gravação da videoaula **Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento, MonkeySwing transição para o movimento Octopus**, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.

SEXTA-FEIRA
04/12/2020

- Treino de combinação, com movimento Kick Out (chute fora).
- Preparação de playlist
- Gravação da videoaula **Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out transição para movimento Monkey Swing**, regulagem do som, regulagem do tripé 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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor : Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip-Hop Modalidade Breaking	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 64 horas	Carga horária total: 16 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, fundamentos do footwork, movimentos pra combinação e variação. • Gravação da videoaula Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out Spin, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	• Treino de combinação, com movimento Cc. • Preparação de playlist Gravação da videoaula Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Back Side, transição com movimento Double Legs.
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, fundamentos do footwork, movimentos pra combinação e variação. Gravação da videoaula Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Cc, com transição para o movimento Jump Over.
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	• Treino de combinação, com movimento Shoot Out (tiro fora). • Preparação de playlist • Gravação da videoaula Footwork, combinação. Movimento Shoot Out e Russian Steps, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor : Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip-Hop Modalidade Breaking	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 64 horas	Carga horária total: 16 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, fundamentos do footwork, movimentos pra combinação e variação. • Preparação de playlist • Gravação da videoaula Fundamentos: Footwork, combinação Knee Walk movimento pós footwork, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	• Reunião pedagógica pelo Google Meet. • Preparação de playlist. • Gravação da vídeoaula Fundamentos: Footwork, combinação. Sling Back movimento pós footwork, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	• Treino de combinação, com movimento Swipe • Preparação de playlist



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

	Gravação da videoaula Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe, variação de movimentos curtos e longos, pós footwork, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	- Treino de combinação, com movimento Floor Salsa(salsa de chão). - Alunos 1° 2° 3°ano. - Preparação de playlist - Gravação da videoaula Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe, variação de movimento de pernas pós footwork, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor : **Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça**

Oficina: Hip-Hop Modalidade Breaking

Semana de: **21/12 à 25/12/2020**

Carga horária semanal: **64 horas**

Carga horária total: **16 horas**

	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	- Treino de combinação, com movimento Floor Salsa(salsa de chão). - Treino de variação, com movimento Knee Walk(caminhada de joelhos). - Alunos 1° 2° 3° ano. - Preparação de playlist - Gravação das videoaulas: -Fundamentos: Footwork, combinação. Floor Salsa, movimento executado pós footwork -Fundamentos: Footwork, combinação Floor Salsa com extensão para o movimento Knee Walk, movimentos pós footwork
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	- Reunião pedagógica pelo Google Meet. - Preparação de playlist. - Gravação da videoaula Fundamentos: Footwork, combinação. Foot Slide movimento executado pós footwork, regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	- Preparação de playlist. - Gravação da videoaula Fundamentos; Footwork, combinação. Legs Inside movimentos variados pós footwork - Regulagem do som, regulagem do tripé para filmagem.
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor : Reinaldo Luis Oliveira Doho		Carga horária semanal:16 horas	
Daniel Ferraça			
Oficina: HIP- HOP MODALIDADE BREAKING		Carga horária mensal: 64 horas	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 102: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out. Alunos 1º 2º 3º ano.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/YdOvQHZmtYs	
YouTube		Visualização: 6	Curtida: 2
Facebook UNIÃO BRASIL		Visualização: 8	Curtida: 8
Facebook PROJETO COMPARTILHAR		Visualização: 5	Curtida: 2
Instagram		Visualização:6	Curtida:8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25		TOTAL DE CURTIDAS:20	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 103: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Turn Alunos 1º 2º 3º ano.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/AMk_B4wYegk	
YouTube		Visualização: 6	Curtida: 2
Facebook UNIÃO BRASIL		Visualização: 9	Curtida: 9
Facebook PROJETO COMPARTILHAR		Visualização: 6	Curtida: 3
Instagram		Visualização: 7	Curtida:10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:28		TOTAL DE CURTIDAS:24	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº104: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento, MonkeySwing transição para o movimento Octopus. Alunos 4º 5º ano.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/cUqBE1uZBgS	
YouTube		Visualização: 6	Curtida: 2
Facebook UNIÃO BRASIL		Visualização: 8	Curtida: 5
Facebook PROJETO COMPARTILHAR		Visualização: 7	Curtida: 4
Instagram		Visualização: 6	Curtida:9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:27		TOTAL DE CURTIDAS:20	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 105: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out transição para movimento Monkey Swing. Alunos 4º 5º ano.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Cv89Zpxa6uY	
YouTube		Visualização: 5	Curtida: 2
Facebook UNIÃO BRASIL		Visualização: 7	Curtida: 5
Facebook PROJETO COMPARTILHAR		Visualização: 5	Curtida: 2



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: 8	Curtida:10	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25		TOTAL DE CURTIDAS:19		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 106: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Kick Out Spin. Alunos 1º2º3º ano.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/LcL_6fYtIY		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 8	Curtida:10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:27		TOTAL DE CURTIDAS:29		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 107: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Back Side, transição com movimento Double Legs. Alunos 1º2º3ºano.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/9mmfqi9ptXg		
		YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 11	Curtida:11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:30		TOTAL DE CURTIDAS:20		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 108: Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Cc, com transição para o movimento Jump Over. Alunos 4º5ºano.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/JMQR9I7EOT8		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida:4
		Instagram	Visualização: 11	Curtida:11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:30		TOTAL DE CURTIDAS:21		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 109:Fundamentos: Footwork, combinação. Movimento Shoot Out e Russian Steps. Alunos 4º5º ano.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/rconv3uWBKQ		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 4
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 9	Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 8	Curtida:10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:32		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 nº110 : Fundamentos: Footwork, combinação Knee Walk movimento pós footwork. Alunos 1º2º3º ano.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/J5CKSSjo1VM	
	YouTube	Visualização: 5 Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8 Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3 Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 20 Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 21
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº111 : Fundamentos: Footwork, combinação. Sling Back movimento pós footwork. Alunos 1º2º3º ano.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/Q6ISZsj_9bs	
	YouTube	Visualização: 5 Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8 Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 2 Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 2 Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 20
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 112: Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe, variação de movimentos curtos e longos, pós footwork. Alunos 4º5º ano.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/-eKnfFE8SqE	
	YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9 Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 3 Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 8 Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 19
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 113: Fundamentos: Footwork, combinação. Swipe, variação de movimento de pernas pós footwork. Alunos 4º5º ano.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/TJHI9WF15Fs	
	YouTube	Visualização: 4 Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8 Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5 Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 8 Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 19
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 114: Fundamentos: Footwork, combinação. Floor Salsa, movimento executado pós footwork. Alunos 1º2º3º ano.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/_VkTI0G7DeA	



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

	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 115: Fundamentos: Footwork, combinação Floor Salsa com extensão para o movimento Knee Walk, movimentos pós footwork. Alunos 1º 2º 3º ano.		
	Link do vídeo: https://youtu.be/cJQEsKRlojA		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 5
Instagram	Visualização: 5	Curtida: 8	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 116: Fundamentos: Footwork, combinação. Foot Slide movimento executado pós footwork. Alunos 4º 5º ano.		
	Link do vídeo: https://youtu.be/laxPOcYfz2U		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 4
Instagram	Visualização: 8	Curtida: 8	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>	Aula nº 117: Fundamentos; Footwork, combinação. Legs Inside movimentos variados pós footwork. Alunos 4º 5º ano.		
	Link do vídeo: https://youtu.be/T4ec0i_zzRU		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 9	Curtida: 4
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 4
Instagram	Visualização: 7	Curtida: 9	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 421			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 324			

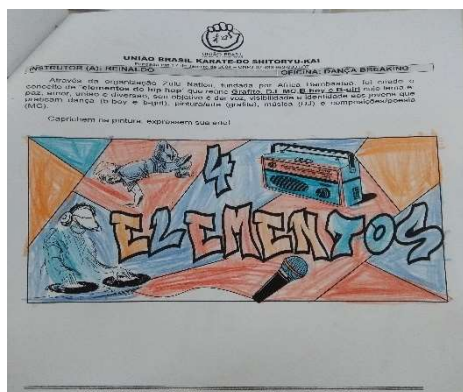
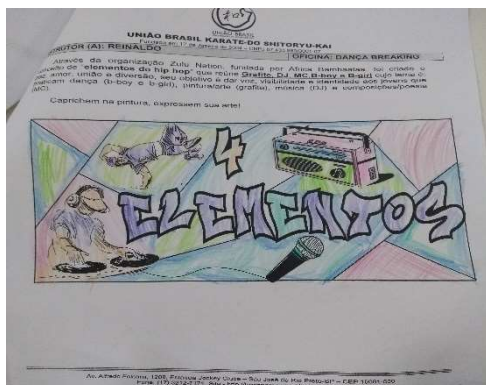


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

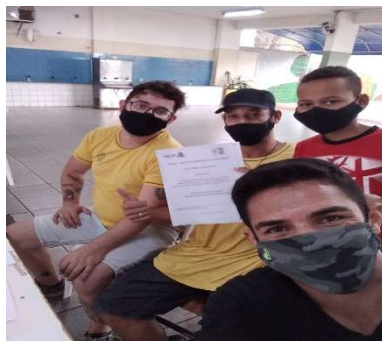
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

RETORNO DOS ALUNOS



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 03/12 - 04/12- Escola de Competências Deputado "Roberto Rollemberg"





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 3º semana de: 01/12 à 04/12/2020 • Equilíbrio dinâmico 1 • Equilíbrio dinâmico 2 • Exercício de coordenação 1 • Exercício de coordenação 2	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 • Educativos para melhorar o tempo de reação • Educativo de movimentação com cone 1 • Educativo de movimentação com cone 2 • Movimentação com ritmo em V no fundo de quadra,
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 • Exercício de movimentação com passo cruzado 1 • Exercício de movimentação com passo cruzado 2 • Exercício de movimentação com passo cruzado 3 • Movimentação com passo cruzado com batida Forehand	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23 /12/2020 • Revisão de fundamentos 1 • Revisão de fundamentos 2 • Tipos de Materiais de Badminton. • Movimentação em X com ritmo.

PLANO DE AULA 1

• TEMA: Equilíbrio dinâmico 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação motora fina Membro dominante	
OBJETIVO GERAL: conscientizar os alunos e passar exercícios de equilíbrio e consciência corporal	
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 Equilíbrio dinâmico 1 , é usado o tempo todo durante um jogo, o Victor irá fazer os exercícios para que vocês possam entender. No exercício 1º ele vai ficar somente com uma perna no quadrante e saltar no quadrado que eu falar para ele, no 2º exercício ele fazer o mesmo exercício com a outra perna, no 3º exercício ele irá saltar alternando as pernas nos quadrados. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
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	



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: Equilíbrio dinâmico 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação motora de membros inferiores e equilíbrio.	
OBJETIVO GERAL: conscientizar os alunos sobre importância do equilíbrio dinâmico no jogo.	
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 Equilíbrio dinâmico 2 , é usado o tempo todo durante um jogo, o Victor irá fazer os exercícios para que vocês possam entender. No exercício 1º ele vai ficar somente com uma perna no quadrante e devera derrubar uma peteca de cada vez no quadrado sentido horário, no 2º exercício ele fazer o mesmo exercício com a outra perna, no 3º exercício ele irá somente empurrar uma peteca por vez com uma das pernas no sentido horário e retornara com outra perna para o mesmo exercício. Valeu crianças curta, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
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: Exercício de coordenação 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação de membros inferiores	
OBJETIVO GERAL: trabalhar coordenação de membros inferiores e agilidade.	
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 Exercício de coordenação 1 . No exercício 1º o Victor vai entrar e sair dentro de cada quadrado no sentido anti-horário e horário, no 2º exercício o Victor vai fazer a amarelinha nos quadrados, no 3º exercício ele vai entrar no quadrado e abrir as pernas na lateral. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
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: Exercício de coordenação 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação de membros inferiores e a lateralidade	
OBJETIVO GERAL: desenvolver e aprimorar a concentração e conscientização corporal e lateralidade	
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 Exercício de coordenação 2 . No exercício 1º o Victor vai realizar o skip lateral dentro de cada quadrado, no 2º exercício o Victor vai fazer skip nos quadrados no sentido horário e anti-horário, no 3º exercício ele vai fazer compasso nos quadrado atacando com a perna esquerda primeiro anti-horário, já no 4º exercício ele irá fazer o mesmo exercício anterior atacando com a perna direita no sentido horário. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=QZIFEJecKLI	

PLANO DE AULA 5

• TEMA: Exercício de movimentação com passo cruzado 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar a coordenação de pernas e agilidade	
OBJETIVO GERAL: trabalhar coordenação de pernas, agilidade, tempo de reação e senso de direção.	
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 outra maneira de movimentação em quadra que é o passo cruzado 1 . No 1º primeiro exercício o Victor ira deslocar para o canto da rede para seu lado direito em Forehand com passo cruzado pegar uma peteca por vez e retornar ao centro de quadra em Chassê e colocar a peteca no centro de quadra, no 2º exercício ele retornara as petecas no mesmo lugar com passo cruzado, no 3º exercício faz o passo cruzado só que na lateral buscando as petecas e depois voltando às mesmo no local, no 4º exercício faz os mesmo procedimentos anteriores no fundo de quadra. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=ymsM3wzppdc&list=PL1132B45B30FD92D3&index=3 https://www.youtube.com/watch?v=O0Sm-8r8Jnw&list=PL1132B45B30FD92D3&index=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

PLANO DE AULA 6

• TEMA: Exercício de movimentação com passo cruzado 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar o senso de lateralidade e direção, coordenação de pernas.	
OBJETIVO GERAL: trabalhar coordenação de pernas, agilidade, tempo de reação e senso de direção e lateralidade	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site 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 uma segunda maneira de movimentação em quadra que é o passo cruzado 2 . No 1º primeiro exercício o Victor ira deslocar para o canto da rede para seu lado esquerdo em backhand com passo cruzado pegar uma peteca por vez e retornar ao centro de quadra em Chassê e colocar a peteca no centro de quadra, no 2º exercício ele retornara as petecas no mesmo lugar com passo cruzado, no 3º exercício faz o passo cruzado só que na lateral buscando e depois voltando às petecas no local, no 4º exercício faz os mesmos procedimentos anteriores no fundo de quadra. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/channel/UCUVuQcMBzVwTKSzie07lpXw	

PLANO DE AULA 7

• TEMA: Exercício de movimentação com passo cruzado 3	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar o senso de lateralidade e direção, coordenação de pernas.	
OBJETIVO GERAL: trabalhar coordenação de pernas, agilidade, tempo de reação e senso de direção e lateralidade.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site 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 uma segunda maneira de movimentação em quadra que é o passo cruzado 2 . No 1º primeiro exercício o Victor ira deslocar para o canto da rede para seu lado esquerdo em backhand com passo cruzado e fazer a batida na peteca e retornar ao centro de quadra em Chassê, no 2º exercício ele deverá fazer a batida na lateral com passo cruzado, no 3º exercício fazer os mesmos procedimentos anteriores porem no fundo de quadra. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=3jdE-21Zf8U&list=PL1132B45B30FD92D3&index=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

PLANO DE AULA 8

• TEMA: Movimentação com passo cruzado com batida Forehand	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar o senso de lateralidade e direção, coordenação de pernas.	
OBJETIVO GERAL: trabalhar coordenação de pernas, agilidade, tempo de reação e senso de direção e lateralidade.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dada nesta aula no site 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 uma terceira maneira de movimentação em quadra que é o passo cruzado 3 . No 1º primeiro exercício o Victor ira deslocar-se para o canto da rede a sua frente para seu lado direito em Forehand com passo cruzado fazendo a batida no pompom e retornar ao centro de quadra em Chassê, no 2º exercício ele irá fazer o passo cruzado só que na lateral do seu lado direito, no 3º exercício irá repetir os mesmos procedimentos anteriores para o fundo de quadra no seu lado direito. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=ymsM3wzppdc&list=PL1132B45B30FD92D3&index=3 https://www.youtube.com/watch?v=O0Sm-8r8Jnw&list=PL1132B45B30FD92D3&index=6	

PLANO DE AULA 9

• TEMA: Educativos para melhorar o tempo de reação	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar o tempo de reação	
OBJETIVO GERAL: trabalhar o tempo de reação, consciência corporal e controle motor.	
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 devera pegar as petecas nos cones conforme o professor for apontar para ele, no 2º exercício o Victor ele deverá colocar as petecas nos cones onde o professor direcionar, no 3º exercício o Victor devera tocar com a mão dominante nas bolinhas de papel que o professor jogar no alto, 4º exercício o professor ira posicionar a frente do Victor e tentar acertar ele com as bolinhas de papel porem ele terá que se esquivar das bolinhas para não acertar ele. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=Qk9QQyOT8Sw	

PLANO DE AULA 10

• TEMA: Educativo de movimentação com cone 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação e lateralidade	
OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal na frente de rede, lateral e fundo de quadra.	



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: 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 **Educativo de movimentação com cone 1**. No 1º exercício o Victor irá fazer movimentação para o seu lado esquerdo na frente de rede e tocar o cone, retornar ao centro de quadra e derrubar a peteca no canto da rede do seu lado direito em forehand, no 2º exercício eu irei fazer os mesmos movimento que fez anteriormente agora na lateral, no 3º exercício o Victor irá fazer a mesma movimentação no fundo quadra e por último ele deverá fazer os mesmo procedimentos no lado esquerdo em backhand.

Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!

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 11

• TEMA: Educativo de movimentação com cone 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, lateral 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 Educativo de movimentação com cone 2 . No 1º exercício o Victor irá fazer movimentação para o seu lado esquerdo na frente de rede bater na peteca retornar ao centro de quadra e tocar no cone do seu lado direito em forehand, no 2º exercício eu irei fazer os mesmos movimento que foi feito anteriormente agora na lateral, no 3º exercício o Victor fazer irá fazer a mesma movimentação no fundo quadra e por último ele deverá fazer os mesmo procedimentos anteriores todos do seu lado esquerdo em backhand. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
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 com ritmo em *V*no fundo de quadra	Turma: 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar coordenação e noção espaço temporal	
OBJETIVO GERAL: melhor e aprimorar a coordenação e noção espaço temporal no fundo de quadra.	



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: 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 **Movimentação com ritmo em *V*no fundo de quadra**. No 1º exercício o Victor vai fazer a movimentação com ritmo para o fundo de quadra no seu lado direito primeiro, retorna ao centro de quadra se desloca para o fundo de quadra do seu lado esquerdo, no 2º exercício o Victor faz a mesma movimentação anterior porém agora com batida na peteca.

Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!

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 13

TEMA: Revisão de fundamentos 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: relembrar e aprimorar os conhecimentos	
OBJETIVO GERAL: relembrar os fundamentos básicos e aprimorar os conhecimentos adquiridos.	
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 Revisão de fundamentos 1 . No 1º exercício vamos rever a empunhadura forehand e empunhadura Backhand, no 2º exercício revisão da empunhadura de peteca e saque curto em backhand. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=FNtWuYPqgEQ&list=PL6B8041550579DA0A&index=77	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Revisão de fundamentos 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: relembrar e aprimorar os conhecimentos.	
OBJETIVO GERAL: relembrar os fundamentos básicos e aprimorar os conhecimentos adquiridos.	
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 Revisão de fundamentos 2 . No 1º exercício o Victor vai fazer revisão de movimentação em Chassê, no 2º exercício o Victor vai fazer a revisão do Split Step, 3º exercício o Victor fará revisão de movimentação com passo cruzado, no 4º exercício o Victor fará a revisão dos principais golpes usados durante o jogo que são: net shot, drive, drop shot, clear e smash.	



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

Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=1MOqg8KP6Tw&list=PLA7Zcagl0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=6>

PLANO DE AULA 15

• TEMA: Tipos de Materiais de Badminton.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: conhecimento específico de dos materiais de badminton	
OBJETIVO GERAL: aprofundar os conhecimentos dos tipos de materiais de badminton	
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 aprender Tipos de Materiais de Badminton . No primeiro momento vou apresentar as raquetes de madeiras da década de 70, depois se criou a raquete de ferro, depois veio de alumínio com diferentes tamanho para cada idade e finalmente a raquete de grafite e fibra de carbono e também vocês pode confeccionar a sua raquete com materiais reciclados. E para finalizar vou falar dos tipos de petecas que de existe no mercado que são: peteca sintética, e peteca de pena de gancho e peteca de airbadminton e também e as petecas de materiais reciclados e pompom de materiais de reciclado Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=1MOqg8KP6Tw&list=PLA7Zcagl0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=6	

PLANO DE AULA 16

• TEMA: Movimentação em X 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 Movimentação em X com ritmo . No 1º exercício o Victor vai fazer a movimentação com o ritmo na frente de quadra na diagonal no seu lado direito e fundo de quadra na diagonal no seu lado esquerdo, no 2º exercício ele irá fazer o mesmo movimento que fez anteriormente agora com ritmo e batida na peteca nos 4 cantos da quadra. Valeu crianças curtam, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no YouTube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuidem!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=1gLRPzuiuQ8&list=PLA7Zcagl0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=9tos	



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Equilíbrio dinâmico 1 , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em 4 etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet. Na gravação de Equilíbrio dinâmico 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 03/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Exercício de coordenação 1 , 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 04/12/2020	Entrega de materiais impressos “apostilas” e realização da 2ª Pesquisa de Satisfação na ECO Gravação do vídeo Exercício de coordenação 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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Exercício de movimentação com passo cruzado 1 , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em 4 etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.



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

	Na gravação de Exercício de movimentação com passo cruzado 2 , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Exercício de movimentação com passo cruzado 3 , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de movimentação com passo cruzado com batida Forehand , 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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Educativos para melhorar o tempo de reação , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet. Na gravação de Educativo de movimentação com cone 1 , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	. Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação desta de Educativo de movimentação com cone 2 , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Movimentação com ritmo em V no fundo de quadra , 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 18/12/2020	.



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina:	Semana de: 21/12 à 25 /12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Revisão de fundamentos 1 , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet. Na gravação de Revisão de fundamentos 2 , uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Gravação dos vídeos: foi realizada a montagem da rede, postes, petecas para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Na gravação de Tipos de Materiais de Badminton e Movimentação em X com ritmo , procurei uma linguagem simples e objetiva com execução dos movimentos em etapas com suas evoluções para melhor compreensão e entendimento do aluno.
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO- NATAL

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Roberto Leal		Carga horária semanal: 16 horas		
Oficina: Badminton		Carga horária mensal: 64 horas		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 100: equilíbrio dinâmico parte 1		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=nR7styeCFK0&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=101		
		Youtube	Visualização: 8	Curtida: 1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12	Curtida: 11
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 9	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 17		



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: equilíbrio dinâmico parte 2		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=4G_QWKigehc&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=102		
		YouTube	Visualização: 15	Curtida: 1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 8
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 11	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 42		TOTAL DE CURTIDAS: 15		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº102: Exercício de coordenação 1		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=9bxZ5C8A77c&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=103		
		YouTube	Visualização: 16	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 9
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 5	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 17		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 103: Exercício de coordenação 2		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=8dPihHGAYI&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=104		
		YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 7
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 42		TOTAL DE CURTIDAS: 17		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 104: Exercício de passo cruzado 1		
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=bwPBxsX2AuA&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=105		
		YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 18	Curtida: 10
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 18	Curtida: 8
		Instagram	Visualização 10:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:		TOTAL DE CURTIDAS:		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 105: Exercício de passo cruzado 2		
		Link do 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

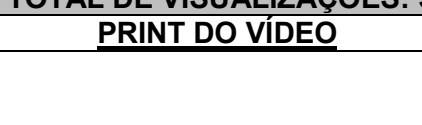
	https://www.youtube.com/watch?v=bwPBxsX2AuA&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=105		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 12	Curtida: 9
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 15	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 46		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 106: Exercício de passo cruzado 3	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=TonJRHDpFyo&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=1		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 12	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 107: passo cruzado com batida forehand	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=FQKKUfwJdoY&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=108		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 4
	Facebook	Visualização: 18	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 18	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 108: Melhorando o tempo de reação	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VbGI_BOqBKK&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=109		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook	Visualização: 17	Curtida: 9
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 17	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 10	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 56		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº: 109: Movimentação com cone	
		Link do 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

	https://www.youtube.com/watch?v=ZQg3gD5cYhg&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=110		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 110: Movimentação com cone 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=9VU52q-nPG4&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=111		
	Youtube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida: 5
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 4	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 111: Movimentação com ritmo em “V”	
	Link do vídeo:		
	Youtube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 5	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 11	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 112: Revisão de fundamentos 1	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Td0dywRQUdw&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=113		
	Youtube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 7	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 113: Revisão de fundamentos 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=02j-OxRBtqo&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=114		



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

	Youtube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 8	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 13	-
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 16
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 114: Materiais de badminton	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Nc7z5ULIGO0&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=115		
	Youtube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 8	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 16	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 115: Movimentação com ritmo em “X”	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=bFcX7lnmzqM&list=PLpU23UKHWZE7BLYwv5-jLCiDsKkMzi3vG&index=116		
	Youtube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 14	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 14	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 12	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 47		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES do vídeo aulas: 590			
Total geral de todas as CURTIDAS do vídeo aulas: 278			



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

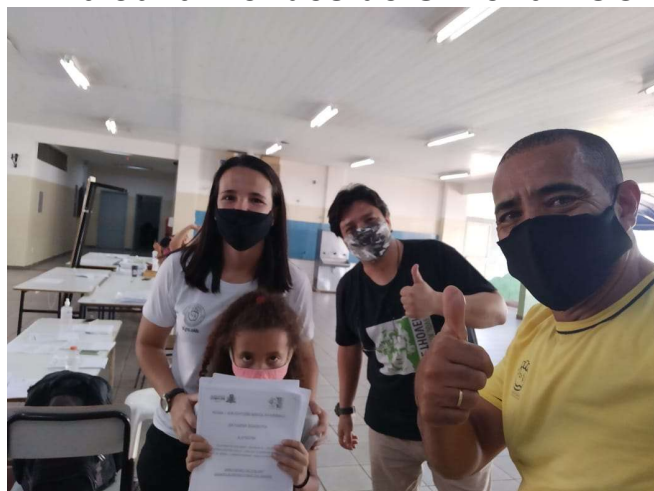
RETORNO DOS ALUNOS



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 04/12

Ana Júlia Mendes de Oliveira 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

Julia Emanuela turma 4 ECO



Vitor Hugo Silvério Turma 3 ECO

Henrique Anoni turma 4 Eco



Aluno Lucas Matheus turma 2 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- DEZEMBRO/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: 01/12 à 04/12/2020 • Brisa • Brisa 2 • Então é Natal	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 • Vem que está chegando o Natal • Sou eu assim sem você • Tijolinho por tijolinho
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 • Natalino • Dona de mim • Dona de mim 2	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 • Toda Perfeitinha • Aprendendo tik tok • Motinha

PLANO DE AULA 1

TEMA: Brisa	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Fazer com que as crianças desenvolvem as capacidades físicas através da coreografia apresentada;	
OBJETIVO GERAL: Essa tem atividade tem como objetivo trabalhar ritmo, passos que envolve lateralidade, coordenação e coreografia.	
PROCEDIMENTOS: Foi feito montagem da coreografia embasada na letra da musica e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; -Apresentação do professor; - Explicação das aulas; -Explicando passo a passo a coreografia; - Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica < https://www.youtube.com/watch?v=0J8nAzl2bv4 > (acesso em 01/12/2020)	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Brisa 2	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade da aula anterior, trazendo para os alunos a coreografia inteira.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade tem como objetivo trabalhar ritmo, passos que envolve lateralidade e coordenação.	
PROCEDIMENTOS: Foi feito montagem da coreografia embasada na letra da musica e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; - Saudação do professor; - Explicação das aulas; -Explicando passo a passo a coreografia; - Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as 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

REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA:	Coreografia:	composição	própria	Musica	<
https://www.youtube.com/watch?v=0J8nAzl2bv4 > (acesso em 02/12/2020)						

PLANO DE AULA 3

TEMA: Então é Natal	Turma: 1° ao 5° ano
JUSTIFICATIVA: agregar para aos alunos do projeto que estão em casa a oportunidade de dançar com o tema do Natal comemorado nesse mês.	
OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trabalhar o tema natalino através da coreografia.	
PROCEDIMENTOS: foi montado um Studio para dar o efeito animado no fundo, com auxilio da caixa de som e tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; - Saudação do professor; - Explicação das aulas; -Explicando passo a passo a coreografia; - Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
https://www.youtube.com/watch?v=PuT2yERy6Xc > (acesso em 03/12/2020)	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Natalino	Turma: 1° ao 5° ano
JUSTIFICATIVA: proporcionar para aos alunos o tema da Natal comemorado nesse mês.	
OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trabalhar, Coreografia, coordenação motora, tempo de reação, ritmo, interação.	
PROCEDIMENTOS: foi montado um Studio para dar o efeito animado no fundo, com auxilio da caixa de som e tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; - Saudação do professor; - Explicação das aulas; -Explicando passo a passo a coreografia; - Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
https://www.youtube.com/watch?v=OmioMpRCiR8 > (acesso em 07/12/2020)	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Dona de mim	Turma: 1° ao 5° ano
JUSTIFICATIVA: fazer com que os alunos trabalhem coreografia e os desenvolvimento dos passos.	
OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trabalhar passos e coreografia, ritmo, coordenação motora e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: foi montado um Studio para dar o efeito animado no fundo, com auxílio da caixa de som e tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; - Saudação do professor;	



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

- Explicação das aulas;
- Explicando passo a passo a coreografia;
- Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
https://www.youtube.com/watch?v=FnGfGb_YNE8> (acesso em 07/12/2020)

PLANO DE AULA 6

TEMA: Dona de mim 2 **Turma:** 1° ao 5° ano

JUSTIFICATIVA: Com o intuito de trabalhar coreografias com os alunos do projeto.

OBJETIVO GERAL: Essa atividade tem como objetivo trabalhar ritmo, movimentação com membros inferiores, e coordenação.

PROCEDIMENTOS: foi montado um Studio para dar o efeito animado no fundo, com auxilio da caixa de som e tripé.

ROTEIRO VIDEOAULA: - Coreografia na integra;

- Saudação do professor;
- Explicação das aulas;
- Explicando passo a passo a coreografia;
- Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
https://www.youtube.com/watch?v=FnGfGb_YNE8> (acesso em 09/12/2020)

PLANO DE AULA 7

TEMA: Vem que está chegando o Natal **Turma:** 1° ao 5° ano

JUSTIFICATIVA: agregar para aos alunos do projeto que estão em casa a oportunidade de dançar com o tema da Natal comemorado nesse mês.

OBJETIVO GERAL: trabalhar fundamentos de dança e coreografia com tema natalino.

PROCEDIMENTOS: foi feito um estudo e montagem da coreografia e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.

ROTEIRO VIDEOAULA: - Coreografia na integra;

- Saudação do professor;
- Explicação das aulas;
- Explicando passo a passo a coreografia;
- Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
<https://www.youtube.com/watch?v=o5Jyfhvji98>> (acesso em 14/12/2020)

PLANO DE AULA 8

TEMA: Sou eu assim sem você **Turma:** 1° ao 5° ano

JUSTIFICATIVA: trazer para os alunos uma coreografia e musica mais tranqüila.

OBJETIVO GERAL: trazer para as crianças uma coreografia com intuito de trabalhar, ritmo e tempo de reação.



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: foi feito um estudo e montagem da coreografia e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.

ROTEIRO VIDEOAULA: - Coreografia na integra;

- Saudação do professor;

- Explicação das aulas;

-Explicando passo a passo a coreografia;

- Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;-Explicando passo a passo a coreografia;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
<https://www.youtube.com/watch?v=o5Jyfhvji98>> (acesso em 16/12/2020)

PLANO DE AULA 9

TEMA: Tijolinho por Tijolinho

Turma: 1° ao 5° ano

JUSTIFICATIVA: tem como base trabalhar fundamentos na musica sertaneja e passos de coreografia

OBJETIVO GERAL: Essa tem como objetivo trazer para as crianças um sucesso mirim do sertanejo, onde o intuito principal é trabalhar passos musicalidade, coreografia com ênfase nos membros superiores e inferiores.

PROCEDIMENTOS: foi feito uma pesquisa pro e montagem da coreografia e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.

ROTEIRO VIDEOAULA: - Coreografia na integra;

- Saudação do professor;

- Explicação das aulas;

-Explicando passo a passo a coreografia;

- Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
<https://www.youtube.com/watch?v=UybGw37WbuY>> (acesso em 17/12/2020)

PLANO DE AULA 10

TEMA: Toda perfeitinha

Turma: 1° ao 5° ano

JUSTIFICATIVA: levar para as crianças ritmos diferente para sempre aperfeiçoando o corpo para diferentes culturas corporais dos movimentos,

OBJETIVO GERAL: Essa atividade tem como objetivo trabalhar ritmo com objetos, passos que envolve lateralidade, e coordenação.

PROCEDIMENTOS: para essa aula foi feito uma pesquisa pro e montagem da coreografia e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.

ROTEIRO VIDEOAULA: - Coreografia na integra;

- Saudação do professor;

- Explicação das aulas;

-Explicando passo a passo a coreografia;

- Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica <
<https://www.youtube.com/watch?v=PedrOwqgp8s>> (acesso em 21/12/2020)



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 11

TEMA: aprendendo tik tok	Turma: 1° ao 5° ano
JUSTIFICATIVA: tem como base trabalhar fundamentos e passos de coreografia	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade tem como objetivo trabalhar ritmo com objetos, movimentação com membros inferiores e superiores e coordenação para interagir os passos com o aplicativo de dança.	
PROCEDIMENTOS: foi feito a montagem da coreografia e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; - Saudação do professor; - Explicação das aulas; -Explicando passo a passo a coreografia; - Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica instrumental.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Motinha	Turma: 1° ao 5° ano
JUSTIFICATIVA: Com o intuito de trabalhar coreografias com os alunos do projeto.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade tem como objetivo trabalhar ritmo, movimentação com membros superiores, coordenação.	
PROCEDIMENTOS: foi feito um estudo e montagem da coreografia e para fazer a aula foi usado um tripé e a caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Coreografia na integra; - Saudação do professor; - Explicação das aulas; -Explicando passo a passo a coreografia; - Finalização falando sobre os sites onde os alunos poderão encontrar e acessar as aulas;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria Musica < https://www.youtube.com/watch?v=IAhDq2nFzdU > (acesso em 23/12/2020)	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates	
Oficina: Dança	Semana de: 01/12 à 04/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
TERÇA-FEIRA 01/12/2020	Gravação da coreografia Brisa
QUARTA-FEIRA 02/12/2020	Reunião pedagógica online Gravação da coreografia Brisa 1
QUINTA-FEIRA 03/12/2020	Gravação da coreografia Então é Natal Entrega de material impresso “apostila” no E.M Deputado Alindo dos Santos e realização da pesquisa de satisfação
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Entrega de material impresso “apostila” E.M Deputado Alindo dos Santos e realização da pesquisa de satisfação



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- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates	
Oficina: Dança	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Gravação da coreografia Natalina
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Gravação da coreografia Dona de mim 1
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Gravação da coreografia Dona de mim 2
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates	
Oficina: Dança	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Gravação da coreografia Vem que está chegando o Natal
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica online
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Gravação da coreografia Sou eu assim sem você
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Gravação da coreografia Tijolinho por Tijolinho
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor: Thiago Prates	
Oficina: Dança	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 21/12/2020	Gravação da coreografia Toda perfeitinha
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião pedagógica online Gravação da coreografia aprendendo Tik tok
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Gravação da coreografia Motinha
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL



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- DEZEMBRO

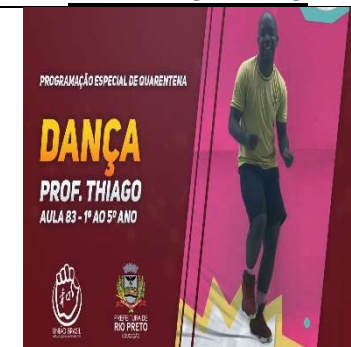
Educador/ Instrutor: Thiago Prates		Carga horária semanal: 12 horas	
Oficina: Dança		Carga horária mensal: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 78: Brisa	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PPa_PBmPeO8&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=78		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 51	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 51	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 56	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 175		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 79: Brisa 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zhw4t3dL3Ow&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=79		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 7	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 7	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 6	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 80: Então é Natal	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=laMuxO_07qA&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=80		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 19	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 19	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 50		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 81: Natalino	
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=ktv1L-xCEZo&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=81	



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

	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 8	Curtida: 8
	Facebook	Visualização: 8	Curtida: 9
	PROJETO COMPARTILHAR		
	Instagram	Visualização: 17	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:43		TOTAL DE CURTIDAS:19	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 82: Dona de mim 1		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=UOs8g4TgEu8&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=82	
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 10	Curtida: 8
	Facebook	Visualização: 10	Curtida: 5
	PROJETO COMPARTILHAR		
Instagram	Visualização: 4	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:33		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 83: Dona de Mim 2		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=-Vld3_w0hWE&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=83	
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 8	Curtida: 6
	Facebook	Visualização: 8	Curtida: 6
	PROJETO COMPARTILHAR		
Instagram	Visualização: 2	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:29		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 84: Vem que está chegando o Natal		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=vQ4o1TAfkpc&list=PLpU23UKHWZE6xlp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=84	
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 8	Curtida: 6
	Facebook	Visualização: 8	Curtida: 6
	PROJETO COMPARTILHAR		
Instagram	Visualização: 12	-	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:39		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 85: sou eu assim sem você		



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=94wgtt6Jwy4&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=85	
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 26	Curtida: 9
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 26	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 66		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 86: Tijolinho por tijolinho		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=eF9nODD94_I&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=86	
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 45	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 45	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 2	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 103		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 87: Toda Perfeitinha		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=I_I7yDubZVY&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=87	
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12	Curtida: 8
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 1	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 88: Aprendendo Tik Tok		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=5sbcEOQb7LM&list=PLpU23UKHWZE6xilp5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=88	
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 21	Curtida: 6
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 21	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 154	-



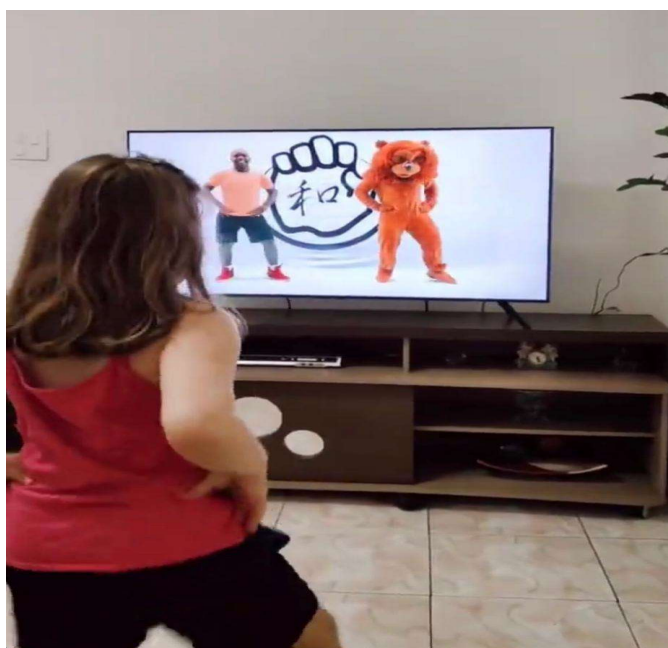
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:209		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 89: Motinha	
	Link do vídeo:		https://www.youtube.com/watch?v=3M4Q14woz4I&list=PLpU23UKHWZE6xip5bVQe8cHXU4Bft4Ch&index=89
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 73	Curtida: 7
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 73	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 5	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:165		TOTAL DE CURTIDAS:17	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 973		TOTAL DE CURTIDAS: 207	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 973			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 207			

RETORNO DOS ALUNOS

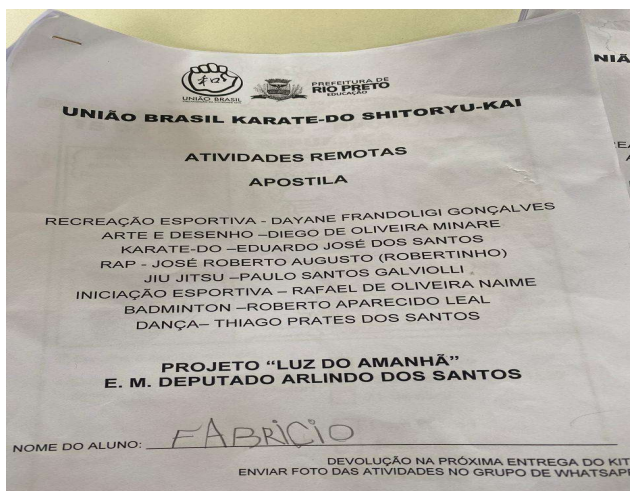
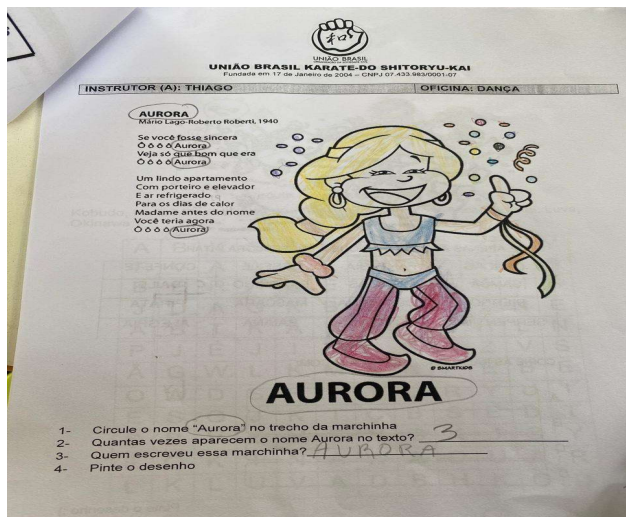
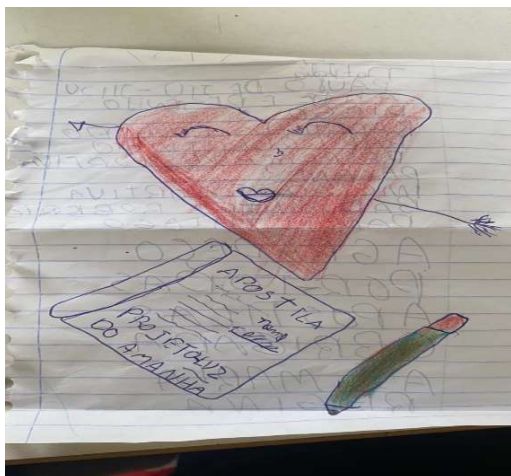




UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

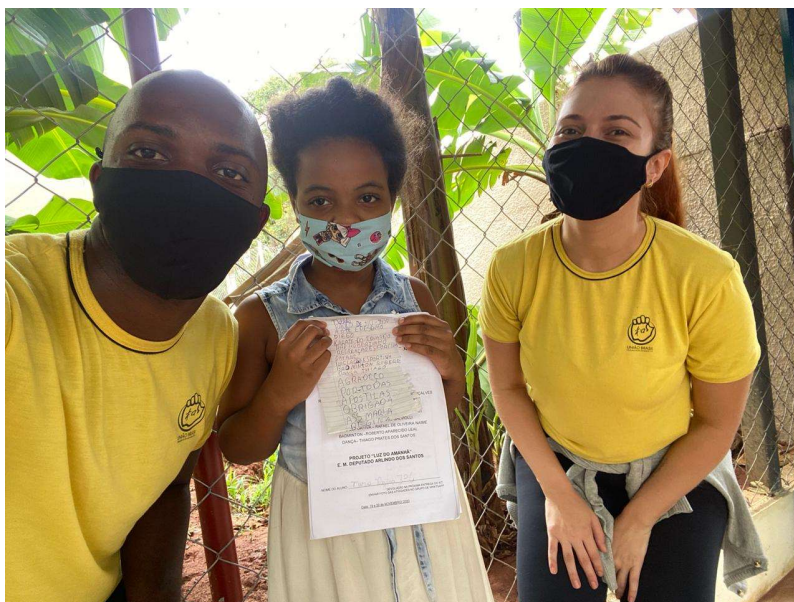
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 03/12



DIA: 04/12





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	
(REFERENCIA- DEZEMBRO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva e Futebol	Carga horária semanal: <u>16</u> horas
Carga horária total: <u>64</u> horas	
Plano de aula 1º semana de: 01/12 à 04/12/2020 - Fundamento de futebol passe de chapa - Fundamento de chute com peito do pé - Fundamento de cabeceio - Fundamento domínio de peito com passe de chapa	Plano de aula 3º semana de: 14/12 à 18/12/2020 - Fundamento de futebol conduzir a bola e driblar. - Fundamento de futebol passe com lançamento - Fundamento de futebol conduzir a bola formando o 8. - Fundamento de futebol passe de chapa, cabeceio e domínio de bola no peito.
Plano de aula 2º semana de: 07/12 à 11/12/2020 - Fundamento de futebol duas formas de conduzir a bola. - Atividade teste de resistência para futebol funcional. - Fundamento de drible e passe. - Fundamentos três tipos de domínios de bola. - Fundamento de futebol passe com deslocamento.	Plano de aula 4º semana de: 21/12 à 23/12/2020 - Fundamento de futebol passe com deslocamento e domínio de bola. - Fundamento de futebol embaixadinha com delimitando o espaço. - Fundamento de futebol cabeceio sentado.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Fundamento de futebol passe de chapa.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância da coordenação motora, força dos membros inferiores, equilíbrio corporal, concentração e noção espacial.	
OBJETIVO GERAL: Intuito da aula que o aluno treine fundamento de passe de chapa dentro do espaço da sua casa.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando explicação sobre atividade, depois sobre material que os alunos vão usar na sua casa. Foi demonstrado como fazer passe de chapa colocando o pé de apoio ao lado da bola e chutar a bola procurando acertar o passe para amigo. Encontrado o melhor ângulo da câmera, feito ensaio, foi gravação a vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudação aos alunos; - Exposição de qual será a atividade; - Exposição do material que será utilizado (bola de plástico ou bola futebol nº3) - Explicação de possíveis substituições dos materiais utilizados; - Explicação de como fazer atividade de fundamento de passe de chapa; - Explicação das regras básicas do fundamento de passe de chapa concentrar para acertar o passe colocar o pé ao lado da bola pé de apoio. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.	



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/CAs3Nnl5RPk>

PLANO DE AULA 2

TEMA: Fundamento chute com peito do pé.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Atividade requer coordenação motora e equilíbrio corporal para fazer o chute com peito do pé.	
OBJETIVO GERAL: Esse fundamento trabalha coordenação motora, flexibilidade, equilíbrio corporal, noção espacial e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Explicação sobre chute com peito do pé, demonstração de como fazer atividade. Antes de iniciar qualquer tipo de atividade física entrar no site da União Brasil aula nº 38 aquecimento e aula 39º alongamento. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio chute com peito do pé, 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 ou bola de plástico); - Demonstração de como fazer fundamento de passe com peito do pé; - Realização da gravação do vídeo aula; - Encerramento e despedida. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/Uwr0xlvINRs	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Fundamento de cabeceio.	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 aula de fundamento de cabeceio trabalha musculo Esternocleidomastoideo, coordenação motora, equilíbrio corporal, lateralidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Explicação como jogar a bola para cabecear, demonstração de como trabalhar com a bola. Antes de iniciar atividade ir no site da União Brasil aula 38 aquecimento e aula 39 alongamento. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio jogando a bola e cabeceando com o convidado 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 de cabeceio; - Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/CAs3Nnl5RPk	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Fundamento domínio de peito com passe de chapa.	Turma: 1º ao 5º 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: Importância da atividade física para os alunos em casa, essa atividade trabalha flexibilidade, coordenação motora e lateralidade.

OBJETIVO GERAL: Essa prática trabalha coordenação motora, flexibilidade, salto, equilíbrio, lateralidade e noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado os cones bola de plástico. Preparação, colocar ângulo da câmera para iniciar gravação do vídeoaula. Demonstração de como executar atividade domínio de peito com passe de chapa.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação;
- Explicação do fundamento domínio de peito com passe de chapa;
- Explicação das regras já utilizando fazer domínio com a bola no peito e depois o passe de chapa;
- Realização da atividade;
- Finalização da aula;
- Despedida dos alunos. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/CAs3Nnl5RPk>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Fundamento de futebol duas formas de conduzir à bola.5

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa fundamento de futebol duas formas de conduzir a bola, essa atividade proporciona equilíbrio corporal, coordenação motora e noção espacial.

OBJETIVO GERAL: A atividade trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, força dos membros inferiores, lateralidade e noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer fundamento de futebol duas formas de conduzir a bola, depois mostrar movimento para que aluno venha entender a atividade. Escolha do local adequado para a realização da atividade, preparação do local para fazer a gravação vídeoaula 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 inferiores);
- Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico, futsal e cones);
- Demonstração de como fazer fundamento de futebol duas formas de conduzir a bola;
- Realização da atividade;
- Encerramento e despedida. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/cu49Y3MsvUw>

PLANO DE AULA 6

TEMA: Atividade teste de resistência futebol funcional.

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aos alunos, fazer no seu espaço dentro de casa teste de resistência funcional para ajudar melhor condicionamento físico.



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: Melhorar a coordenação motora, reflexo, força dos membros inferiores, equilíbrio corporal, velocidade e noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado que foram os cones. 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;
- Exposição das regras com exemplificação;
- Execução da atividade com os cones para apreender como fazer os movimentos do funcional;
- Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/PSV7-qRHv5g>

PLANO DE AULA 7

TEMA: Fundamento de drible e passe.

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: O intuito da atividade que o aluno venha concentrar driblar os cones e depois fazer o passe para o amigo ou para o pai.

OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, força dos membros inferiores, equilíbrio, lateralidade e noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre fundamento de drible e passe, Demonstração de como driblar os cones a bola batendo na parte interna do pé e depois puxando a mesma para parte externa do pé. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio antes depois foi gravada a vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos;

- Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho requer muita ginga e flexibilidade driblar os cones);
- Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico e mini cones);
- Demonstração de como fazer fundamento drible e passe de bola;
- Realização da atividade;
- Encerramento e despedida. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.

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

PLANO DE AULA 8

TEMA: Fundamentos 3 tipos de domínio de bola.

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância atividade física em tempos de Pandemia na casa do aluno adquirindo coordenação motora, força dos membros inferiores, concentração, noção espacial e tempo de bola.

OBJETIVO GERAL: Essa pratica trabalha concentração, força dos membros inferiores, flexibilidade e noção espacial

PROCEDIMENTOS: Primeiro foram separados os materiais que seriam utilizados, bola de futsal e cones. Depois foi estipulado as variáveis os 3 tipos de domínios de bola com peito, chapa e sola do pé, Realizou-se ensaios. Foi escolhido o ângulo da câmera e por fim houve a gravação do vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Iniciando com saudações aos 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

- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser realizada a atividade;
- Explicação das regras com exemplificação;
- Execução do fundamento 3 tipos de domínio de bola;
- Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/eDu54JRdC10>

PLANO DE AULA 9

TEMA: Fundamento de futebol passe com deslocamento.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa atividade requer muita resistência muscular. Objetivo é fazer passe, depois o deslocamento nos cones e movimentos unilaterais.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha controle corporal, flexibilidade, coordenação motora, lateralidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre atividade requer muito velocidade com a bola e sem a bola fazendo o deslocamento nos cones. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera e pôr fim a gravação do vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Inicialmente dando saudações aos alunos; - Exposição de qual será a atividade; - Exposição do material que será utilizado (bola de futsal e cones); - Explicação de possíveis substituições dos materiais utilizados; - Explicação de como fazer atividade; - Explicação das regras básicas atividade; - Encerramento e despedida. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/gJvOAjalkts	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Fundamento de futebol conduzir a bola e driblar.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Demonstração para o aluno entender como é atividade ficando de joelhos intercalando os lados para fazer o passe. O intuito da atividade que venha ocupar sua mente e fisicamente movimentando o corpo e melhorando a saúde.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, flexibilidade, lateralidade, velocidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer fundamento de futebol conduzir a bola e driblar os cones, quando estiver conduzindo a bola tem que tocar no peito do pé ao driblar o cone parte interna do pé e depois a parte externa do pé. Escolha do local adequado e pôr fim a gravação do vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita; - Explicação das regras com exemplificação; - Execução de o fundamento conduzir a bola tocando com a parte do peito do pé e depois driblar os cones;	



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

- Encerramento e despedida. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades

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

PLANO DE AULA 11

TEMA: Fundamento de futebol passe com lançamento.

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: O intuito dessa atividade para aluno é apreender a fazer passe solo e lançamento que é bola alta para dificultar do adversário de pegar a bola.

OBJETIVO GERAL: trabalha coordenação motora, equilíbrio, força dos membros inferiores, salto e noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre fundamento de futebol passe com lançamento, passe baixo que é solo e lançamento quando a bola viaja até chegar no amigo. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio antes depois foi gravada a vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos;

- Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (Apreender fazer passe baixo solo e o lançamento que a bola viaja bola alta.);
- Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico ou de futebol);
- Demonstração de como fazer atividade chutando bola baixa dominar e devolver a bola fazendo o lançamento que a bola viaja alta;
- Realização da atividade passe baixo e lançamento;
- Encerramento e despedida. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/ZOunNJpz08Y>

PLANO DE AULA 12

TEMA: Fundamento de futebol conduzir a bola fazendo formato de 8.

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Importância da atividade física para os alunos dentro de casa, explicação de como aluno vai fazer atividade e o material que utilizado que são bola de plástico ou bola de futebol nº3 cones ou garrafas pet de 2 litros.

OBJETIVO GERAL: coordenação motora, lateralidade, velocidade, equilíbrio corporal e noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer fundamento conduzir a bola fazendo o formato de 8 conduzir a bola e dar a volta no cone fazendo da mesma forma próximo do cone, preparação do local para fazer gravação vídeoaula 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 ou a de futsal, cones ou garrafas pet de 2 litros;
- Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.

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

PLANO DE AULA 13



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: Fundamento de futebol passe de chapa, cabeceio e domínio de bola no peito.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Atividade aonde os alunos vão ter conhecimento corporal saltar para cabecear, passe de bola e domínio de bola.	
OBJETIVO GERAL: Essa prática ensina o aluno ter equilíbrio corporal, coordenação motora, salto e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado bola plástica, bola de futsal e cones. Preparação do local para gravar atividade e por fim gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações 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 ou bola de futsal e cones; - Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/CAs3Nnl5RPk	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Fundamento de futebol passe com deslocamento e domínio de bola	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: A importância da atividade física em casa para os alunos nesse momento de Pandemia, essa atividade passe com deslocamento e domínio de bola desenvolve, lateralidade, coordenação motora, velocidade equilíbrio corporal e noção espacial.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, velocidade, equilíbrio corporal, tempo de reação, lateralidade, raciocínio lógico e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Demonstração para o aluno como fazer atividade com passe e deslocamento sobre os cones depois dominar a bola. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio só depois foi realizada a gravação a vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudações aos alunos - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser realizada a atividade passe com deslocamento e domínio de bola; - Explicação das regras como será realizada a atividade e a sequência; - Execução da atividade, fazer passe depois deslocamento e domínio de bola; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/CAs3Nnl5RPk	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Fundamento de futebol embaixadinha e delimitando o espaço.	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 fazer embaixadinha jogando a bola para cima e começar a equilibrar a bola sem deixar cair ou puxando a bola com um dos pés e iniciar a embaixadinha.	



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: 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 futsal e bola de futebol nº4 e os cones. Houve a explicação sobre a regra e fazer cálculo das duas bolas quem conseguir fazer mais embaixadinhas será o vencedor. Foi escolhido o ângulo da câmera e por fim houve a gravação do vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Iniciando saudação aos alunos;

- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser realizada a atividade;
- Explicação das regras com exemplificação;
- Execução da atividade, fazer embaixadinhas dentro do local delimitado;
- Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.

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

PLANO DE AULA 16

TEMA: Fundamento de futebol cabeceio sentado.

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Demonstração para o aluno entender como é a atividade o convidado fica de pé com a bola o professor fica sentado assim joga a bola vai virando em formato de círculo jogando a bola, não podendo tirar as mãos do solo,

OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, estimulando o musculo do pescoço esternocleidomastoideo e fortalecimento do abdômen reto.

PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer atividade são duas pessoas uma fica sentada e a outra de pé com a bola coloca os cones em volta de quem está sentado tem que cabecear a bola quem estiver em pé tem que andar para lateral jogando a bola para quem está sentado. Escolha do local adequado e pôr fim a gravação do vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos;

- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita;
- Explicação das regras com exemplificação;
- Execução da atividade, jogando a bola para cabecear para o convidado que está sentado.
- Despedida e encerramento. Finalizando a aula com agradecimentos e pedindo para os alunos curtirem as vídeoaulas nas redes sociais da União Brasil e se possível encaminhar uma foto ou vídeo para o professor realizando as atividades.

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito

Oficina: Iniciação Esportiva

Semana de: 01/12 à 04/12/2020

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64 horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

TERÇA-FEIRA
01/12/2020

Elaboração e gravação do vídeoaula Fundamento de futebol passe de chapa.

QUARTA-FEIRA
02/12/2020

Reunião pedagógica por vídeo chamada com a Coordenação Pedagógica e instrutores da União Brasil. Idealização e gravação da vídeoaula Fundamento de chute com peito do pé.



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 03/12/2020	Montagem e gravação do vídeo aula Fundamento de cabeceio
SEXTA-FEIRA 04/12/2020	Elaboração e gravação do vídeo aula Fundamento domínio de peito com passe de chapa. Entrega presencial das apostilas impressas e realização da 2ª Pesquisa de Satisfação na Escola Eco das 12hrs às 16hrs.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 07/12 à 11/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 07/12/2020	Elaboração e gravação do vídeo aula, Fundamento de futebol duas formas de conduzir a bola.
TERÇA-FEIRA 08/12/2020	FERIADO- NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO
QUARTA-FEIRA 09/12/2020	Elaboração e gravação do vídeo aula, Atividade teste de resistência para futebol funcional. Idealização e gravação do vídeo aula, Fundamento de drible e passe.
QUINTA-FEIRA 10/12/2020	Montagem e gravação do vídeo, fundamentos três tipos de domínios de bola.
SEXTA-FEIRA 11/12/2020	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil. Elaboração e gravação da vídeo aula, fundamento de futebol passe com deslocamento.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 14/12 à 18/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 14/12/2020	Elaboração e gravação da vídeo aula, fundamento de futebol conduzir a bola e driblar.
TERÇA-FEIRA 15/12/2020	Reunião pedagógica por vídeo chamada com a Coordenadora Pedagógica e instrutores da União Brasil.
QUARTA-FEIRA 16/12/2020	Elaboração e gravação da vídeo aula, fundamento de futebol passe com lançamento.
QUINTA-FEIRA 17/12/2020	Montagem e gravação do vídeo aula, fundamento de futebol conduzir a bola fazendo formando o 8.
SEXTA-FEIRA 18/12/2020	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil, Gravação da vídeo aula Fundamento de futebol passe de chapa, cabeceio e domínio de bola no peito.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva	Semana de: 21/12 à 25/12/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 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 21/12/2020	Elaboração e gravação do vídeo aula, fundamento de futebol passe com deslocamento e domínio de bola.
TERÇA-FEIRA 22/12/2020	Reunião pedagógica por vídeo chamada com a Coordenação e instrutores da União Brasil. Elaboração e gravação do vídeo aula, Fundamento de futebol embaixadinho com delimitando o espaço
QUARTA-FEIRA 23/12/2020	Idealização e gravação do vídeo aula, Fundamento de futebol cabeceio sentado.
QUINTA-FEIRA 24/12/2020	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 25/12/2020	FERIADO - NATAL

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- DEZEMBRO

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Iniciação Esportiva		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 98 : (Fundamento passe de chapa)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/CAs3Nnl5RPk	
		YouTube	Visualização: 07 Curtida: 01
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 06 Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 07 Curtida: 08
		Instagram	Visualização: - 16
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 33	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 99 : (Fundamento chute de peito de pé)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Uwr0xlvINRs	
		YouTube	Visualização: 08 Curtida: 01
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 06 Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06 Curtida: 06
		Instagram	Visualização: - 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 100 : (Fundamento de cabeceio)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/CAs3Nnl5RPk	
		YouTube	Visualização: 08 Curtida: 01
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12 Curtida: 08
		Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 12 Curtida: 05
		Instagram	Visualização: - 02
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		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 _101_: (Fundamento domínio de peito com passe de chapa)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/CAs3NnI5RPk		
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 07	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 07	Curtida: 05
	Instagram	Visualização:	-03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº _102_: (Fundamento de futebol duas formas de conduzir a bola.)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/cu49Y3MsvUw		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 09	Curtida: 13
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 07	Curtida: 06
	Instagram	Visualização:	-03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº _103_: (Atividade teste de resistência futebol funcional.)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/PSV7-qRHv5g		
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: __	- 05
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº _104_: (Fundamento de drible e passe)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/gJvOAjalkts		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	Curtida: 08
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05	Curtida: 05
	Instagram	Visualização:	- 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº _105_: (Fundamento 3 tipos de domínio de bola)	
Link do vídeo: https://youtu.be/eDu54JRdC10			
YouTube	Visualização: 06	Curtida: 01	



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 UNIÃO BRASIL	Visualização: 06	Curtida: 09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 06	Curtida: 05
	Instagram	Visualização:	-02
	TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS: 17
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _106_: (Fundamento de futebol passe com deslocamento.)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/gJvOAjalkts		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 07	Curtida: 09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 07	Curtida: 06
	Instagram	Visualização:	-06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _107_: (Fundamento de futebol conduzir a bola e driblar.)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/gJvOAjalkts		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 04	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 04	Curtida: 05
	Instagram	Visualização:	-09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:14		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _108_: (Fundamento de futebol passe com lançamento.)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/ZOunNJpz08Y		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	Curtida: 07
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05	Curtida: 05
	Instagram	Visualização:	-03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _109_: (Fundamento de futebol conduzir a bola fazendo formato de 8.)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/GjWXqkVRPXs		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 05	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

	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 05	Curtida: 07
	Instagram	Visualização:	- 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _110_: (Fundamento de futebol passe de chapa, cabeceio e domínio de bola no peito.)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/CAs3NnI5RPk		
	YouTube	Visualização: 08	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 07	Curtida: 09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 07	Curtida: 03
	Instagram	Visualização:	-04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _111_: (Fundamento de futebol passe com deslocamento e domínio de bola)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/CAs3NnI5RPk		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 01
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 07
	Instagram	Visualização:	-04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _112_: (Fundamento de futebol embaixadilha com debilitando o espaço)	
	Link do vídeo: https://youtu.be/DRbpsodiYBo		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 03
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10	Curtida: 09
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 10	Curtida: 06
	Instagram	Visualização:	-03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº _113_: (Fundamento de futebol cabeceio sentado.)	
		Link do vídeo: https://youtu.be/XirQsOycjWc	
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 01



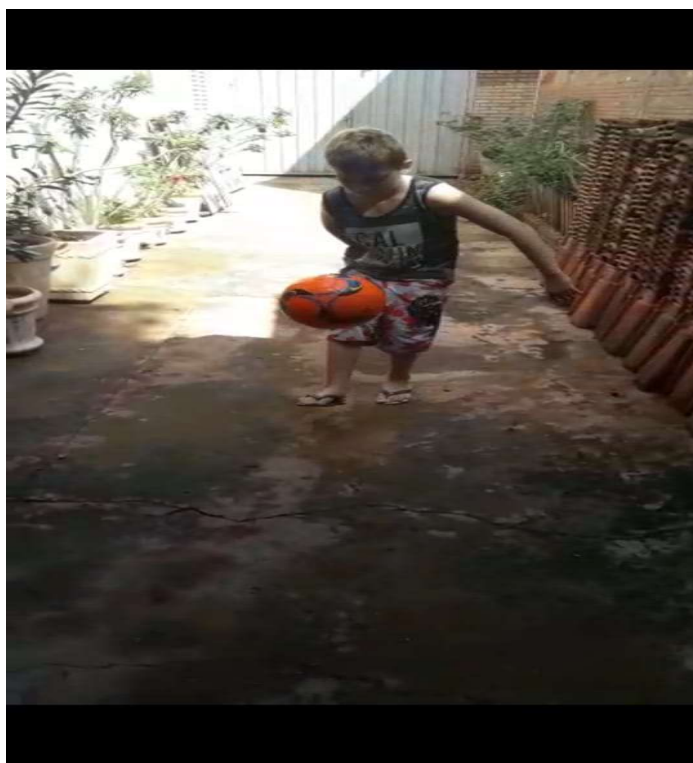
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida: 06
	Facebook PROJETO COMPARTILHAR	Visualização: 11	Curtida: 04
	Instagram	Visualização:	- 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 348			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 319			

RETORNO DOS ALUNOS



Rafael José Duran Silva turma 4 da manhã



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 Dezembro, 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 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 3/4 Dezembro 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
Núcleo Santa Clara	246	170	69%
ECO Santo Antônio/Extensão	247	148	60%
E.M Paul Percy Harris	127	92	72%
E.M Deputado Arlindo dos Santos	69	42	61%
TOTAL	689	452	65%

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
03 e 04/Dezembro	300	689	452	65%



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

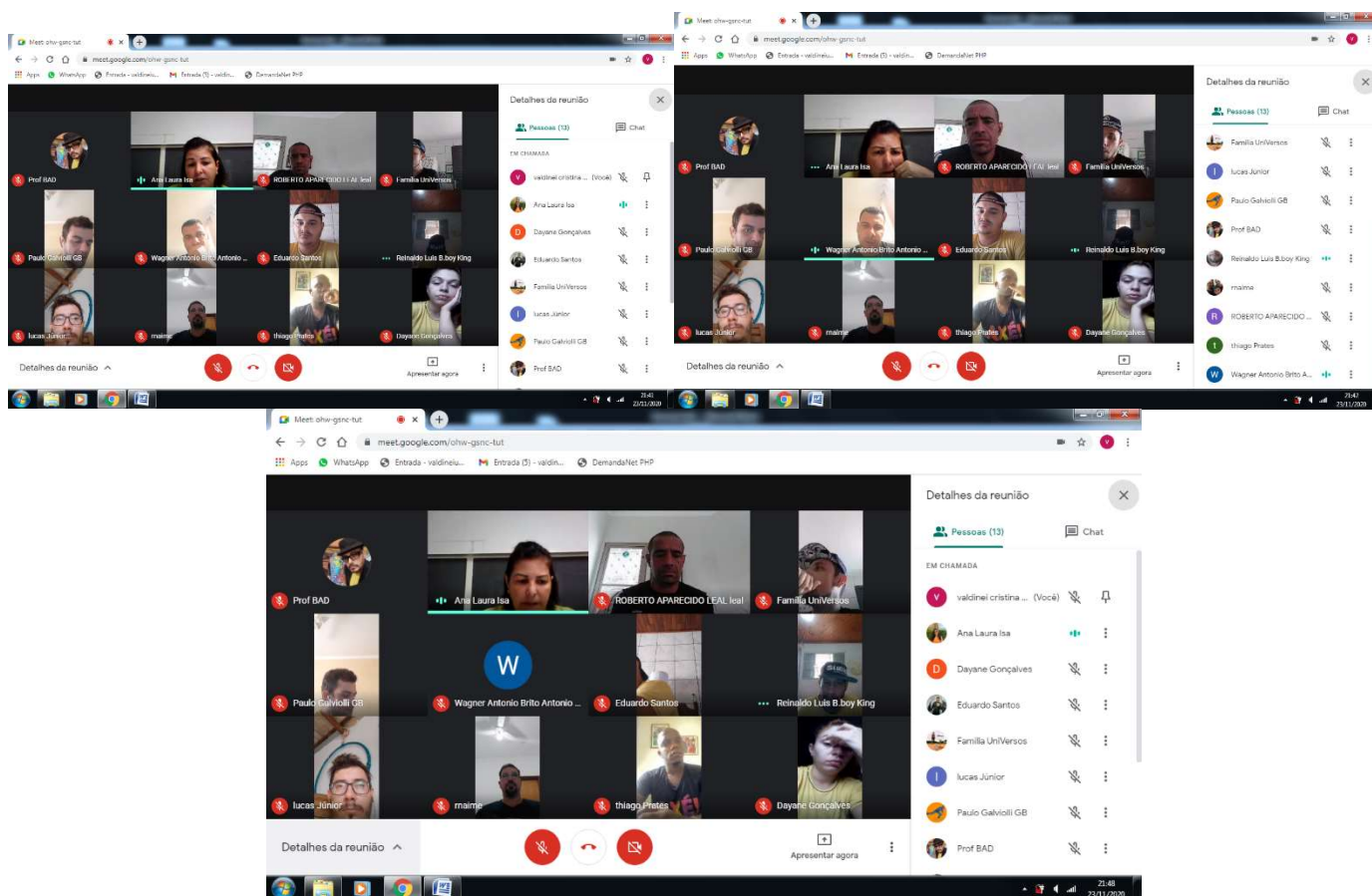
Reunião Pedagógica

Dia: 02/12/2020

Hora: 09h às 10h

Local: Reunião online pela plataforma Google Meet

Participantes: Instrutores, Coordenadora Pedagógica, Assistente Pedagógica e Encarregada Administrativa.



ATA Reunião dia 02 de Dezembro de 2020

Aos segundo dias do mês de Dezembro de 2020 as nove e meia no período da manhã foi realizado a reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet.

Nessa reunião estavam presentes instrutores, coordenadora e assistente pedagógica.

No início da reunião foi marcado para o envio das metades dos vídeos do mês de dezembro até o dia oito de dezembro. Até o dia quinze de dezembro o envio do restante dos vídeos.



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

Em seguida foi feito a grade horária dos polos para entrega de apostilas e pesquisa de satisfação dos dias três e quatro de dezembro.

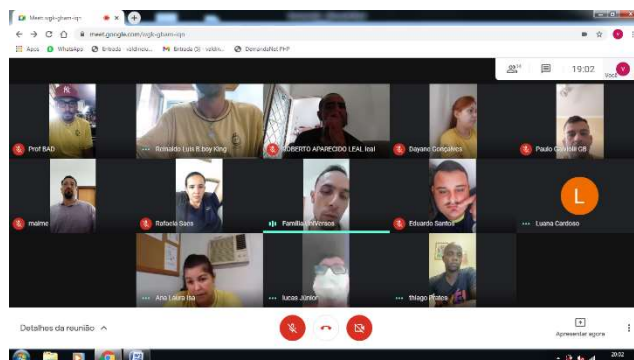
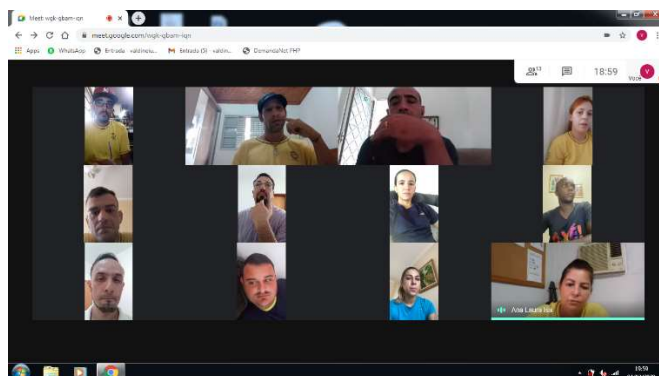
Por fim foi feito o esclarecimento de dúvidas dos instrutores e o lembrete dos recados passado na reunião.

Dia: 15/12/2020

Hora: 09h às 10h

Local: Reunião online pela plataforma Google Meet

Participantes: Instrutores, Coordenadora Pedagógica, Assistente Pedagógica e Encarregada Administrativa.





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

ATA Reunião dia 15 de Dezembro de 2020

Aos dias quinze do mês de dezembro, foi feita a reunião pedagógica online as nove horas no período da manhã pela plataforma Google Meet. Nessa reunião estavam presentes a coordenadora pedagógica, instrutores e funcionárias da União Brasil.

Para dar início na reunião a coordenadora ressaltou a importância de enviar materiais pedagógicos por e-mail, caso tenha outra entrega. Foi explicado aos instrutores as instruções para a elaboração da tabela de ações desenvolvida para melhora do relatório mensal.

A coordenadora perguntou aos instrutores se todos já tinham enviado as vídeosaulas do mês, conforme combinado no mês anterior. Em seguida ressaltou a importância de cumprir as datas de entrega do semanário, plano e relatório do mês que ficou combinada no dia dezoito de dezembro.

Por fim os instrutores tiraram todas as dúvidas para ser esclarecidas.

Dia: 22/12/2020

Hora: 08h às 09h

Local: Reunião online pela plataforma Google Meet

Participantes: Instrutores, Coordenadora Pedagógica, Assistente Pedagógica e Encarregada Administrativa.

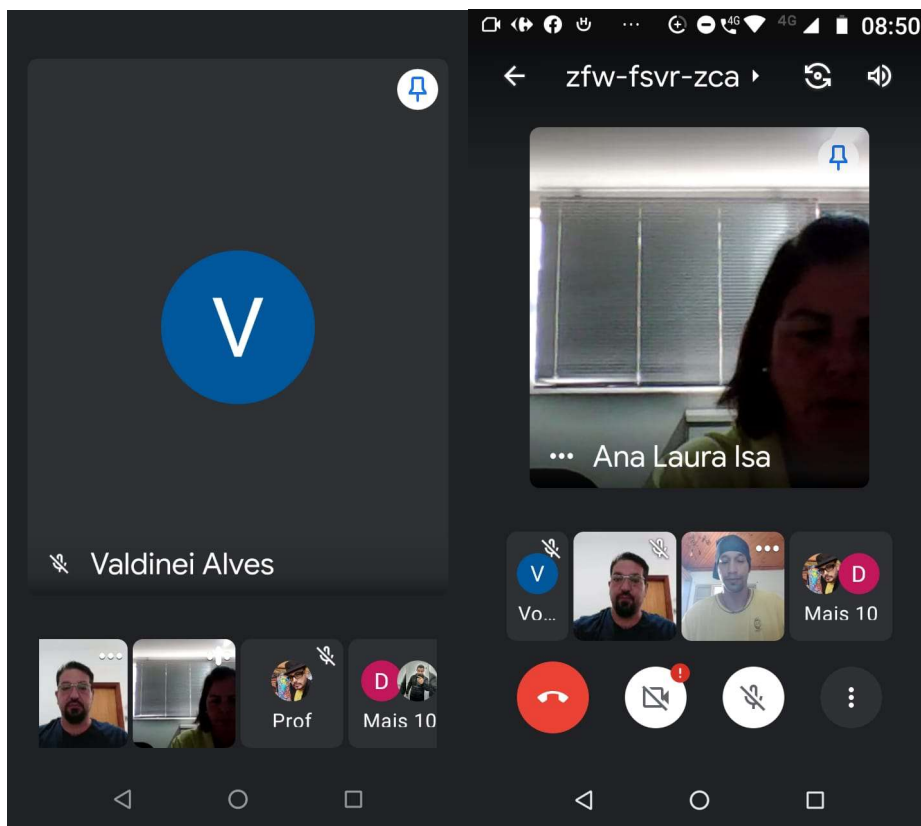
Sobre esta chamada				Sobre esta chamada			
Pessoas		Inform.		Pessoas		Inform.	
	Dayane Gonçalves				Eduardo Santos		
	Diego Minaré				Luana Cardoso		
	Eduardo Santos				Lucas Júnior		
	Luana Cardoso				Paulo Galvionli GB		
	Lucas Júnior				Prof BAD		
	Paulo Galvionli GB				Reinaldo Luis B...		
	Prof BAD				rname		
	Reinaldo Luis B...				ROBERTO APAR...		
	rname				thiago Prates		
	ROBERTO APAR...				Wagner 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



ATA Reunião dia 22 de Dezembro de 2020

Aos dias vinte e dois do mês de dezembro no período da manhã foi realizado a reunião pedagógica online no pelo aplicativo Google Meet. Nessa reunião estavam presentes instrutores, coordenadora pedagógica e funcionárias da União Brasil.

A reunião se iniciou com a coordenadora pedindo para os instrutores assinarem folha de ponto e relatórios no dia vinte e oito de dezembro e em seguida emitir a NF's do mês referente. Ficou combinado também que até o dia trinta e um de dezembro os instrutores deveriam encaminhar o relatório mensal no e-mail contendo print's dos vídeos do mês e fotos das ações desenvolvidas do mês de dezembro.

Ao final da reunião os instrutores tiraram suas dúvidas, a coordenadora esclareceu e desejou um feliz natal à todos.



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: 22/12/2020

Hora: 09h às 10h

Local: Reunião presencial na sede da União Brasil

Participantes: Gestora da União Brasil, Coordenador Geral, Coordenadora Pedagógica, Assistente Pedagógica e Encarregada Administrativa.



Coordenadora Pedagógica