



UNIÃO 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

FEVEREIRO 2021





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

SUMÁRIO

- 1- IDENTIFICAÇÃO DA UNIDADE;
- 2- APRESENTAÇÃO;
- 3- QUADRO DE FUNCIONÁRIOS;
- 4- PRESTADORES DE SERVIÇO;
- 5- DIAS DE ATENDIMENTO NOS NÚCLEOS;
- 6- LOCAIS DE ATENDIMENTO;
- 7- INTRODUÇÃO;
- 8- RELATÓRIO
 - 8.1 SEMANÁRIO
 - 8.2 PLANO DE AULA
 - 8.3 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

1. IDENTIFICAÇÃO DA UNIDADE

NOME	União Brasil
ENDEREÇO	Avenida Alfredo Folchini, nº 1.208, Bairro Estância Jockey Clube CEP 15081-500,
CIDADE	São José do Rio Preto/SP
E-MAIL	valdineiubks@gmail.com / raphaelubks@gmail.com
REPRESENTANTE LEGAL	Hajime Ide
COORDENADOR GERAL	Raphael de Souza Lima
COORDENAÇÃO PEDAGÓGICA	Valdinei Cristina Alves Armiato
ÁREA PROGRAMÁTICA	Contra turno escolar para rede municipal de ensino (Programa de Ações Educativas Complementares)
TERMO DE COLABORAÇÃO PÚBLICO ALVO	Nº 021/2019
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.

2. 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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Educação” da cidade de São José do Rio Preto, com “Plano de Trabalho Ações Educativo Complementar”. A meta de atendimento firmado no plano em questão é de 300 alunos.

No entanto no respectivo mês totalizando 691 alunos com atividades pedagógicas, culturais, esportivas de Jornada Ampliada no contra turno escolar.

3. 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

4. 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
Hasyllan Laurentino da Silva Possebon	Karate- Do
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
Reinaldo Luiz Oliveira Doho Daniel Ferraça (King)	Dança Breacking
Roberto Aparecido Leal	Badminton
Thiago Prates dos Santos	Dança



UNIÃO 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
----------------------	---------------------

5. DIAS DE ATENDIMENTO NOS POLOS

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

6. LOCAIS DE ATENDIMENTO E MODALIDADES

Centro Integrado de Ciência e Cultura (CICC), localizado no Complexo Integrado de Educação, Ciência e Cultura (CIECC).

João Eduardo Remaeh	Coordenador Científico
Público Rotativo	-

Escola de Competências “Deputado Roberto Rollemberg” (ECO) e 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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

E. M. Deputado Arlindo dos Santos- Projeto “Luz do amanhã”

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
Wagner Antônio Brito	Iniciação Esportiva

7. 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/;



UNIÃO 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 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.

ORDEM DOS RELATÓRIOS DE CADA PROFESSOR (A)

8- RELATÓRIO

8.1 ROTINA SEMANAL/ 8.2 PLANO DE AULA/ 8.3 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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

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	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Gravação de vídeoaula Circuito divertido e edição.
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião Pedagógica e planejamento. Gravação de vídeoaula Caminho das cores e edição.
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Gravação de vídeoaula Pula Pula das cores e edição.
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Gravação de vídeoaula Criando um tabuleiro e edição.
SEXTA-FEIRA 05/02/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Gravação de vídeoaula Leva e traz e edição.
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião Pedagógica e planejamento. Gravação de vídeoaula Pega a bolinha e edição.
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Gravação de vídeoaula Amarelinha diferente e edição.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Gravação de vídeoaula Desafio da bolinha e edição.
SEXTA-FEIRA 12/02/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Gravação de vídeoaula Pebolim com os pés e edição.
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica na sede da União Brasil.
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Gravação de vídeoaula Derrube o lápis e edição
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Gravação de vídeoaula Shisima parte I e edição.
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Gravação de vídeoaula Shisima parte II e edição.
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/02/21	Gravação de vídeo aula Disquinho voador e edição. Gravação de vídeoaula Futepô e edição.
TERÇA-FEIRA 23/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula o dia todo no Núcleo Santa Clara.
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula o dia todo no Núcleo Santa Clara.
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula o dia todo no Núcleo Santa Clara.
SEXTA-FEIRA	Gravação de vídeoaula Palitos no copinho 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

26/02/21	Gravação de vídeoaula Escorrega bolinhas e edição
----------	---

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – 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 HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1ª semana de 01/02 à 05/01/21 • Circuito Divertido; (1º,2º,3º Ano) • Caminho das Cores; (4º e 5º Ano) • Pula Pula das Cores; (1º,2º,3º Ano) • Tabuleiro; (4º, 5º Ano)	
Plano de aula 2ª semana de 08/02 à 12/02/21 • Brincadeira “Leva e traz”; (1º,2º,3º Ano) • Pega a bolinha; (4º e 5º Ano) • Amarelinha Diferente; (1º,2º,3º Ano) • Desafio da bolinha; (4º e 5º Ano)	
Plano de aula 3ª semana de 15/02 à 19/02/21 • Pebolim com os pés; (1º,2º,3º Ano) • Derrube o lápis; (1º,2º,3º Ano) • Shisima parte I; (4º e 5º Ano) • Shisima parte II; (4º e 5º Ano)	
Plano de aula 4ª semana de 22/02 à 26/02/21 • Disquinho Voador; (1º,2º,3º Ano) • Futeopô; (4º e 5º Ano) • Palitos no copinho; (1º,2º,3º Ano) • Escorrega bolinhas; (4º e 5º Ano)	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Circuito Divertido	Turma: 1º,2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Explorar a coordenação motora e conscientização sobre o sedentarismo.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar as capacidades de controlar os movimentos e a utilização dos dois lados do corpo em três níveis mãos, olhos e pés e apontar as pesquisas sobre o sedentarismo entre jovens e adolescentes.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização dos materiais, do espaço e iluminação, Gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje iremos realizar um circuito divertido em casa com poucos materiais, uma fita, copos de plástico e tampinhas é possível criar uma brincadeira divertida. Com a fita no chão criamos um caminho, os copos servem para colocarmos as tampinhas dentro com as mãos trabalhando os lados direito e esquerdo. E por fim falaremos sobre as pesquisas que apontam que 84% dos jovens e adolescentes não praticam atividades físicas, isso significa que a maioria são sedentários, e na próxima aula explicarei sobre o significado de sedentarismo. Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CKq3AQfpESn/	



UNIÃO 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://pebmed.com.br/sedentarismo-somente-15-dos-adolescentes-se-exercitam-o-suficiente/>

Acesso em 15/01/2021

PLANO DE AULA 2

TEMA: Caminho das cores

Turma: 4° e 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Desenvolver as percepções visuais através das atividades lúdicas e explicação sobre o sedentarismo.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar as capacidades de memorização e reprodução. Indicar a importância de praticar atividades físicas.

PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, do espaço, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje iremos realizar uma brincadeira chamada Caminho das cores. Primeiro Recorte folhas de ofício em duas partes, faça uma bolinha colorida com caneta colorida em cada uma. Em outra folha faça uma sequência de cores que será o caminho. Essa é a brincadeira de hoje! E a curiosidade do vídeo de hoje é o significado da palavra sedentarismo que é o que não se exercita, que não pratica atividades físicas e na próxima aula falaremos sobre as causas. Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CKtSYFJFSF4/>

<https://pebmed.com.br/sedentarismo-somente-15-dos-adolescentes-se-exercitam-o-suficiente/>

Acesso em 15/01/2021

PLANO DE AULA 3

TEMA: Pula Pula das cores

Turma: 1°, 2°, 3° Ano

JUSTIFICATIVA: Promover aprendizado das cores por meio de atividades lúdicas e apresentação das causas do sedentarismo.

OBJETIVO GERAL: Exercitar a concentração e coordenação motora fina. Incentivar as práticas de atividades físicas.

PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje iremos realizar uma brincadeira com os mesmos materiais da aula anterior para fazer o caminho das cores, se você não assistiu corre lá assista e volte para essa aula. Pega a bolinha e vem pulando nos círculos coloridos correspondentes à cor da bola e, ao final, coloca a bolinha no copo. Nessa brincadeira podemos trabalhar nossa concentração e coordenação motora. E a curiosidade de hoje são as causas do sedentarismo que são a falta de exercícios físicos e má alimentação que podem ocasionar doenças que falarei no próximo vídeo. Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CKkimyendyf/>

<https://pebmed.com.br/sedentarismo-somente-15-dos-adolescentes-se-exercitam-o-suficiente/>

Acesso em 15/01/2021

PLANO DE AULA 4

TEMA: Tabuleiro

Turma: 4° e 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Estimular o estudo da Matemática e o raciocínio lógico;

OBJETIVO GERAL: Conhecer a importância, respeito e função das regras nos jogos;

PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, do espaço e iluminação. Gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação 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

professora Dayane. Na aula de hoje faremos um tabuleiro de papelão, vocês irão precisar de um pedaço de papelão para desenhar o tabuleiro, tinta guache ou lápis de cor para pintá-lo e um dado de rolo de papel que ensinei na aula 2 é só clicar e assistir. Voltar aqui para jogar o tabuleiro com tampinhas de garrafa. AS regras são quem conseguir acumular 3 tampinhas da mesma cor vence! E a curiosidade da aula de hoje é que as faltas de atividades físicas podem nos causar graves doenças cardíacas, assim como a obesidade. Por isso é muito importante nos prevenir, e a prevenção falarei no próximo vídeo! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CKt-BSun5NX/> Acesso em 16/01/2021

PLANO DE AULA 5

TEMA: Leva e traz	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Promover a noção espacial e prevenção de doenças através das atividades físicas.	
OBJETIVO GERAL: Exercitar a lateralidade, coordenação motora e incentivar as atividades físicas em casa.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira que se chama leva e traz, que consiste em colocar três panos pode ser três papéis separados no chão para que em posição de prancha que é a sustentação do corpo pelos braços e pernas, nós iremos transportar as bolinhas por esses três panos e trazer de volta. A brincadeira é mais um exercício, mas você pode cronometrar o tempo tornando a brincadeira competitiva. A curiosidade da aula de hoje é que podemos prevenir muitas doenças através do exercício físico por isso sua importância. Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CKsJZuLA_yv/ Acesso em 16/01/2021	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Pega a bolinha	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Auxiliar a criança a trabalhar a coordenação motora fina e ampla.	
OBJETIVO GERAL: Exercitar a coordenação motora dos pés.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização dos materiais, do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira para trabalhar a coordenação dos pés, chama-se pega bolinha, vamos precisar de duas caixas de sapatos e barbantes. Vamos cortar a caixa de sapato, fazer dois furos e colocar o barbante que serão as alças para enfiar os pés, assim você precisará de bolinhas também pode ser qualquer tipo que você tenha em casa. Aproveita para chamar alguém para brincar com você e jogar as bolinhas enquanto você as pega com os pés dentro da caixa, trabalhando os lados direito e esquerdo. Vou deixar um recado para vocês, não podemos esquecer da nossa higiene pessoal como proteção do vírus, como lavar sempre as mãos, usar álcool em gel. Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CKbcOpMjsRR/ Acesso em 16/01/2021	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Amarelinha diferente	Turma: 1º, 2º, 3º Ano
JUSTIFICATIVA: Estimular a coordenação motora e lateralidade.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a concentração e percepção;	



UNIÃO 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: Preparação dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma amarelinha diferente, vamos utilizar fita adesiva e uns pedaços de papel. Organizá-los no chão para pular com os pés abertos e fechados e no meio, exercitando as coordenações das pernas e dos pés. Não se esqueçam da importância de praticar atividades físicas! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CKbcOpMjsRR/> Acesso em 17/01/2021

PLANO DE AULA 8

TEMA: Desafio da bolinha

Turma: 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Exercitar a resolução de problemas

OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação óculo pedal.

PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, preparação da brincadeira, do espaço, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos um desafio usando copo plástico, bolinhas e os pés! Com os pés teremos que encaixar as bolinhas dentro dos copos com os pés! Se quiser pode chamar alguém e desafiar para fazer junto com você! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CKbcOpMjsRR/> Acesso em 17/01/2021

PLANO DE AULA 9

TEMA: Pebolim com os pés

Turma: 1º, 2º, 3º Ano

JUSTIFICATIVA: Melhorar as capacidades de precisão e coordenação dos pés.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar os movimentos com os pés a fim de estabelecer a precisão.

PROCEDIMENTOS: Captação dos materiais, organização do espaço, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos um pebolim com os pés. Vamos usar uma caixa de sapatos, faremos um furo no meio para a bolinha cair, mas usando apenas os pés! Chame alguém para brincar com você e se divirta! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CKbcOpMjsRR/> Acesso em 18/01/2021

PLANO DE AULA 10

TEMA: Derrube o lápis

Turma: 1º, 2º, 3º Ano

JUSTIFICATIVA: Desenvolver das habilidades motoras de manipulação

OBJETIVO GERAL: Arremessar a tampinha com precisão

PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira muito simples de precisão, usando tampinhas de garrafa, vamos colocar os lápis em pé, e com um peteleco nas tampinhas iremos derrubar os lápis! Uma brincadeira fácil e divertida! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!



UNIÃO 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.instagram.com/p/CKmA08LnCyY/	Acesso	em
18/01/2021			

PLANO DE AULA 11

TEMA: Shisima parte I	Turma: 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Promover situações problema desafiadoras;	
OBJETIVO GERAL: Ampliar os conhecimentos sobre jogos de tabuleiro.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa do conteúdo, captação dos materiais, organização do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira de origem africana, é um tabuleiro que iremos desenhar numa folha de papel em formato octogonal e usar tampinhas de garrafa para jogar! Essa aula serviu para aprendermos como fazer e na próxima aprenderemos como jogar! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://blogdaeducacao.com.br/2020/06/02/shisima/ Acesso em 18/01/2021

PLANO DE AULA 12

TEMA: Shisima parte II		Turma: 4° e 5° Ano	
JUSTIFICATIVA: Estimular a brincadeira e criar estratégias;			
OBJETIVO GERAL: Aprender as regras e a dinâmica do jogo.			
PROCEDIMENTOS: Pesquisa do conteúdo, organização dos materiais, do espaço, gravação e edição.			
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje iremos aprender como jogar o shisima. OBJETIVO: O jogador deve colocar suas três peças em linha reta. REGRAS: 1. Coloque as peças no tabuleiro, três de cada lado. 2. Um jogador, de cada vez, mexe uma de suas peças na linha até o próximo ponto vazio, seguem revezando-se. 3. Não é permitido saltar por cima de uma peça. 4. Cada jogador tenta colocar as suas três peças em linha reta. 5. O primeiro a colocar as três peças em linha reta ganha o jogo. 6. Os jogadores devem se revezar para iniciar o jogo. 7. Ganha o jogo quem conseguir colocar três peças da mesma cor em uma fileira. 8. Se a mesma sequência de movimentos for repetida três vezes, o jogo acaba empatado, isto é, não há vencedor nem perdedor. Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!			
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://blogdaeducacao.com.br/2020/06/02/shisima/		Acesso em
19/01/2021			

PLANO DE AULA 13

TEMA: Disquinho voador	Turma: 1°, 2°, 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a concentração e a atenção.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos um disquinho voador de papelão. Vamos precisar de um objeto redondo para recortar o papelão e um objeto redondo menor para recortar o meio. Após vamos colocar lápis de cor no meio, muitos espalhar e o objetivo da brincadeira é quem deixar o disco voador perde, assim os jogadores vão tirando lápis por lápis até cair! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam 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

mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CI-3xPknrNZ/> Acesso em 19/01/2021

PLANO DE AULA 14

TEMA: Futepô

Turma: 4° e 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Possibilitar a vivência prazerosa da atividade em casa.

OBJETIVO GERAL: Aprimorar a concentração, coordenação motora, agilidade e atenção.

PROCEDIMENTOS: Pesquisa do conteúdo, organização dos materiais, do espaço, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos o futepô, numa folha de papel vamos desenhar um capô de futebol com faixas, ou seja, linhas e o gol. Através do pedra, papel e tesoura quem ganha leva sua tampinha de garrafa para uma faixa a frente se você perde você recua uma faixa, até você conseguir chegar ao gol! Olha que fácil e divertido! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CKYjFdRnwdm/> Acesso em 19/01/2021

PLANO DE AULA 15

TEMA: Palitos no copinho

Turma: 1°, 2°, 3° Ano

JUSTIFICATIVA: Explorar e auxiliar a criança através da lateralidade

OBJETIVO GERAL: Desenvolver a precisão e coordenação motora fina.

PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, do espaço, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira para trabalhar nossa lateralidade. Iremos espalhar 6 palitos de cada lado e um copo plástico. E com um garfo de plástico você terá que conseguir colocar com uma mão só os palitos um por vez dentro do copinho, sendo primeiro com a mão direita depois a esquerda! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CLJ1rsPD8Ss/> Acesso em 20/01/2021

PLANO DE AULA 16

TEMA: Escorrega bolinhas

Turma: 4° e 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Reconhecer o lado esquerdo e direito através da atividade lúdica.

OBJETIVO GERAL: Desenvolver a lateralidade, noção espacial.

PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, organização do espaço, gravação e edição.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem-vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma brincadeira divertida usando uma toalha, uma cadeira, bolinhas e dois pratinhos, peça para alguém te ajudar a escorregar as bolinhas pela toalha e você tem que acertar um pratinho de cada vez o do lado direito e esquerdo! Essa foi a aula de hoje! Espero que tenham gostado da aula, curtam esse vídeo, compartilhem e comentem! E não se esqueçam de mandar fotos e vídeos no nosso grupo de WhatsApp. Até a próxima

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CK_W6LXj1kk/ Acesso em 20/01/2021

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Dayane Frandoligi Gonçalves

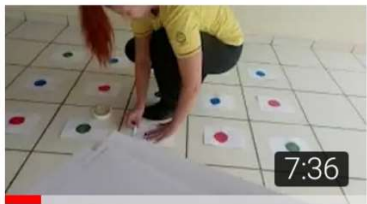
OFICINA: Recreação Esportiva



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: Circuito Divertido	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=JQfd5Weg7Lw&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=18		
	YouTube	Visualização: 19	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 18: Caminho das Cores	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=z6K-kTtyvVM&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=19		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: Pula Pula das cores	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=tXAcKisU0jA&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=20		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: Jogo do tabuleiro	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=gqHpYbS_MpM&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=21		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 6	

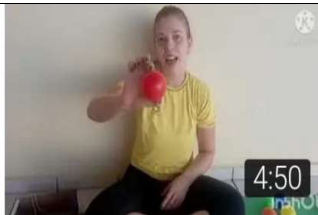
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 21: Brincadeira Leva e traz		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=FNvmCVW3WAQ&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=22		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		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 22: Pega a bolinha		
	4:50	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6-orNCmYZaU&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=23		
		YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
		Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 11		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23: Amarelinha diferente		
	4:00	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=32ZOnS0yKdw&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=24		
		YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 10		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24: Desafio da bolinha		
	6:00	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=3UDmOI01GCK&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=25		
		YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 1	Curtida: 9
		Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 9		TOTAL DE CURTIDAS: 11		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 25: Pebolim com os pés		
	6:07	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=nFgefEwvzFA&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=26		
		YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 4
		Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 6		

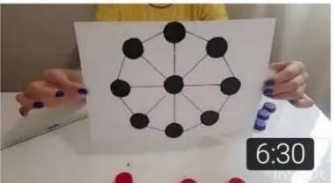
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 26: Derrube o lápis		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=g-BZBh3RiMU&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=27			
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2	
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 7	
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 9		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 27: Shisima parte I	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=vJS1DKL0Lvs&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=28		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 9		TOTAL DE CURTIDAS: 8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 28: Shisima parte 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=dkaNFWIh-U0&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=29		
	YouTube	Visualização: 3	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 29: Disquinho voador	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=cONJBCHpCUI&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=30		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: -	Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 30: Futepô	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=1TnZV7bl1fY&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=31		
	YouTube	Visualização: 43	Curtida: 6
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 48		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 31: Palitos no copinho		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=q0CGs1bo-5M&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=32			
	YouTube		Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook União brasil		Visualização: 7	Curtida: 4
	Instagram		Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16			TOTAL DE CURTIDAS: 6	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 32: Escorrega bolinhas		



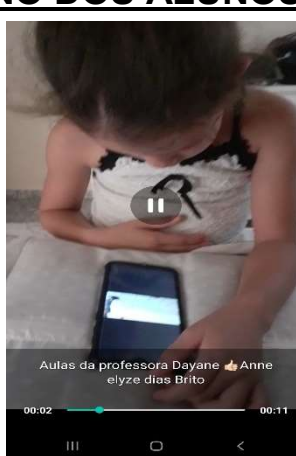
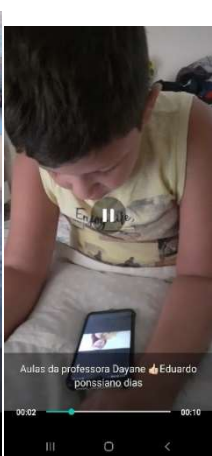
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

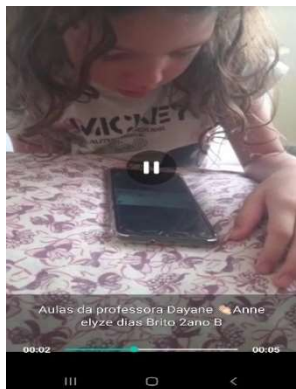
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 270			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 155			

RETORNO DOS ALUNOS



Aluno: Eduardo Ponssiano, ECO.

Aluna: Elyze Dias de Brito, ECO.





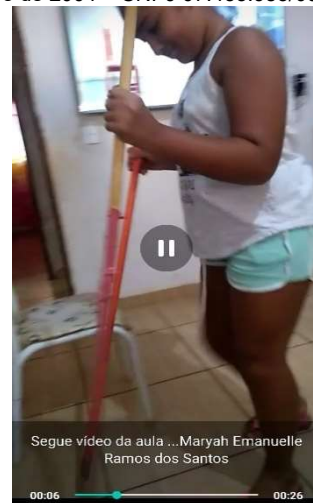
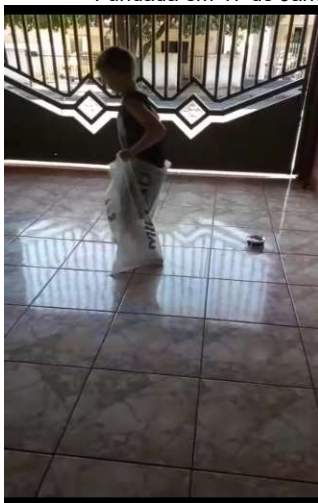
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



Aluno: Rafael Duran, Santa Clara.



Aluna: Mariah Emanuelle R. dos Santos, Santa Clara.



Lisy Karoayne Vieira Freire, Santa Clara.



Vitória Michaeli Bueno Rodrigues da Silva, Santa Clara.

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 22/02/2020



Realização de Matrículas no polo Santa Clara.

DIA: 23/02/2020



DIA: 24/02/2020

DIA: 25/02/2020



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



Realização de Matrículas no polo Santa Clara.

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Diego Minaré de Oliveira	
Oficina: Artes Visuais	
Carga horária semanal: 12 horas	Carga horária total: 48 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete de argila - Passagem natural Parte 1
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica no Google Meet
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete de argila - Passagem natural - Parte 2
QUINTA-FEIRA 04/02/21	
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete de argila - Passagem natural Parte 3
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete de argila - Passagem natural Parte 4
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião Pedagógica – Google Meet
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete de argila - Passagem natural Parte final.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete com argila - passagem lago parte 1
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete com argila - passagem lago parte 2
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião Pedagógica na sede da União Brasil
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete com argila - passagem lago parte 3



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

QUINTA-FEIRA 18/02/21	
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Gravação da vídeoaula Maquete com argila - passagem lago parte 4
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	Gravação da vídeoaula Maquete com argila - passagem lago parte 5
TERÇA-FEIRA 23/01/21	
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Gravação da vídeoaula Medalhões com argila e arabescos
QUINTA-FEIRA 25/02/21	
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Gravação da vídeoaula Animais de quatro patas - Rinoceronte

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Diego Minaré de Oliveira	
OFICINA: Artes Visuais	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 48 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Maquete de argila - Passagem natural Parte 1 • Maquete de argila - Passagem natural - Parte 2 • Maquete de argila - Passagem natural Parte 3	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Maquete de argila - Passagem natural Parte 4 • Maquete de argila - Passagem natural Parte final. • Maquete com argila - passagem lago parte 1	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Maquete com argila - passagem lago parte 2 • Maquete com argila - passagem lago parte 3 • Maquete com argila - passagem lago parte 4	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • Maquete com argila - passagem lago parte 5 • Medalhões com argila e arabescos • Animais de quatro patas - Rinoceronte	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Maquete de argila - Passagem natural Parte 1	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural	
PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo nas vídeoaulas.	



UNIÃO 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 turminha! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Hoje vamos conhecer uma nova técnica nessa modalidade que se chama maquete com argila, o professor utilizará todas técnicas do bloco do curso anterior, vamos utilizar o dobro de argila, vamos repartir nossa argila em várias partes e tamanhos diferentes, lembrando, vamos começar com nossas montanhas do cenário. Primeira aula vamos trabalhar com a técnica de placas de argila. Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha.** 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo.** 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 2

TEMA:Maquete de argila - Passagem natural - Parte 2

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo nas vídeoaulas.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Olá galerinha! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom turminha, hoje vamos aplicar a técnica das placas de argila, para construir a base da nossa paisagem, separamos partes grande de placas de argila e vamos costurar uma na outra, feito isso vamos realizar o acabamento, com água para alisar e pré moldar nosso solo (chão) bom turminha...

Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha.** 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo.** 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 3

TEMA:Maquete de argila - Passagem natural Parte 3

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo nas vídeoaulas.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Olá turminha ! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom galerinha hoje faremos os detalhes do chão e construir nosso rio e dar acabamento nas montanhas, garantir que nenhuma parte fique separada, com água e as mão vamos fazer o detalhe das montanhas e utilizar o palito de madeira para dar efeito de rocha com riscos, em seguida você imagina onde seu rio ficará, em seguida com o dedo indicador escavar o chão desenhando o formato do nosso rio.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. Arte-Educação: Leitura no subsolo. 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 4

TEMA:Maquete de argila - Passagem natural Parte 4

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo nas vídeoaulas.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom turminha hoje vamos dar textura para nosso chão, vamos utilizar um pincel e bate lo na argila, também temos outra alternativa, podemos um recorte de tecido de estopa para marcar o chão e até fazer um campo de plantação, vamos também finalizar o acabamento das montanhas com o palito, lembrando sempre criança, quando forem lidar com materiais pontiagudos sempre peça auxílio a seus responsáveis.

Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. Arte-Educação: Leitura no subsolo. 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 5

TEMA:Maquete de argila - Passagem natural Parte final.

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS: De acordo com o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo nas vídeoaulas.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Olá galerinha! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom turminha hoje vamos finalizar nossa maquete com vegetação natural, no momento da colheita de galhos folhas, façam com cuidado de maneira que não irá destruí-la, ou melhor, podemos utilizar folhas e flores mortas.

Vamos distribuir nossa floresta desta maneira, e por fim, vamos represar nosso rio e devagar vamos encher o rio com água. Assim finalizamos nossa trabalho.

Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp:



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo**. 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Maquete com argila - passagem lago parte 1

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS: Seguir os procedimentos seguindo o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo para serem aplicadas nas vídeoaulas.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá galerinha ! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom turminha hoje aprenderemos outro tipo de paisagem natural, maquete de argila e faremos, vamos utilizar a mesma quantidade de argila para esse trabalho, inicialmente vamos trabalhar da mesma forma como na outra maquete, a diferença que faremos um lago em profundidade e definiremos o tipo de relevo que faremos. Escavando com o dedo e aumentando a borda do lago, para que pareça vulcânico.

Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo**. 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Maquete com argila - passagem lago parte 2

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS Seguir os procedimentos seguindo o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo para serem aplicadas nas vídeoaulas.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá galerinha ! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom turminha o professor está de volta e nessa aula vamos aumentar nossa maquete e para isso vamos começar pela base do nosso lago, em seguida cuidaremos da textura dos montinhos do nosso chão, finalizaremos com água e trabalho de mão.

O professor fica por aqui espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço !

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo**. 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 8

TEMA: Maquete com argila - passagem lago parte 3

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: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS: Seguir os procedimentos seguindo o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo para serem aplicadas nas vídeoaulas.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá turminha! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom galerinha hoje faremos o fundo do nosso lago com rochas(pedras) colocaremos uma por uma para que o acabamento fique bem feito, em seguida faremos uma área fora do lado com as rochas, pode ser as pedrinhas que vocês acharem, agora vamos organizar a mesa de trabalho e limpa lá , vamos mais uma vez trabalhar no chão, na próxima aula vamos finalizar essa área externa e ampliar a base da nossa maquete. E fazer os morros. Bom nossa base de argila e rocha está pronta pra receber a vegetação.

Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo**. 1. ed. [S.I.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 9

TEMA: Maquete com argila - passagem lago parte 4

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação natural

PROCEDIMENTOS Seguir os procedimentos seguindo o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo para serem aplicadas nas vídeoaulas.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá turminha! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom galerinha em seguida faremos uma área fora do lado com as rochas, pode ser as pedrinhas que vocês acharem, agora favos organizar a mesa e limpa, vamos mais uma vez trabalhar no chão, na próxima aula vamos finalizar essa área externa e ampliar a base da nossa maquete. E fazer os morros, bom nossa base de argila e rocha esta pronta pra receber a vegetação.

Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo**. 1. ed. [S.I.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Maquete com argila - passagem lago parte 5

Turma: 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.

OBJETIVO GERAL: Ensinar a construir uma maquete de paisagem natural com argila e vegetação



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

natural
PROCEDIMENTOS: Seguir os procedimentos seguindo o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo para serem aplicadas nas vídeoaulas.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá turminha ! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom galerinha hoje iremos terminar nossa maquete montando nossas florestas, dessa vez teremos dois tipos de floresta, pinheiros e um outro tipo de árvore, então o processo será coletar esse material orgânico que é a vegetação, e vamos distribuir a floresta de pinheiros, a outra vegetação que o professor está apresentando, vamos monta la ao redor do nosso lago, por final, vamos encher de água nosso lindo lago, espero que vocês se divirtam, da pra brincar com bonecos e bonecas, uma boa dica para as férias. Bom criançada o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço !
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha . 1. ed. sp: unesp, 2006. ORG., A. M. B. Arte-Educação: Leitura no subsolo . 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Medalhões com argila e arabescos	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer um medalhão de argila decorado com arabescos – iconografia árabe.	
PROCEDIMENTOS: Seguir os procedimentos seguindo o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo para serem aplicadas nas vídeoaulas.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá turminha ! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom galerinha vamos utilizar a técnica da placa em seguida vamos utilizar um objeto redondo para recortar nossa placa de argila, depois vamos retirar o que ficou fora da forma, em seguida vamos dar o acabamento na peça e desenhar com um palito de madeira (cuidado com a ponta – responsáveis presente). Feito isso esse é nosso resultado. Pessoal, esse medalhão serve como joia artística para montar um colar ser pintado. Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu “like”, façam as atividades impressas e um grande abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha . 1. ed. sp: unesp, 2006. ORG., A. M. B. Arte-Educação: Leitura no subsolo . 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Animais de quatro patas - Rinoceronte	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar as crianças materiais como argila e suas técnicas é de fundamental importância para o enriquecimento cultural e repertório técnico para que a criança tenha autonomia para criações no campo da Arte.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar a fazer um rinoceronte utilizando argila. Com técnicas específicas para modelar animal de quatro patas.	



UNIÃO 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: Seguir os procedimentos seguindo o plano de aula, as ações previstas foram explicitadas passo a passo para serem aplicadas nas vídeoaulas.

ROTEIRO VIDEOAULA: Olá turminha! Tudo bem com vocês ?! Espero que sim, sejam todos e todas bem vindas aqui é o professor Diego Minaré de Artes. Bom pessoal, pra gente conseguir modelar um animal de quatro patas, pode ser uma vaquinha, um porquinho, no caso de hoje, vamos descobrir durante nosso processo criativo, onde tudo pode acontecer. Vamos lá

separamos uma porção de argila, igual a do professor, vamos sova la e fazer uma esfera (bola); Feito isso , vamos deslizar essa esfera para achatá-la, até que pareça um pequeno tronco.

Vamos realizar dois cortes de média profundidade nas duas extremidades (pontas), assim vamos puxar com os dedos essa parte cortada e dividi lá para que pareçam duas patas, o mesmo processo iremos fazer na outra parte.

Agora vamos fazer a cabeça, pegue um pouco de argila, proporcional, equivalente, para costurar no corpo, utilizando a técnica da costura que vocês já aprenderam utilizar, no meu caso parece um rinoceronte, então farei com que pareça com um. Faça buracos onde queira acrescentar chifres, orelha.

Esse é meu resultado final, quero ver o de vocês, aguardo publicações no nosso grupo de via internet. Por hoje o professor fica por aqui, espero que tenham gostado da aula, sigam nossas aulas nas redes sociais e se gostarem deixem seu "like", façam as atividades impressas e um grande abraço!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Curso de Argila ministrado pela Universidade Estadual de Maringá - DAGLISH, Lalada. **Noivas da seca: Cerâmica popular do Vale do Jequitinhonha**. 1. ed. sp: unesp, 2006.

ORG., A. M. B. **Arte-Educação: Leitura no subsolo**. 1. ed. [S.l.]: Editora Cortez, 2018.

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Diego Minaré de Oliveira			
OFICINA: Artes Visuais			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 13: Paisagem Natural 1 – Maquete de argila 1	
 Aula 13 - "Passagem natural parte 1" - Artes com o prof. Diego	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HBhtyM6HzO4&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=13		
	YouTube	Visualização: 01	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 02	Curtida: 02
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 03		TOTAL DE CURTIDAS:03	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 14: Paisagem Natural 1 – Maquete de argila 2	
 11:36	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=qmzsP1SAdFs&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=14		
	YouTube	Visualização: 01	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 04	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

Instagram		Visualização: -		Curtida: -		
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:05			TOTAL DE CURTIDAS:03			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 15: (nome da aula) Paisagem Natural 1 – Maquete de argila 3				
 Aula 15 - "Passagem natural parte 3" - Artes com o prof. Diego		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yIHvcElz0X4&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=15				
		YouTube	Visualização: 03		Curtida:01	
		Facebook União brasil	Visualização: 02		Curtida: 03	
		Instagram	Visualização: -		Curtida: -	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:05			TOTAL DE CURTIDAS:04			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 16:Paisagem Natural 1 – Maquete de argila 4				
 Aula 16 - "Passagem natural parte 4" - Artes com o prof. Diego		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=BJXYvDySaQE&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=16				
		YouTube	Visualização: 02		Curtida: 01	
		Facebook União brasil	Visualização: 01		Curtida: 02	
		Instagram	Visualização: -		Curtida: -	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 3			TOTAL DE CURTIDAS: 3			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: Paisagem Natural 1 – Maquete de argila 5				
 Aula 17 - "Passagem natural parte final" - Artes com o prof. Diego		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=RZRVIZXk_m0&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=17				
		YouTube	Visualização: 01		Curtida: 01	
		Facebook União brasil	Visualização: 03		Curtida: 04	
		Instagram	Visualização: -		Curtida: -	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:04			TOTAL DE CURTIDAS:05			

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 18: Maquete com argila- paisagem lago parte 1		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PVB0SluAgtY&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=18		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 02	Curtida: 03
	Instagram	Visualização: -	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

	Instagram	Visualização: -	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:06		TOTAL DE CURTIDAS: 8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: Maquete com argila - paisagem lago 2	
 Aula 19 - "Maquete com argila - paisagem lago parte 2" - Artes com o ...		Link do vídeo:	
		YouTube	Visualização: 6 Curtida: 01
		Facebook União brasil	Visualização: 05 Curtida: 04
		Instagram	Visualização: - Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:11		TOTAL DE CURTIDAS:05	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: Maquete com argila - paisagem lago3	
 Aula 20 - "Maquete com argila - paisagem lago parte 3" - Artes com o ...		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=p_X_fQ0QVUs&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=20	
		YouTube	Visualização: 02 Curtida: 01
		Facebook União brasil	Visualização: 04 Curtida: 03
		Instagram	Visualização: - Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:06		TOTAL DE CURTIDAS:8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 21: Maquete com argila - paisagem lago 4	
 Aula 21 - "Maquete com argila - paisagem lago parte 4" - Artes com o ...		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=32-g9J4tsX0&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=21	
		YouTube	Visualização: 02 Curtida: 01
		Facebook União brasil	Visualização: 02 Curtida: 04
		Instagram	Visualização: - Curtida:05
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:04		TOTAL DE CURTIDAS: 10	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22: Maquete com argila - paisagem lago5	
 PAEC - Aulas de Artes, prof. Die... • 22/24		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=G2cn6w-GQ-Y&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=22	
		YouTube	Visualização: 02 Curtida: 01
		Facebook União brasil	Visualização: 07 Curtida: 03
		Instagram	Visualização: - Curtida: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:09		TOTAL DE CURTIDAS:04	



UNIÃO 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 23: "Medalhões com argila e arabescos"			
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PKvqx7QFrS&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=23			
Aula 23 - "Medalhões com argila e arabescos" - Artes com o prof. Diego		YouTube	Visualização: 02		
		Facebook União brasil	Visualização: 02		
		Instagram	Visualização: -		
			Curtida: 01		
			Curtida: 03		
			Curtida: 04		
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 04		TOTAL DE CURTIDAS: 8			
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24: "Animais de quatro patas" com argila			
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=m0ZL6V6y4X8&list=PLpU23UKHWZE4GViMPEZafkOmPBmlwKGSc&index=24			
Aula 24 - "Animais de quatro patas" - Artes com o prof. Diego		YouTube	Visualização: 02		
		Facebook União brasil	Visualização: 06		
		Instagram	Visualização: -		
			Curtida: 01		
			Curtida: 03		
			Curtida: -		
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08		TOTAL DE CURTIDAS: 04			
TOTAL GERAL DE VISUALIZAÇÕES: 68					
TOTAL GERAL DE CURTIDAS: 65					

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê - Dô	
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Bunkai do Kihon Kata Nijhugo Parte 1
TERÇA-FEIRA 02/02/21	➤ Reunião Pedagógica – Google Meet - Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Bunkai do Kihon Kata Nijhugo Parte 2
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Executando o bunkai completo
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Bunkai do Kata Hiji Ate Goho Devagar
SEXTA-FEIRA 05/02/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Bunkai do Kata Hiji Ate Goho Completo



UNIÃO 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 09/02/21	➤ Reunião Pedagógica – Google Meet • Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Bunkai do Pinan Nidan Parte 1
QUARTA-FEIRA 10/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Bunkai Do Pinan Nidan Parte 2
QUINTA-FEIRA 11/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do treinamento do Bunkai do Pinan Nidan Parte 3
SEXTA-FEIRA 12/02/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do Executando o bunkai devagar - Pinan Nidan
TERÇA-FEIRA 16/02/21	➤ Reunião Pedagógica na sede da União Brasil • Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do Executando o Bunkai Com Força e Velocidade - Pinan Nidan
QUARTA-FEIRA 17/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do Bunkai do Pinan Sandan Parte 1
QUINTA-FEIRA 18/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do Bunkai Do Pinan Sandan Parte 2
SEXTA-FEIRA 19/02/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	• Entrega de material impresso “apostila” e matricula o dia todo na ECO
TERÇA-FEIRA 23/01/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento Gravação do Bunkai Do Bunkai do Pinan Sandan Parte 3
QUARTA-FEIRA 24/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do Bunkai Do Executando o Bunkai Devagar - Pinan Sandan
QUINTA-FEIRA 25/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do Bunkai Do Executando o Bunkai Com Força e Velocidade - Pinan Sandan
SEXTA-FEIRA 26/02/21	• Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para gravação do Bunkai DoBunkai do Kata Pinan Shodan Parte 1

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Eduardo José Dos Santos	
OFICINA: Karatê - Dô	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Bunkai do Kihon Kata Nijhugo Parte 1 • <u>Bunkai do Kihon Kata Nijhugo Parte 2</u> • Executando o bunkai completo • Bunkai do Kata Hiji Ate Goho Devagar	



UNIÃO 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 2ª semana de 08/02 à 12/02/21

- Bunkai do Kata Hiji Ate Goho Completo
- Bunkai do Pinan Nidan Parte 1
- Bunkai Do Pinan Nidan Parte 2
- Bunkai do Pinan Nidan Parte 3

Plano de aula 3ª semana de 15/02 à 19/02/21

- Executando o bunkai devagar - Pinan Nidan
- Executando o Bunkai Com Força e Velocidade - Pinan Nidan
- Bunkai do Pinan Sandan Parte 1
- Bunkai Do Pinan Sandan Parte 2

Plano de aula 4ª semana de 22/02 à 26/02/21

- Bunkai do Pinan Sandan Parte 3
- Executando o Bunkai Devagar - Pinan Sandan
- Executando o Bunkai Com Força e Velocidade - Pinan Sandan
- Bunkai do Kata Pinan Shodan Parte 1

PLANO DE AULA 1

TEMA:Bunkai do Kihon Kata Nijhugo Parte 1

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O intuito é aplicar as técnicas que é trabalhado no kihon kata nijhugo.

OBJETIVO GERAL:Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa primeira parte do bunkai é desenvolvido metade das técnicas que são trabalhadas no kata.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando a primeira parte do Bunkai do Kihon Kata Nijhugo;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIABIBLIOGRÁFICA:<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 2

TEMA:Bunkai do Kihon Kata Nijhugo Parte 2

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O intuito é aplicar as técnicas que é trabalhado no kihon kata nijhugo.

OBJETIVO GERAL:Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa segunda parte do bunkai é desenvolvido metade das técnicas que são trabalhadas no kata.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando a segunda parte do Bunkai do Kihon Kata Nijhugo;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;-
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA:<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

bunkai.html#comment-form

PLANO DE AULA 3

TEMA: Executando o bunkai completo

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar as duas partes juntas do bunkai do kihon kata nijhugo.

OBJETIVO GERAL: É executar o bunkai com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando o Bunkai do Kihon Kata Nijhugo completo;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 4

TEMA: Bunkai do Kata Hiji Ate Goho Devagar

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é aplicar as técnicas que é trabalhado do kata Hiji Ate Goho

OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, a aplicação nessa aula será trabalhada devagar, para aprender e sentir os movimentos.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando o bunkai do kata Hiji Ate Goho devagar;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Bunkai do Kata Hiji Ate Goho Completo

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é aplicar as técnicas que é trabalhado do kata Hiji Ate Goho atingindo o potência máximo que o aluno consiga obter das técnicas.

OBJETIVO GERAL: É executar o bunkai com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando o bunkai do kata Hiji Ate Goho com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Bushido;

- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 6

TEMA: Bunkai do Pinan Nidan Parte 1

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O objetivo é aplicar as técnicas que é trabalhado no Kata Pinan Nidan

OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa primeira parte do bunkai é trabalhado as técnicas do início do kata Pinan Nidan.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
 - Previa do que será trabalhado na aula;
 - Trabalhando as técnicas do início do Kata Pinan Nidan;
 - Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;-
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 7

TEMA: Bunkai Do Pinan Nidan Parte 2

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O objetivo é aplicar as técnicas que é trabalhado no Kata Pinan Nidan

OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa segunda parte do bunkai é trabalhado as técnicas do meio do kata Pinan Nidan.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando as técnicas do meio do Kata Pinan Nidan;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 8

TEMA: Bunkai do Pinan Nidan Parte 3

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O objetivo é aplicar as técnicas que é trabalhado no Kata Pinan Nidan

OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa terceira parte do bunkai é trabalhado as técnicas do final do kata Pinan Nidan.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Trabalhando as técnicas do final do Kata Pinan Nidan;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA **BIBLIOGRÁFICA:**<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 9

TEMA:Executando o bunkai devagar - Pinan Nidan

Turma:1º,2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O intuito é trabalhar as três partes juntas do bunkai do Kata Pinan Nidan devagar.

OBJETIVO GERAL:Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata,nessa aula será trabalhada devagar com a junção das três partes do kata, começo, meio e fim, para aprender e sentir os movimentos.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando devagar com a junção das três partes do kata, começo, meio e fim, para aprender e sentir os movimentos do Kata Pinan Nidan;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA **BIBLIOGRÁFICA:**<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 10

TEMA:Executando o Bunkai Com Força e Velocidade - Pinan Nidan

Turma:1º,2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O intuito é trabalhar as três partes juntas do bunkai do Kata Pinan Nidan.

OBJETIVO GERAL:É executar o bunkai com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando o Kata Pinan Nidan com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA **BIBLIOGRÁFICA:**<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 11

TEMA:Bunkai do Pinan Sandan Parte 1

Turma:1º,2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O objetivo é aplicar as técnicas que é trabalhado no Kata Pinan Sandan.

OBJETIVO GERAL:Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa primeira parte do bunkai é trabalhado as técnicas do início do kata Pinan Sandan, que entre os Pinans é o segundo



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

do grau de dificuldade.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando as técnicas do início do Kata Pinan Sandan, que é o segundo mais difícil entre os Pinans;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA:<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 12

TEMA:Bunkai Do Pinan Sandan Parte 2

Turma:1º,2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O objetivo é aplicar as técnicas que é trabalhado no Kata Pianan Sandan

OBJETIVO GERAL:Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa segunda parte do bunkai é trabalhado as técnicas do meio do kata Pinan Sandan, que entre os Pinans é o segundo do grau de dificuldade.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando as técnicas do meio do Kata Pinan Sandan, que é o segundo mais difícil entre os Pinans;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA:<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 13

TEMA:Bunkai do Pinan Sandan Parte 3

Turma:1º,2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O objetivo é aplicar as técnicas que é trabalhado no Kata Pianan Sandan

OBJETIVO GERAL:Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa terceira parte do bunkai é trabalhado a técnica final do kata Pinan Sandan, que entre os Pinans é o segundo do grau de dificuldade.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando a técnica final do Kata Pinan Sandan, que é o segundo mais difícil entre os Pinans;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA:<http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

[bunkai.html#comment-form](#)

PLANO DE AULA 14

TEMA: Executando o Bunkai Devagar - Pinan Sandan

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar as três partes juntas do bunkai do Kata Pinan Sandan devagar.

OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa aula será trabalhada devagar com a junção das três partes do kata, começo, meio e fim, para aprender e sentir os movimentos.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando devagar com a junção das três partes do kata, começo, meio e fim, para aprender e sentir os movimentos do Kata Pinan Sandan;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 15

TEMA: Executando o Bunkai Com Força e Velocidade - Pinan Sandan

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O intuito é trabalhar as três partes juntas do bunkai do Kata Pinan Sandan tentando atingir o potencial máximo do bunkai.

OBJETIVO GERAL: É executar o bunkai com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando o Kata Pinan Sandan com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

PLANO DE AULA 16

TEMA: Bunkai do Kata Pinan Shodan Parte 1

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: O objetivo é aplicar as técnicas que é trabalhado no Kata Pinan Shodan..

OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai, que é aplicação das técnicas do kata, nessa primeira parte do bunkai é trabalhado as técnicas do início do kata Pinan Shodan, que entre os Pinans é o terceiro do grau de dificuldade.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai que nada mais é que a aplicação das técnicas que compõem o kata, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Trabalhando as técnicas do início do Kata Pinan Shodan, que é o terceiro mais difícil entre os Pinans;
- Convidando os alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://karatedopt.blogspot.com/2010/09/importancia-da-bunkai.html#comment-form>

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Eduardo José Dos Santos			
OFICINA: Karatê - Dô			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: Bunkai do KihonKataNijhugo Parte 1	
	Link do vídeo:https://youtu.be/ADC84QiadUM		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 22	Curtida: 7
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 18: Bunkai do KihonKataNijhugo Parte 2	
	Link do vídeo:https://youtu.be/EylzcGs6k20		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 21	Curtida: 7
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: Executando o Bunkai Completo	
	Link do vídeo:https://youtu.be/GLTgXwrvvF0		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 26	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: Bunkai do KataHijiAteGoho devagar	
	Link do vídeo:https://youtu.be/4GJTKaRzgkM		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 21: Bunkai do KataHijiAteGoho completo	
	Link do vídeo:https://youtu.be/RRmx8f-mQLA		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 1
	Facebook	Visualização: 10	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

		União brasil			
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20				TOTAL DE CURTIDAS: 8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22: Bunkai do PinanNidan Parte 1			
		Link do vídeo:https://youtu.be/tvs3tA3exYY			
		YouTube		Visualização: 10	Curtida: 1
		Facebook União brasil		Visualização: 11	Curtida: 5
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22				TOTAL DE CURTIDAS: 8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23: Bunkai do PinanNidan Parte 2			
		Link do vídeo:https://youtu.be/opDeXXJUKnk			
		YouTube		Visualização: 9	Curtida: 1
		Facebook União brasil		Visualização: 19	Curtida: 6
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29				TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24: Bunkai do PinanNidan Parte 3			
		Link do vídeo:https://youtu.be/GXVjrO_UMb8			
		YouTube		Visualização: 12	Curtida: 1
		Facebook União brasil		Visualização: 17	Curtida: 6
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30				TOTAL DE CURTIDAS: 9	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 25: Executando o BunkaiDevagar –PinanNidan	
	Link do vídeo: https://youtu.be/fbCz30Cp2L8		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 16	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 26: Executando o Bunkai com força e velocidade – PinanNidan	
	Link do vídeo: https://youtu.be/4GMFQsu3ft0		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 27: Bunkai do PinanSandan Parte 1	
	Link do vídeo: https://youtu.be/SIsLrjqUY18		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 1
	Facebook	Visualização: 16	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

		União brasil			
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26				TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 28: Bunkai do PinanSandan Parte 2			
		Link do vídeo:https://youtu.be/VFINdZmWDDs			
		YouTube		Visualização: 15	Curtida: 1
		Facebook União brasil		Visualização: 17	Curtida: 9
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33				TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 29: Bunkai do PinanSandan Parte 3			
		Link do vídeo:https://youtu.be/PmSa8oPsghA			
		YouTube		Visualização: 9	Curtida: 2
		Facebook União brasil		Visualização: 38	Curtida: 8
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 48				TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 30: Executando o Bunkai devagar – PinanSandan			
		Link do vídeo:https://youtu.be/qMLXpydxiWI			
		YouTube		Visualização: 9	Curtida: 1
		Facebook União brasil		Visualização: 22	Curtida: 7
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32				TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 31: Executando o Bunkai com força e velocidade – PinanSandan			
		Link do vídeo:https://youtu.be/QUEorM_Pzk8			
		YouTube		Visualização: 9	Curtida: 1
		Facebook União brasil		Visualização: 23	Curtida: 7
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33				TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 32: (nome da aula)Bunkai do KataPinanShodan Parte 1			
		Link do vídeo:https://youtu.be/vujWHUb5cTk			
		YouTube		Visualização: 15	Curtida: 2
		Facebook União brasil		Visualização: 36	Curtida: 6
		Instagram		Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 52				TOTAL DE CURTIDAS: 10	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 500					
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 157					

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



Moises Ricardo Vicente



Emylly Barbosa de Novais



Esther Gabriely Verás de Souza

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 22-02-2021 – ECO SANTO ANTÔNIO



Realização das inscrições do projeto

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

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	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Montagem e gravação das vídeoaulas: 17 No Ritmo do Hip Hop 01
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica on line. Idealização e gravação das vídeoaulas: 18 No Ritmo do Hip Hop 02
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Elaboração e gravação das vídeoaulas: 19 No Ritmo do Hip Hop 03
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 20 No Ritmo do Hip Hop 04
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Divulgação das vídeoaulas.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

2º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Planejamento e gravação da vídeoaula: 21 No Ritmo do Hip Hop 05
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica on line. Idealização e gravação da vídeoaula: 22 No Ritmo do Hip Hop 06
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 23 No Ritmo do Hip Hop 07
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 24 No Ritmo do Hip Hop 08
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Divulgação das vídeoaulas.

3º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 25 No Ritmo do Hip Hop 09
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica na sede da União Brasil. Idealização e gravação da vídeoaula: 26 No Ritmo do Hip Hop 10
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 27 No Ritmo do Hip Hop 11
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Planejamento e gravação da vídeoaula: 28 No Ritmo do Hip Hop 12
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Divulgação das vídeoaulas.

4º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 22/02/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 29 No Ritmo do Hip Hop 13
TERÇA-FEIRA 23/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula 07:00h às 12:00h na ECO Elaboração e gravação da vídeoaula: 30 No Ritmo do Hip Hop 14
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 31 No Ritmo do Hip Hop 15
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula no Núcleo Santa Clara das 8:00h às 16:00h
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Idealização e gravação da vídeoaula: 32 No Ritmo do Hip Hop 16 Divulgação das vídeoaulas.

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Emerson Bastos Sereni	
OFICINA: Hip Hop Danças Urbanas	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 - No Ritmo do Hip Hop 01 - No Ritmo do Hip Hop 02 - No Ritmo do Hip Hop 03 - No Ritmo do Hip Hop 04	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21	



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

- No Ritmo do Hip Hop 05 - No Ritmo do Hip Hop 06 - No Ritmo do Hip Hop 07 - No Ritmo do Hip Hop 08
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 - No Ritmo do Hip Hop 09 - No Ritmo do Hip Hop 10 - No Ritmo do Hip Hop 11 - No Ritmo do Hip Hop 12
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 - No Ritmo do Hip Hop 13 - No Ritmo do Hip Hop 14 - No Ritmo do Hip Hop 15 - No Ritmo do Hip Hop 16

PLANO DE AULA 1

TEMA: 17 No Ritmo do Hip Hop 01	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Introduzir a reflexão das crianças referente aos estilos aos trabalhos coreográficos a serem executados durante uma performance de dança. 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.	
OBJETIVO GERAL: Buscar o 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: Cuidar do ambiente do espaço, seleção da música, rádio com bateria 100% carregada, idealização e montagem do roteiro da vídeo aula. Pensar no horário, no enquadramento, na postura do professor e principalmente no seu preenchimento de espaço durante a gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: O professor inicia a aula conversando com os alunos se apresentando e perguntando se eles estão bem. Iniciação dos ensinamentos passo a passo da coreografia. Desta forma o aluno consegue ir memorizando a coreografia juntamente com o professor e em breve ambos irão utilizar nas aulas presenciais ou até mesmo em apresentações nas escolas. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://wp.ufpel.edu.br/danca/files/2018/08/TCC-David-Fevii-2018-Finalizado.pdf

PLANO DE AULA 2

TEMA: 18 No Ritmo do Hip Hop 02	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Continuar os trabalhos das aulas anteriores referente ao tema. Inicialmente o Hip Hop era conhecido apenas como um movimento de braços e pernas em que o dançarino deveria realizar antes de qualquer contato com o som, após anos, vimos que existem outras técnicas e formas de valorização dos passos transformados em arte.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver oportunidades de liberdade quando eles forem dançar nas festas de familiares, amigos, escolas ou até mesmo em eventos de Hip Hop, onde acontecem a maior concentração de adeptos desta modalidade artística urbana, ocorrendo após a liberação do isolamento social devido ao novo Covid-19.	
PROCEDIMENTOS: Iniciação 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	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

aprendizagem do aluno com esta arte.

ROTEIRO VIDEOAULA: Iniciação da aula com o som. Exemplificação da aula, interagindo com o aluno através da vídeoaula, perguntando como ele está recebendo estas informações na sua casa e mentalizando seu espaço local para a prática da aula via redes sócias. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://dancecast.com.br/sobre-o-hip-hop-freestyle-dance/>

PLANO DE AULA 3

TEMA: 19 No Ritmo do Hip Hop 03

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Apresentar aos alunos a compreensão e a necessidade de aprenderem este estilo de passo. Salientando que no início, estes passos eram utilizados de forma obrigatória, mas com o passar do tempo o que era obrigação virou estilo próprio, transformando-se em arte e supostamente em dança.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar com os alunos a forma correta de se realizar um o estilo buscando a evolução deles através da prática repetitiva até que chegue a perfeição. 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 vídeo aula e ensaiar todos os passos que serão ministrados.

ROTEIRO VIDEOAULA: Inicia-se com a palavra do professor. Dando continuidade na aula, segue de exercícios sem música. Passos simples e de fácil aprendizado com a contagem sequencial de forma pausada para a que haja uma melhor memorização do aluno. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.efdeportes.com/efd104/street-dance.htm>

PLANO DE AULA 4

TEMA: 20 No Ritmo do Hip Hop 04

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Transcender momentos incríveis com a aula proposta diante do momento de pandemia atual. Descontrair-se com os passos sugeridos pelo professor sem se preocupar com a técnica. Curtindo o momento com sua família e/ou amigos.

OBJETIVO GERAL: Extrair dedicação do aluno em forma de dança com trabalhos coreográficos ritmados ao som. Expressando sempre o balanço na batida. Desta maneira a criança consegue trabalhar pausadamente cada passo ministrado pelo professor.

PROCEDIMENTOS: Idealizar a aula de uma forma geral, iniciando pelo roteiro, uma vez que o aluno realizará esta aula na sua residência, portanto, verificar a prática em um espaço adequado que ele consiga fazer tranquilamente.

ROTEIRO VIDEOAULA: Simples abertura do vídeo com uma breve fala de otimismo para as crianças. Solta o som e ao mesmo tempo o professor explica qual o 'passo' será encaixado na música para que todos possam acompanhar facilmente. Realizando a contagem do som e a quantidade de 'passos'. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

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

PLANO DE AULA 5

TEMA: 21 No Ritmo do Hip Hop 05

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Dançar na escola é algo muito importância para desenvolver nas crianças a criatividade corporal mesmo que de forma simples. A musicalidade que a dança trás vai muito além do ritmo e sim buscar a compreensão relacionando-se com a melodia que a mesma carrega. Curtindo 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

momento com sua família e/ou amigos.

OBJETIVO GERAL: Buscar extrair a expressão para nossos alunos mediante os movimentos coreográficos sugeridos neste 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: Após idealização do roteiro, coreografia e figurino, a verificação do espaço é um fator importantíssimo para a gravação da vídeo aula devido à profundidade em que a câmera capta. Desta forma a limpeza e a higienização serão uma das principais preocupações do professor.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura do professor com a fala inicial, com o grito de 'guerra'. Inicia-se a aula após a fala com alguns passos. Explicação verbal com a prática de cada exercício apresentado na aula. Feito cada um deles de forma pausada e calma, o professor aumenta o volume a intensidade do passo. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.itu.com.br/conteudo/detalhe.asp?cod_conteudo=7454

PLANO DE AULA 6

TEMA: 22 No Ritmo do Hip Hop 06

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Buscar a compreensão da prática de cada passo ensinado na vídeo aula para que os ensaios pós aula sejam eficazes. Pois é necessário que a simplicidade das palavras e ensinamentos esteja de acordo com a aula proposta.

OBJETIVO GERAL: Dar valor na descontração e a importância dos alunos realizarem uma aula divertida sem o objetivo de expressarem as técnicas dos passos sugeridos na aula do professor. Sendo assim, a aula flui com muito mais vigor devido à despreensão de explodirem e apenas viverem.

PROCEDIMENTOS: Idealizar a vídeo aula sugerida pelo professor com roteiro da realização dos passos com início, meio e fim. Buscando transmitir esta aula em um ambiente adequado que conecte o aluno ao 'mundo do Hip Hop' salientando suas origens e desenvolvimentos.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Desenvolvimento da aula com o som utilizado na aula mediante os passos atuais e contemporâneos, salientando a harmonia entre a mão, braços, pernas e giros do corpo após pesquisas nos sites de buscas. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://br.pinterest.com/isa_doramendes/hip-hop-pose/

PLANO DE AULA 7

TEMA: 23 No Ritmo do Hip Hop 07

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

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

OBJETIVO GERAL: Fazer com que os alunos saibam diferenciar um passo do outro e que os mesmos estejam sempre preparados para colocarem em prática tudo que foi ensinado em aula. Que o tempo não os distancie da arte e muito menos daquilo que é bom.

PROCEDIMENTOS: Levantar tudo que é necessário para o melhor desempenho da aula em questão, desde o roteiro até o cuidado com o ambiente, destacando sua limpeza, luz necessária, tempo apropriada, horário adequado e roteiro corrigido.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura da aula com o professor comentando a importância da quarta coreografia como instrumento principal da Dança em si. Com começo, meio e fim. De forma bem simples, o equilíbrio é certo, sem a necessidade de exercer esforço. Passo a passo os alunos vão obtendo mais técnicas, posturas e condicionamentos para futuros movimentos da dança. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <https://dancasceca.fandom.com/pt->



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

[br/wiki/Dan%C3%A7a de rua %E2%80%93 Hip Hop \(2\)](http://br/wiki/Dan%C3%A7a_de_rua_%E2%80%93_Hip_Hop_(2))

PLANO DE AULA 8

TEMA:24 No Ritmo do Hip Hop 08

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA:Incentivar e promover aos alunos uma aula divertida ao som instrumental que utilizam batidas fortes com graves mais altos e que diretamente incentivam a prática da dança e evolução da mesma, jovens e adolescentes a curtirem e a dançarem juntamente com a batida.

OBJETIVO GERAL:Trazer para o dia a dia as aulas com 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: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. Ficar atento com o melhor horário para dar 'start'.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Dando continuidade nos passos e movimentos em ação. Em seguida a fala do professor explicando a forma correta de executar o passo e sobre as parcerias que conectam a aula com a música. Preparação do local da gravação, últimos detalhes do roteiro da vídeoaula, seleção da música, ensinar o passo a passo dos movimentos explicando a maneira adequada para praticar a coreografia. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://passobase.com/artigos/vamos-dan-ar-hip-hop>

PLANO DE AULA 9

TEMA:25 No Ritmo do Hip Hop 09

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA:Ritmar a aula com a 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:Salientar e orientar a criança através de passos simples como se desenvolverem no ritmo juntamente com o professor, mostrando que a expressão corporal, mental e física, podemos nos conectar com tudo aquilo que nos faz bem mesmo quando a aula não tenha som.

PROCEDIMENTOS:Espaço para a prática da aula. Enquadramento do professor. Roteiro com a realização da proposta. Iluminação adequada. Piso (pista de dança) para a realização e ministração da aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Abertura oficial do professor. Exemplificação dos passos com orientações e práticas alternando os lados com trocas de pernas e rotação do quadril utilizando a meia ponta dos pés. Continuação com várias repetições do exercício frontais e lateral apresentado e por fim a prática da dança em questão de várias formas. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<http://periodicos.ufc.br/vazantes/article/view/40299/96046>

PLANO DE AULA 10

TEMA:26 No Ritmo do Hip Hop 10

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA:Continuação da aula e finalização da mesma. Para acelerar o processo, foi pensado, em trabalhar o princípio dos passos básicos da dança, no intuito de que as idéias fluíssem mais facilmente para que as dificuldades não sejam o atrapalho com paciência e calma contribuir com a continuidade do processo de elaboração.

OBJETIVO GERAL:Buscar variedades aos movimentos e formas de cada passo, sendo assim, os



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

alunos estarão se desenvolvendo de forma criativa, levando em considerações tópico diferenciado referente ao tema em que se pede.

PROCEDIMENTOS: Utilização de um rádio portátil com acesso ao pen drive, com caixas de som que dê pra ouvir o bumbo e a caixa (grave e o agudo). Detalhamento do roteiro, parte por parte. Repassando os passos a serem utilizados na aula e coreografias. Limpeza do espaço, pista de dança, ambientização e higienização de todo local a ser utilizado pelo professor.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Iniciação do professor realizando as falas e o som a ser utilizado na aula. Sugerindo a prática em suas residências. Com o tempo e pela repetição dos passos ensinados, inicia-se os passos repetição dos mesmos através da aula anteriormente ministrada. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

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

PLANO DE AULA 11

TEMA: 27 No Ritmo do Hip Hop 11

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Observar a construção de trabalhos em duplas entre irmãos e ou familiares. Desta forma, os conceitos acabam se unificando em um mesmo ambiente. Trazendo de certa forma movimentos coreográficos em duplas e supostamente em equipe.

OBJETIVO GERAL: Extrair a reflexão 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: Preocupar-se primeiramente com o roteiro geral. Em seguida, preparar o local para a prática da aula. Tomando os devidos cuidados necessários com higiene e purificação do mesmo. Separar as músicas no pen drive, posicionar a câmera e iniciara gravação no horário mais adequado.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Simples apresentação do professor. Sugerindo que os alunos tenham uma boa aula. Relembrando alguns passos da dança Locking ministradas nas aulas anteriormente com técnicas, ritmos e desenvolvimentos. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <https://www.mundodadanca.art.br/2011/12/hip-hop-alem-da-cultura.html>

PLANO DE AULA 12

TEMA: 28 No Ritmo do Hip Hop 12

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Compreender e trabalhar juntamente com a criatividade na forma de expressão corporal onde o aluno tem a liberdade de criar diferentes movimentos através de estímulos musicais e a improvisação espontânea fica por sua própria conta.

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: Fixar a coreografia com as crianças para que elas trabalhem com seus irmãos e familiares. Ensaando várias vezes até que ambos consigam memorizá-las e praticá-las. Desta forma, a dupla irá se sentir mais a vontade para se apresentarem em festas e encontros familiares.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Iniciação do professor com o rádio tocando o som. Uma breve apresentação da aula e como os alunos devem praticar esta aula interagindo com os passos apresentados pelo Bad. Passos aos quais eram utilizados nas décadas de 80, 90 e 2000. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://dancads.blogspot.com/p/danca-classica.html>



UNIÃO 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: 29 No Ritmo do Hip Hop 13	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Trazer aos alunos uma possibilidade de aprenderem algo de valor nas aulas de dança com o conceito de conectá-los com o estilo de aula proposta através da compreensão e a organização dos movimentos subsequentes referido nas aulas anteriores.	
OBJETIVO GERAL: Verificar o desenvolvimento das crianças quando os passos são realizados sem som. Isto faz com que eles prestem mais atenção nos ensinamentos e colocações de pés, pernas, giros de quadril, deslocamento e lateralidade.	
PROCEDIMENTOS: Elaboração do roteiro, limpeza do local, higienização do mesmo, música para a gravação, estrutura completa para a produção da vídeo aula. Pensar no horário bom para iniciar a aula e principalmente preencher o espaço todo como se estive apresentando em um palco.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve abertura do professor explicando o que irá acontecer na aula sugerida. Ele apresenta a aula pausadamente exemplificando passo a passo para que o aluno realmente consiga acompanhar e expressar todos os movimentos que o professor realiza. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/14546/2/38502.pdf	

PLANO DE AULA 14

TEMA: 30 No Ritmo do Hip Hop 14	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Comunicação através da dança. Se expressar corporalmente através da proposta sugerida. É por meio dos movimentos, realizados em sintonia com ritmos que são construídas as mensagens do ato comunicativo, onde a linguagem da qual a dança se apropria é a corporal, desta forma sua prática promove a ampliação das habilidades associadas à inteligência corporal.	
OBJETIVO GERAL: Acreditar no poder que a dança exerce sobre o ser humano, entendemos que de certa forma não basta ficarmos apenas no papel em sala de aula e sim dar continuidade no compromisso de transformá-la em vivência prática. Dançar é uma experiência transformadora e muito boa.	
PROCEDIMENTOS: Levantamento do roteiro a ser utilizado na gravação do vídeo. Verificação do local, estrutura, som, limpeza, higienização, água, toalha, pen drive, músicas selecionadas mesmo que a aula tenha sido gravada sem sua utilização.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura do vídeo com o professor falando sobre a aula. 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. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=60	

PLANO DE AULA 15

TEMA: 31 No Ritmo do Hip Hop 15	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos
JUSTIFICATIVA: Desenvolver oportunidade com os alunos para que eles ganhem conhecimento cultural e rítmico. Trazer a memória o quanto é importante o envolvimento com a arte e em tudo que a ela carrega. Com aula sem a utilização do som a criança tem a oportunidade de aprenderem desenvolver juntamente com o professor e sua família a dançarem, se expressarem a arte da dança.	
OBJETIVO GERAL: Ampliar de certa forma a consciência individual e grupal estimulando o ritmo e proporcionar momentos que de forma indireta envolvam os sentimentos e entendimentos dos alunos das redes municipais.	
PROCEDIMENTOS: Preocupar-se primeiramente com o roteiro geral. Em seguida, preparar o local	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

para a prática da aula. Tomando os devidos cuidados necessários com higiene e purificação do mesmo. Separar as músicas no pen drive, posicionar a câmera e iniciara gravação no horário mais adequado.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Apresentação do professor no local diferenciado. Graffiti ao fundo na parede de sua residência. Breve sugestão de como será desenvolvido a vídeo aula. Inicia-se o ensinamento dos passos básicos coreografados da proposta utilizada. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.significados.com.br/hip-hop/>

PLANO DE AULA 16

TEMA: 32 No Ritmo do Hip Hop 16

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º anos

JUSTIFICATIVA: Extraíra dança como proposta de diversidade diante do momento de isolamento social. Além da descontração se desenvolver com os passos sugeridos pelo professor sem se preocupar com a técnica, garantindo assim um momento único com seus familiares.

OBJETIVO GERAL: Salientar a preocupação dos nossos alunos que não podemos deixar de nos cuidarmos porque este vírus veio para nos ensinar muitas coisas. Dentre elas: que nossos familiares são as prioridades. Que sem saúde não temos forças pra alcançarmos nossos objetivos. Que a Fé em Deus nos move a um patamar de positivismo e de compreensão para cada momento triste em nossas vidas. Que devemos valorizar a VIDA, porque ela é única.

PROCEDIMENTOS: Elaborar conceitualmente o roteiro, as formas de apresentação, posicionamento do professor frente da câmera, centralização do vídeo, a colocação do rádio e da garrafa de água. O horário ideal para realizar a gravação. Após ter ensaiado passo a passo a vídeo aula, chega o momento da gravação.

ROTEIRO VÍDEOAULA: A aula inicia com o professor 'curtindo' o som sugerido para gravação da mesma. Trazendo a memória dos pais, filhos e familiares a batida 'bem suave' que dá o destaque com da música. Passando para a prática, o professor explica a utilização do tempo real e o contra tempo da batida. O professor finaliza a aula se despedindo dos alunos e pedindo para que todos acompanhem as redes sociais da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://petitedanse.com.br/ensino/modalidades-de-danca/street-dance/>

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Emerson Bastos Sereni

OFICINA: Hip Hop Danças Urbanas

CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas

CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 17: No ritmo do Hip Hop 01



Link do vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=-ed0UoCYJo>

YouTube

Visualização: 13

Curtida: 04

Facebook

Visualização: 27

Curtida: 11

União Brasil

Instagram

Visualização: 04

Curtida: 08

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44

TOTAL DE CURTIDAS: 23

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 18: No ritmo do Hip Hop 02



Link do vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=QHVHDiW0HUK>

YouTube

Visualização: 07

Curtida: 04

Facebook

Visualização: 24

Curtida: 10

União Brasil



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35			TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19:No ritmo do Hip Hop 03		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PAqmzeWvF7c			
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 05	
	Facebook União brasil	Visualização: 17	Curtida: 11	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32			TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20:No ritmo do Hip Hop 04		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=kCWoBh0YZk0			
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 04	
	Facebook União brasil	Visualização: 17	Curtida: 09	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37			TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 21:No ritmo do Hip Hop 05		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=d0VliuvRyf0			
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 05	
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 11	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30			TOTAL DE CURTIDAS: 24	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22:No ritmo do Hip Hop 06		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zEvAXMUyupo			
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 06	
	Facebook União brasil	Visualização: 23	Curtida: 14	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 47			TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23:No ritmo do Hip Hop 07		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=nVJdyVUEmWU			
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 04	
	Facebook União brasil	Visualização: 23	Curtida: 12	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36			TOTAL DE CURTIDAS: 24	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24:No ritmo do Hip Hop 08		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ZmnaI6Caabs			
	YouTube	Visualização: 22	Curtida: 07	
	Facebook União brasil	Visualização: 60	Curtida: 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

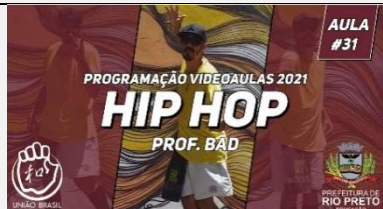
		Instagram	Visualização: 03	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 85			TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 25:No ritmo do Hip Hop 09		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=0PaAh5HMy2g			
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 27	Curtida: 10	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38			TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 26:No ritmo do Hip Hop 10		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mr0RWM8MzUc			
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 20	Curtida: 09	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33			TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 27:No ritmo do Hip Hop 11		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mcb4C2m-siY			
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 47	Curtida: 09	
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 58			TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 28:No ritmo do Hip Hop 12		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=izgLZp_Xccs			
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 11	
	Instagram	Visualização: 05	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30			TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 29:No ritmo do Hip Hop 13		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zRCIhVBvoyc			
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 14	Curtida: 09	
	Instagram	Visualização: 05	Curtida: 08	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26			TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 30:No ritmo do Hip Hop 14		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PG8HbKN6Gj0			
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 05	
	Facebook União brasil	Visualização: 18	Curtida: 08	
	Instagram	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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 31:No ritmo do Hip Hop 15	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=9afScnM3TMg		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 03
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 06	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 32:No ritmo do Hip Hop 16	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=x12j9XKBPMY		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 03
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 09	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 613			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 357			

RETORNO DOS ALUNOS

ANNE ELIYZE T2 - EDUARDO PONSSIANO T3 SANTA CLARA



Iza Beatriz Manso Esteves T3 –
Nicolas Henrique Manso Esteves T5 – ECO

CARLOS DAVI T4 STA CLARA

RYAN CARLOS 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



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS S

DIA: 23/02/2021 – MATRICULAS ECO STO ANTONIO



DIA: 25/03/2021 – MATRICULA STA CLARA



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Haysllan Laurentino da Silva Possebon	
Oficina: Karatê-Dô	
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

1º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida. Gravação da aula de alongamentos dos membros inferiores e superiores
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica pelo Google meet Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida . Gravação da aula (Fundamentos do Tsuki e Hikité)
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida. Gravação da aula (Fundamentos da defesa gedan Barai)
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida . Gravação da aula (Fundamentos da defesa Yoko Uke)
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Revisão dos vídeos gravados e envio dos mesmo para coordenadora avaliar antes da postagem utilizando a plataforma WeTransfer

2º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida. Gravação da aula (Fundamentos da defesa Uchi Uke)
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica pelo Google meet Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida. Gravação da aula (Fundamentos da defesa Jodan Age Uke)
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Planejando o o objetivo de aula e proposta a ser atingida . Gravação da aula (Fundamentos das técnica Shuto Uke)
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida . Gravação da aula (Fundamentos doa técnica Hiji Uchi e base Shiko Dachi)
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Revisão dos vídeos gravados e envio dos mesmo para coordenadoria avaliar antes da postagem utilizando a plataforma WeTransfer

3º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida . Gravação da aula (Fundamentos dos Geri, Mae e Mawashi)
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica na sede da União Brasil Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida .Gravação da aula (Executando o Kata Nijugo utilizando as técnicas passada nos vídeos anteriores)
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida . Gravação da aula (Kobudô técnicas de bastão aprendendo o Kamae e Yoi)
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida . Gravação da aula (Kobudô 1º fundamento da cabeça com defesa)
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Revisão dos vídeos gravados e envio dos mesmo para coordenadoria avaliar antes da postagem utilizando a plataforma WeTransfer

4º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	Entrega de material impresso “apostila” e matricula na ECO o dia todo
TERÇA-FEIRA 23/01/21	Entrega de material impresso “apostila” e matricula na ECO o dia todo
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matricula na ECO das 07:00 às 13:00. Gravação da aula (Kobudô 6º 7º fundamento de ataques do nível gedan com troca de pegada utilizando 2 mãos)
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida. Gravação da aula (Kobudô 2º 3º fundamento de ataque frontal e lateral) Gravação da aula (Kobudô técnicas de giro do bastão)



UNIÃO 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 26/02/21	Gravação da aula (Kobudô 4° 5° ataques no nível Chudan com troca de pegada utilizando uma mão) Revisão dos vídeos gravados e envio dos mesmo para coordenadoria avaliar antes da postagem utilizando a plataforma WeTransfer.
---------------------------------------	--

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Haysllan Laurentino da Silva Possebon	
OFICINA: Karatê-Dô	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1ª semana de 01/02 à 05/01/21 • Alongamentos dos membros inferiores e superiores • Fundamentos tsuki e hikité • Fundamentos da defesa Gedan Barai • Fundamentos da defesa Yoko Uke	
Plano de aula 2ª semana de 08/02 à 12/02/21 • Fundamentos da defesa Uchi Uke • Fundamentos da defesa Jodan Age Uke • Fundamentos da defesa Shuto Uke • Fundamentos da Técnica de Hiji Uchi e Shiko Dachi	
Plano de aula 3ª semana de 15/02 à 19/02/21 • Fundamentos das Técnicas de Mae geri e Mawashi Geri • Execução do Kata Kihon Kata Nijugo • Fundamentos de kobudô, Kamae e Yoi • Kobudô, 1º fundamento de bastão, nível Jodan	
Plano de aula 4ª semana de 22/02 à 26/02/21 • Kobudô , 2º e 3º fundamento de bastão, frontal e lateral • Kobudô, 4º e 5º fundamento de bastão, nível Chudan • Kobudô, 6º e 7º fundamento de bastão, nível Gedan • Kobudô, Técnicas de giro	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Alongamento dos membros inferiores e superiores	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Dar entendimento aos alunos dos alongamento mostrado.	
OBJETIVO GERAL: Utilizar esse vídeo como referencia para que toda aula os alunos possam utilizar os movimento que tendem a melhorar a desenvoltura na pratica do karatê e prevenir possível detenções ou lesão na pratica do esporte	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Praticando oss alongamentos de membros inferiores e superiores; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização 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

compartilhamento;

- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 2

TEMA: Treinamento das técnicas de Tsuki e Hikite

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar o fundamento da técnica de soco e puxada do braço

OBJETIVO GERAL: Ensinar para o aluno como executar o movimento de Tsuki (soco) corretamente, posicionando o ombro para baixo, postura correta alinhando nariz com nó da faixa, puxada do hikite (puxar o cotovelo) sempre em linha reta sincronizando com o soco e utilizar o quadril corretamente sempre fazendo um giro de 45° na posição oposta do soco e finalizando a respiração correta inspirar pelo nariz e expirar pela boca.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Comprimeto e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando os ataques de forma fracionada com cada explicação;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 3

TEMA: Treinamento da defesa Gedan Barai

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar a Biomecânica correta para execução da defesa no nível baixo.

OBJETIVO GERAL: Executar o movimento de Gedan barai (defesa de varredura) corretamente trabalhando a preparação do movimento trabalhando sempre a mão da cintura levando ao cotovelo no braço em execução e fazendo movimento reto com sentido para baixo utilizando o quadril na posição oposta do braço.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Comprimeto e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando os movimentos de defesa do nível baixo de acordo com cada explicação;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 4

TEMA: Treinamento da defesa Yoko Uke

Turma: 1° ao 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:Trabalhar a biomecânica correta para execução da defesa no nível médio (Dentro para Fora).

OBJETIVO GERAL:Fazer a defesa Yoko Uke (defesa de dentro para fora no nível médio) utilizando a preparação da mão em hikite (puxada na cintura) levando a mesma em baixo do cotovelo do braço oposto, fazendo movimento circular sentido para fora, o quadril se movimenta 45/ para direção oposta .

PROCEDIMENTOS:Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando o movimento de defesa e preparação de acordo com o explicação;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 5

TEMA:Treinamento da defesa Uchi Uke

Turma:1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA:Trabalhar a biomecânica correta para execução da defesa no nível médio (Fora para Dentro)

OBJETIVO GERAL:Executar a defesa Uchi Uke (defesa de fora para dentro no nível médio) utilizando a preparação correta, elevando a o punho ao lado do ombro e com movimento circular para dentro alinhando o punho com o ombro oposto utilizando o quadril no sentido da mão em execução.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando a defesa de fora para dentro de acordo com a explicação;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 6

TEMA:Treinamento da defesa Jodan Age Uke

Turma:1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA:Trabalhar a Biomecânica correta para execução da defesa no nível alto

OBJETIVO GERAL:Lembrando sempre o aluno que toda preparação vai partir com o punho na posição de Hikite (puxada da mão) que estará com o punho colado na cintura , para esta defesa fazendo movimento de escorregar o antebraço até o punho chegar na altura dos olhos fazendo em seguida um movimento de empurrar o cotovelo para cima da cabeça deixando o braço em um ângulo de 45°, com movimento simultâneo puxo firmemente braço oposto para posição de Hikite, deixando o quadril com ângulo oposto do braço em execução.



UNIÃO 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:Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando a defesa de nível alto de acordo com cada explicação;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 7

TEMA: Treinamento da defesa Shuto Uke

Turma:1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA:Trabalhar a preparação dos punhos e cotovelos para execução correta do movimento.

OBJETIVO GERAL:Trabalhar no aluno a primeira defesa onde utilizamos as mãos abertas lembrando que o posicionamento de dedão será sempre recolhido, o movimento é executado com a preparação no meio do peito fazendo o movimento em linha reta para frente levando as pontas dos dedos para cima.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando os exercícios de acordo com a explicação;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 8

TEMA:Treinamento das técnicas de Hiji Uchi

Turma:1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA:Intende a utilização do cotovelo em ataque frontais e laterais.

OBJETIVO GERAL:Trabalhar a técnica de Hiji Uchi (técnicas de cotovelo) frontal e lateral, esse movimento é executado com o punhos cerrados voltado para cima levando a mão na altura da orelha fazendo o movimento de ataque a frente do corpo, neste movimento o aluno vai compreender uns dos movimentos onde não trabalhamos com a influência do quadril.

PROCEDIMENTOS:Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:-

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Praticando as técnicas de cotovelos;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 9

TEMA: Treinamento das técnicas de Mae Geri e Mawashi geri

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Entender e utilizar corretamente o joelho na execução do chute

OBJETIVO GERAL: Trabalhamos os chutes Mae geri(chute frontal) e Mawashi geri(chute lateral) levando ao aluno da importância do posicionamento do pé de apoio pois a posição que colocaremos ele é o quando meu quadril fará o giro do movimento, lembrando que no movimento frontal meu pé deslocará apenas 15° pois meu quadril não precisa de giro, já no lateral levo o pé a 45° graus pois meu quadril precisará girar mais para que o chute possa ser executado na posição com o corpo de lado, lembrando que em todas as técnicas de chutes meu elevo meu joelho na linha da faixa para assim executá-lo

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:- Apresentação e saudação aos alunos;

- Comprimeto e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando técnicas de chutes com a explicação adequada;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas ;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 10

TEMA: Execução do Kata "Kihon Kata Nijugo"

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: juntar cada movimento treinado anteriormente e assim formar o 1° Kata (forma)

OBJETIVO GERAL: Nesta aula o alunos vai entender que todos os treinos anteriores formar esse 1° Kata, onde fracionamos os movimentos para a melhor entendimento de cada técnicas assim colocaremos cada movimento em prática dentro do kata com o melhor entendimento possível de cada técnicas, notamos que com esse sistema de treinamento onde dividimos o kata em kihons (treinos separados) o aluno executa melhor e com mais objetividade o Kata,

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:- Apresentação e saudação aos alunos;

- Comprimeto e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando o 1° Kata "Kihon Kata Nijugo";
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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

PLANO DE AULA 11

TEMA: Treinamento de Kobudô, Kamae e Yoi

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar a noção de posicionamento do bastão em treinamento.

OBJETIVO GERAL: levar aos alunos a arte do Kobudô (Treinamento com armas marciais) fazendo com que os alunos aprendam os movimentos básico do bastão e nesta aula aprendemos a posicionar o bastão da maneira correta em kamae (posição em preparação) e Yoi (posição inicial) onde é exigido muita coordenação motora e trabalha a lateralidade do aluno

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos;

- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando os primeiros movimentos com bastão;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treinamento de Kobudô, 1 fundamento de bastão, nível Jodan

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Treinar o fundamento básico de bastão, melhorando movimento circulares em linha.

OBJETIVO GERAL: Dividimos em 8 movimentos de execução básica onde os alunos trabalharam movimentos retos, circulares, troca de pegada e giro, assim neste 1° treino aprendemos o primeiro ataque na linha de Jodan (Nível alto) trabalhando o bastão com movimento circular em linha.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos;

- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando o 1° movimento de bastão nível alto;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 13

TEMA: Treinamento de Kobudô, 2° e 3° fundamento de bastão, frontal e lateral

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Treinar fundamentos básicos de bastão, melhorando movimentos laterais altos.

OBJETIVO GERAL: neste treinamento trabalhamos os movimentos lateral no nível alto onde o aluno trabalha muita coordenação motora, trabalhamos os giros do lado esquerdo onde vou levar a ponta do bastão que esta na mão esquerda em baixo do braço direito e no movimento para o giro do lado direito apenas volto o bastão para sua origem.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando o 2° e 3° movimento de ataques laterais;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 14

TEMA: Treinamento de Kobudô, 4° e 5° fundamento de bastão, nível Chudan | **Turma:** 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Treinar fundamentos básicos de bastão, melhorando movimento circulares médio e troca de pegada de 1 mão

OBJETIVO GERAL: Neste treinamento o aluno vai aprender as trocas de pegada que seria inverter a maneira que seguro o bastão, lembrando que não devo tirar a mão do bastão em nenhuma circunstância, devemos trabalhar sempre os giros e troca de pegada com a mão em contato com o bastão, fazendo assim um movimento rápido para que em sequência executemos o ataque de nível Chudan (médio)

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando o 4° e 5° movimentos de troca da mão;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 15

TEMA: Treinamento de Kobudô, 6° e 7° fundamento de bastão, nível Gedan | **Turma:** 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Treinar fundamentos básicos de bastão, melhorando movimentos circulares baixo com troca de pegada de 2 mãos

OBJETIVO GERAL: Neste treino os alunos trabalham o nível Gedan (baixo) na altura dos joelhos fazendo o movimento lateral conforme aprendemos em outras aulas mudando apenas o nível podemos fazer a variação de ajoelhar no chão ao executar o movimento

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

- ROTEIRO VIDEOAULA:**
- Apresentação e saudação aos alunos;
 - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
 - Previa do que será trabalhado na aula;
 - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Praticando o 6° e 7° movimento de ataque lateral nível baixo;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 16

TEMA: Treinamento de Kobudô, técnicas de giro

Turma: 1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar fundamentos básicos de bastão utilizando fundamentos anteriores de pegada e troca de pegada para girar o bastão.

OBJETIVO GERAL: Finalizamos os treinos básicos com bastão trabalhando os giros onde o aluno trabalha o giro juntamente com o avançar e o recuar, nesta técnica os alunos aprender a escorregar o bastão para que o giro fique mais rápido assim praticamos todos fundamentos básicos de bastão onde o aluno conseguirá no futura aprender e executar o Kata Rohai Nokun

PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste de vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos;

- Comprimeto e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Praticando o giro com bastão;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando para participarem das próximas vídeoaulas;
- Comprimeto e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Haysllan Laurentino da Silva Possebon

OFICINA: Karatê-Do

CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas

CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 01: Alongamento

Link do vídeo: <https://youtu.be/zRU9bzoX2s4>

YouTube

Visualização: 54

Curtida: 9

Facebook

Visualização: 10

Curtida: 7

União Brasil

Instagram

Visualização: 2

Curtida: 1

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 66

TOTAL DE CURTIDAS: 17

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 02: Soco Zuki

Link do vídeo: <https://youtu.be/SIm5XT60Mxc>

YouTube

Visualização: 21

Curtida: 5

Facebook

Visualização: 28

Curtida: 11

União Brasil

Instagram

Visualização: 2

Curtida: 2

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 51

TOTAL DE CURTIDAS: 18

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 03: Defesa Gedan Barai



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	Link do vídeo: https://youtu.be/tEP4kUh9A40		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 04: Defesa Yoko Uke	
	Link do vídeo: https://youtu.be/9E4D1xi-88M		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 21	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 05: Defesa Uchi Uke	
	Link do vídeo: https://youtu.be/FUORv1ErbIY		
	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 6
	Facebook União brasil	Visualização: 14	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 06: Defesa Jodan Age Uke	
	Link do vídeo: https://youtu.be/wMRrwee_988		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 24	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 07: Shuto Uke	
	Link do vídeo: https://youtu.be/qYhIPp25Pz4		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 08: Movimentos de Cotovelo	
	Link do vídeo: https://youtu.be/bQktAUnuyaE		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 16	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 5



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:35		TOTAL DE CURTIDAS:17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 09: Técnicas de chute	
		Link do vídeo: https://youtu.be/DeD3F6n570c	
		YouTube	Visualização: 15 Curtida: 5
		Facebook União brasil	Visualização: 41 Curtida: 8
		Instagram	Visualização:5 Curtida:5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:61		TOTAL DE CURTIDAS:18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 10: Kihon Kata Nijugo	
		Link do vídeo: https://youtu.be/jJyV3R3o5Dg	
		YouTube	Visualização: 15 Curtida: 6
		Facebook União brasil	Visualização: 122 Curtida: 11
		Instagram	Visualização:1 Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:138		TOTAL DE CURTIDAS:18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 11: Kobudo # 1	
		Link do vídeo: https://youtu.be/O_ZXfGwt11E	
		YouTube	Visualização: 34 Curtida: 7
		Facebook União brasil	Visualização: 33 Curtida: 7
		Instagram	Visualização:1 Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:68		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 12: Kobudo # 2	
		Link do vídeo: https://youtu.be/INEd4IMkEr4	
		YouTube	Visualização: 15 Curtida: 4
		Facebook União brasil	Visualização: 29 Curtida: 9
		Instagram	Visualização:1 Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:59		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 13: Kobudo # 3	
		Link do vídeo: https://youtu.be/xS4hxxkpNlk	
		YouTube	Visualização: 15 Curtida: 5
		Facebook União brasil	Visualização: 21 Curtida: 7
		Instagram	Visualização:1 Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS:13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 14: Kobudo # 4	
		Link do vídeo: https://youtu.be/YnwLlva2Lgc	
		YouTube	Visualização: 15 Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 25 Curtida: 8



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

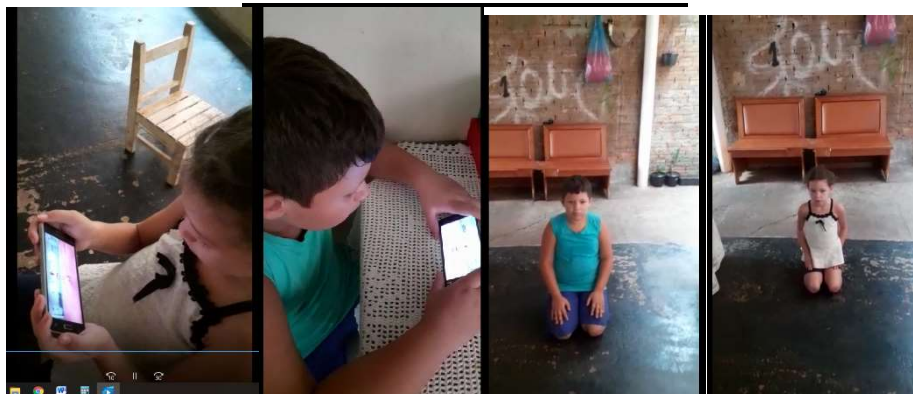
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	Instagram	Visualização:1	Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:41		TOTAL DE CURTIDAS:12	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 15: Kobudo # 5		
	Link do vídeo: https://youtu.be/lrWt3ixsF9A		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 24	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:1	Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:43		TOTAL DE CURTIDAS:13	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 16: Kobudo # 6	
	Link do vídeo: https://youtu.be/iC8ANvtahMk		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 7
	Facebook União brasil	Visualização: 30	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:5	Curtida:5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:53		TOTAL DE CURTIDAS:20	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 830			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 257			

RETORNO DOS ALUNOS





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 22, 23 e 24/02 (Entrega de apostila e matrícula dos alunos)



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Hip Hop/ Rap	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"13
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica no Google Meet
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"14
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"15
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"16
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"17
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica pela plataforma Google Meet



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

QUARTA-FEIRA 10/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"18
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"19
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"20
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"21
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião Pedagógica na sede da União Brasil
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"22
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"23
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"24
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"25
TERÇA-FEIRA 23/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"26
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"27
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Gravação do Vídeo: "Ano Novo, Rima Nova"28
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Entrega de material impresso "apostila" e matrícula no Núcleo Santa Clara o dia todo.

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): José Roberto Augusto	
OFICINA: Hip Hop / Rap	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 - Ano Novo, Rima Nova 13" - Ano Novo, Rima Nova 14" - Ano Novo, Rima Nova 15" - Ano Novo, Rima Nova 16"	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 - Ano Novo, Rima Nova 17" - Ano Novo, Rima Nova 18" - Ano Novo, Rima Nova 19" - Ano Novo, Rima Nova 20"	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 - Ano Novo, Rima Nova 21" - Ano Novo, Rima Nova 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

- Ano Novo, Rima Nova 23”
- Ano Novo, Rima Nova 24”

Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21

- Ano Novo, Rima Nova 25”
- Ano Novo, Rima Nova 26”
- Ano Novo, Rima Nova 27”
- Ano Novo, Rima Nova 28”

PLANO DE AULA 1

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 13”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Aprimorar a mensagem/Rima que dá impacto e “joga” para o refrão	
OBJETIVO GERAL: Transmitir melhor a mensagem e de uma forma mais eficaz	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox, caneta e caderno	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Nessa aula quero mostrar pra vocês um processo simples de lapidação da letra, tive analisando essa última rima e não tava legal para a entrada do refrão, então tive uma ideia melhor, vamos lá?...Vamos completar com a frase “Assim a vida rende mais”, fica bem melhor né... Na próxima aula continuaremos, abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Vivendo de Improviso (Pedro Improvisador)	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 14”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: A cada novo dia uma construção do ano novo	
OBJETIVO GERAL: Baseado na rima: “Acordou, respirou, mais um dia que nasceu, renovou, começou mais um dia todo seu”. Deixar bem claro que todo dia é uma nova oportunidade	
PROCEDIMENTOS: Rádio, Boombox, Lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Vamos dar continuidade na elaboração da música “Ano Novo, Rima Nova”. Estamos na segunda parte da música já, e a melhor forma de começarmos essa segunda parte, é refletindo sobre cada nova oportunidade que recebemos quando acordamos, então vamos lá? ...”Acordou, respirou..... Avante, continuaremos na próxima aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Biorki	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 15”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Todos os dias são oportunidades de fazer de um jeito “Novo”	
OBJETIVO GERAL: Refletir sobre as consequências, e incentivar a surpreender todas as pessoas a sua volta com ações novas, positivas	
PROCEDIMENTOS: Rádio, Boombox, Lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Vamos dar continuidade na elaboração da música “Ano Novo, Rima Nova”. E nessa próxima rima, venho fazer uma proposta a todos vocês. Para surpreender as pessoas que estão à sua volta com uma nova conduta de vida, então vamos colocar isso nessa rima agora ok, bora lá?Muito bem, agora vamos praticar os ensinamentos. E continuaremos.... fiquem com Deus, até a próxima.	



UNIÃO 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: Dj Caique

PLANO DE AULA 4

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 16"	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Olhar com atenção para o cotidiano da vida faz a diferença	
OBJETIVO GERAL: Estimular, aguçar a sensibilidade da percepção para os fatos do dia a dia	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox, lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Vamos dar continuidade na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova", .E na quarta rima dessa segunda parte quero deixar claro e reforçar que devemos ter percepção e sensibilidade para enxergarmos os pontos que temos que mudar diariamente. Pensem comigo.....vamos lá. Podemos colocar assim: "Pense... olhe devagar, vai perceber no dia a dia os pontos que tem que mudar". É isso aí, vamos dar continuidade na próxima, abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Pregador Luo	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 17"	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: "A gente colhe o que planta"	
OBJETIVO GERAL: Incentivar as práticas dos bons ensinamentos transmitido na música	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox, lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Vamos dar continuidade na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova". Nessa próxima rima eu pergunto a vocês, o que rima com a palavra 'mudar'?..."MELHORAR", isso mesmo, muito bem... podemos colocar assim; "MELHORAR, SE REALMENTE VOCÊ QUER MUDANÇA, PRATICANDO OS ENSINAMENTOS, VOCÊ AVANÇA". Muito bom próxima aula daremos continuidade, fiquem com Deus, e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Mario Sergio Cortela	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 18"	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: o Respeito se conquista com dignidade, não com agressividade, é natural e não forçado	
OBJETIVO GERAL: Mostrar o caminho para atingir a verdadeira felicidade, com a consciência tranquila, com paz e dignidade.	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox, lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova". E nessa próxima rima podemos colocar que "quando praticamos os ensinamentos a gente avança (Progride)" e também 'CONQUISTA', mas conquista o que professor robertinho? É isso que vamos descobrir agora. A gente conquista o respeito com dignidade e não com agressividade, sendo assim a gente se mostra uma pessoa diferente, pois alimentamos o nosso coração e nossa mente com coisas boas. E esse é o caminho da verdadeira felicidade, então vamos continuar essa reflexão depois ok, abração e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Thiago	



UNIÃO 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 7

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 19"	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Faz-se necessário gestos concretos no dia a dia	
OBJETIVO GERAL: Estimular as pessoas a sorrir mais, a agradecer mais, e a enxergar melhor a vida	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox. lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova". E nessa continuação podemos colocar alguns gestos que fazem a diferença no dia a dia e fazem parte do ano novo, e quais gestos são esses?. Pra começar vai "UM SORRISO", sim coloca aí: 'saber dar um sorriso, saber agradecer, e ao invés de reclamar, enxergar reconhecer. Muito bom, vamos dar continuidade na próxima aula, deixe tudo anotado, até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 20"	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Dependendo da perspectiva que olhamos, temos muitas coisas em nossas vidas, é só saber enxergar de um ângulo diferente(Positivo)	
OBJETIVO GERAL: Despertar mais gratidão pela vida	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox. lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova". Baseado na rima anterior podemos especificar algumas coisas que temos que reconhecer e agradecer: "O alimento, a sua casa, a sua roupa, a sua saúde", e na próxima rima nós vamos terminar essa frase. Então até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Rashid	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 21"	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Atitude e força de vontade são indispensáveis na vida	
OBJETIVO GERAL: Encorajar para a construção de um ano realmente novo	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox. lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova". Baseado na rima anterior podemos deixar bem claro que só vamos obter essa gratidão, esse olhar diferente para as coisas boas da vida, se tivermos atitude, e força de vontade. Então podemos colocar assim: O alimento, a sua casa, a sua roupa, a sua saúde... AS PESSOAS, A VIDA, ENTÃO TENHA ATITUDE". Treinem aí e deixe anotado, até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MV Bill	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 22"	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: As vezes não conseguimos enxergar sozinhos, precisamos de alguém para nos	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

mostrar os valores cotidianos
OBJETIVO GERAL: Explorar os horizontes das coisas simples e boas que temos no dia a dia
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox. lousa e giz
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música “Ano Novo, Rima Nova”. Na sequência podemos refletir sobre diversas outras coisas que temos no nosso dia a dia e às vezes passa batido, e se realmente queremos um ano novo, temos que resgatar essas práticas com atitude, pois se não for com atitude e força de vontade não vai virar nada, aí depois não adianta reclamar, pois como já refletimos, essa pandemia tem que servir pra nos ensinar algo positivo que antes a gente deixava passar batido. Então ainda nessa rima da “atitude”, façamos uma boa reflexão. Até a próxima
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: P.MC (Pé de Palavra)

PLANO DE AULA 11

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 23”	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: A aula proposta tem por intuito demonstrar que sem amor nada acontece bem como tem que acontecer	
OBJETIVO GERAL: Sensibilizar para a prática do AMOR. Deixar bem claro que tudo que formos fazer ou falar para construção de um ano novo, tem que ter amor,	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox. lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música “Ano Novo, Rima Nova”. Estamos finalizando a segunda parte da música já, e pra gente finalizar, pra resumir quero perguntar a vocês, o que não pode faltar jamais em tudo isso que já citamos na letra? Começa com A e termina com R, sim, o “AMOR”, então podemos colocar nessa próxima rima assim: “COLOQUE AMOR EM TUDO O QUE FOR FAZER”, Muito bem, na próxima aula vamos vamos continuar essa reflexão, vão pensando aí em como finalizar essa segunda parte pra entrar o refrão, abraço e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Renan Inquérito	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 24”	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: a intenção dessa próxima aula é apontarmos que já nesse caminho de elaboração da música é necessário constatar mudanças	
OBJETIVO GERAL: Levar as crianças e adolescentes a compreenderem a importância de nunca deixar pra depois o que se pode fazer hoje	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox. lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música “Ano Novo, Rima Nova”. Ainda refletindo sobre a rima anterior, eu pergunto a vocês, querem realmente fazer o ano ser melhor? Então já começou a praticar o AMOR nas coisas simples do dia a dia? Reforçando essa frase que vai completar e finalizar a segunda parte para a entrada do refrão: “COLOQUE AMOR EM TUDO O QUE FOR FAZER”, eu pergunto novamente, um ano novo começa onde? Bora descobrir? Então vamos ver quem vai acertar heim, na próxima aula quero ver, abraço!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Lindomar 3L	



UNIÃO 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: Ano Novo, Rima Nova 25"	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Não há ano novo se não pensarmos e enxergarmos de um jeito novo	
OBJETIVO GERAL: Provocar mudança de fato, praticando os ensinamentos	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox. lousa e giz	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova". Bom, agora vamos finalizar a segunda parte da música, e como orientei na aula anterior, para irem refletindo sobre a pergunta "O ano novo começa onde?", quero ver quem acertou, vamos lá? E não tem outro jeito pessoal, baseado em tudo que colocamos nessa letra só existe uma forma do ano começar a ser novo, e a gente ir melhorando nossa maneira de pensar, de olhar, de praticar as coisas da vida, é mudar nossa mente e nosso coração, sendo um ano novo começa onde? "DENTRO DE VOCÊ ", dentro de cada um de nós né, bacana então podemos colocar assim essa última rima: "COLOQUE AMOR EM TUDO O QUE FOR FAZER, UM ANO NOVO COMEÇA DENTRO DE VOCÊ". Muito bem, parabéns galerinha, aí agora entra o refrão e finalizamos a música, mas na próxima aula vou passar uma forma para ajudar a encaixar o flow(jeito de cantar) certinho e irem decorando, um abraço e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Paulo Freire	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 26"	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Devido a música ser grande, dividir por partes é melhor para memorizar com mais eficácia	
OBJETIVO GERAL: Exercitar o raciocínio nessa "PRIMEIRA PARTE" da música e absorver as mensagens positivas	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música "Ano Novo, Rima Nova". Estou muito feliz pois conseguimos finalizar mais uma música, e nessa aula quero ajudar vocês encaixar certinho o flow no beat (Instrumental), entrar na harmonia e conseguir decorar (memorizar) a "PRIMEIRA PARTE" de uma forma mais eficaz, então vamos por partes pra não ficar muita coisa ao mesmo tempos e acabar esquecendo no decorrer, então vou cantar a primeira parte aqui e deixar registrado nessa vídeo aula , aí vocês vem treinando junto comigo ok pra não se perderem, e vem colocando a mesma entonação de voz que eu ok?, bora lá... Bom treino e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: P.MC (Pé de Palavra)	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 27"	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Dividir por partes é melhor para memorizar com mais eficácia e entrar realmente na harmonia do beat (instrumental)	
OBJETIVO GERAL: Exercitar a memória e encaixar o flow (Jeito de cantar) no beat (Instrumental)	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

elaboração da música “Ano Novo, Rima Nova”. Estou muito feliz pois conseguimos finalizar mais uma música, e nessa aula quero ajudar vocês encaixar certinho o flow no beat (Instrumental), entrar na harmonia e conseguir decorar (memorizar) a “SEGUNDA PARTE” de uma forma mais eficaz, então vamos por partes pra não ficar muita coisa ao mesmo tempos e acabar esquecendo no decorrer, então vou cantar a “SEGUNDA PARTE” inteira aqui e deixar registrado nessa vídeo aula, aí vocês vem treinando junto comigo ok pra não se perderem, e vem colocando a mesma entonação de voz que eu ok?, bora lá... Bom treino, abraço.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Lindomar 3L

PLANO DE AULA 16

TEMA: Ano Novo, Rima Nova 28”

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ano

JUSTIFICATIVA: Conforme foi feito o processo de decorar (Memorizar) parte por parte, agora sim estarão aptos a virem cantando a música inteira / completa

OBJETIVO GERAL: Trabalhar o flow (jeito de cantar) com a entonação de voz correta, cantar dentro do compasso do beat (instrumental), exercitar o raciocínio e a memória com a música completa.

PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá! Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim. Nós da União Brasil disponibilizando mais esse conteúdo. Quem não assistiu as aulas anteriores vão lá e assistem, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Estamos na elaboração da música “Ano Novo, Rima Nova”. PARABÉNS pois conseguimos finalizar mais uma música, e nessa aula quero ajudar vocês encaixar certinho o flow (Jeito de cantar) no beat (Instrumental), entrar na harmonia e conseguir decorar (memorizar) a “MÚSICA INTEIRA/COMPLETA” de uma forma mais eficaz, então vou deixar registrado nessa vídeo aula A MÚSICA COMPLETA, pois como treinamos, ensaiamos por partes, agora é hora de passar a música toda, aí vocês vem treinando junto comigo ok pra não se perderem, e vem colocando a mesma entonação de voz que eu ok?, bora lá... Bom treino e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Biorki

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): José Roberto Augusto			
OFICINA: Hip Hop/Rap			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 17: "Ano Novo, Rima Nova" 13		
	Link do vídeo: https://youtu.be/dyceaJETsRA		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 6	Curtida: 7
	União Brasil		
Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 18: "Ano Novo, Rima Nova" 14		
	Link do vídeo: https://youtu.be/-sPKhD22BR0		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook	Visualização: 7	Curtida: 9
	União brasil		
Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 19: "Ano Novo, Rima Nova" 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

	Link do vídeo: https://youtu.be/JDVMEVMsnmg		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 20: "Ano Novo, Rima Nova" 16		
	Link do vídeo: https://youtu.be/cukbHzZ9eWo		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 21: "Ano Novo, Rima Nova" 17		
	Link do vídeo: https://youtu.be/unrKsju0oWg		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 22: "Ano Novo, Rima Nova" 18		
	Link do vídeo: https://youtu.be/nOqHhmi3PcA		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 23: "Ano Novo, Rima Nova" 19		
	Link do vídeo: https://youtu.be/AczWznMAjdQ		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 24: "Ano Novo, Rima Nova" 20		
	Link do vídeo: https://youtu.be/Une7-QiUSjc		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 10	

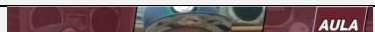
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 25: "Ano Novo, Rima Nova" 21
-----------------------	---



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

	Link do vídeo: https://youtu.be/Q8Yp67G4ZHI		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 26: "Ano Novo, Rima Nova" 22	
	Link do vídeo: https://youtu.be/KRmtLQ-NELQ		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 27: "Ano Novo, Rima Nova" 23	
	Link do vídeo: https://youtu.be/gPA_1WShwzE		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 28: "Ano Novo, Rima Nova" 24	
	Link do vídeo: https://youtu.be/A9IC1ZzFr34		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 29: "Ano Novo, Rima Nova" 25	
	Link do vídeo: https://youtu.be/h3WtCXq62Ks		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 30: "Ano Novo, Rima Nova" 26	
	Link do vídeo: https://youtu.be/yeHxsQV6GfQ		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 31: "Ano Novo, Rima Nova" 27	
	Link do vídeo: https://youtu.be/2psihby8qnc		



UNIÃO 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	Visualização: 6	Curtida: 10
	União brasil		
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 32: "Ano Novo, Rima Nova" 28		
	Link do vídeo: https://youtu.be/G4zJTA-XvTk		
	YouTube	Visualização: 33	Curtida: 7
	Facebook	Visualização: 6	Curtida: 10
	União brasil		
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 273			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 200			

RETORNO DOS ALUNOS



Gabriel Moraes
dos Santos, 4ºD

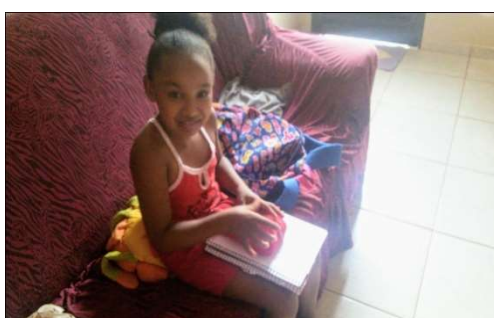


Heitor Henrique Ribeiro Simonato
Arthur Ribeiro Simonato



João Gabriel Conserva Valente Silva
Maria Fernanda Conserva Valente Silva

Santa Clara



Maria Clara Nascimento Cruz, 3ºA, Santa Clara

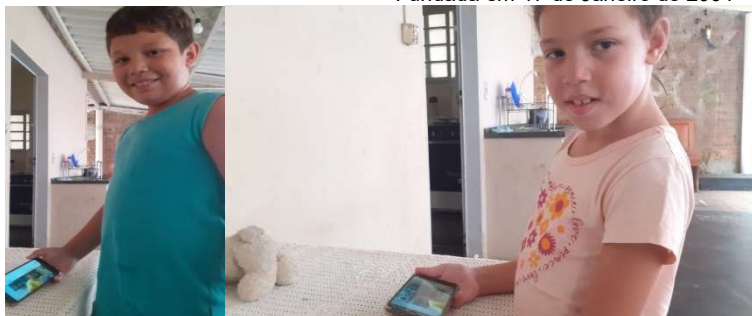




UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



Eduardo Ponssiano Dias, 3°C, Núcleo ECO

Anne Elyze Dias Brito, 2ºB, Núcleo ECO

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 25/02/2021 Entrega de Material Impresso (Apostila) e Matrícula e Rematrícula, Núcleo Santa Clara



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate-do	
Carga horária semanal: -	
Carga horária total: 61 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	- Treinamento - Gravação da aula "Treinamento de kumite com corda".
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica no Google Meet - Gravação da aula "Kihon de kata, kata ananko".
QUARTA-FEIRA 03/02/21	- Treinamento - Gravação da aula "Treinamento de kihon, kata ananko parte II".
QUINTA-FEIRA 04/02/21	- Gravação da aula "Treinamento de kihon, kata ananko parte III".
SEXTA-FEIRA 05/02/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	- Treinamento - Gravação da aula "Treinamento de kihon, kata ananko parte IV".
TERÇA-FEIRA 09/02/21	- Reunião pedagógica - Gravação da aula "Treinamento de kihon, kata ananko parte V".
QUARTA-FEIRA 10/02/21	- Treinamento - Gravação da aula "Kihon de kata, técnica de mão aberta".



UNIÃO 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 11/02/21	- Gravação da aula “Treinamento de kihon de kata”.
SEXTA-FEIRA 12/02/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kata Ananko, parte I”.
TERÇA-FEIRA 16/02/21	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Kata Ananko, parte II”.
QUARTA-FEIRA 17/02/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kata Ananko, parte III”.
QUINTA-FEIRA 18/02/21	- Gravação da aula “Treinamento de kumite”.
SEXTA-FEIRA 19/02/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	- Treinamento - Gravação da aula “Treinamento de kumite”.
TERÇA-FEIRA 23/01/21	- Gravação da aula “Treinamento de defesas”.
QUARTA-FEIRA 24/02/21	- Gravação da aula “Treinamento de defesas, parte II”. - Entrega de material impresso “apostila” e matrícula na ECO no período da tarde.
QUINTA-FEIRA 25/02/21	- Gravação da aula “Alongamento”.
SEXTA-FEIRA 26/02/21	

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Luana Cardoso dos Santos	
OFICINA: Karate-do	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: -	CARGA HORARIAL MENSAL: 61 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Treinamento de kumite com corda. • Kihon de kata, kata ananko. • Treinamento de kihon, kata ananko parte II. • Treinamento de kihon, kata ananko parte III.	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Treinamento de kihon, kata ananko parte IV. • Treinamento de kihon, kata ananko parte V. • Kihon de kata, técnica de mão aberta. • Treinamento de kihon de kata.	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Kata Ananko, parte I. • Kata Ananko, parte II. • Kata Ananko, parte III. • Treinamento de kumite.	



UNIÃO 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 4ª semana de 22/02 à 26/02/21

- Treinamento de kumite.
- Treinamento de defesas
- Treinamento de defesas, parte II
- Alongamento

PLANO DE AULA 1

TEMA: Treinamento de kumite com corda

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Aprimorar a troca de guarda e melhorar a lateralidade dos alunos.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é trabalhar e melhorar a movimentação e troca de guarda no kumite seguido de ataques. Além de trabalhar a lateralidade e coordenação motora

PROCEDIMENTOS: Nessa aula utilizamos uma corda para a realização dos exercícios e técnicas de kumite.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Vamos para mais uma aula de karatê? Hoje vamos trabalhar o kumite e vamos precisar de uma corda. Se não tiver pode utilizar qualquer outro equipamento parecido aí de casa, o importante é fazer a aula.

Vamos para o nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouquinho 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.

Peguem a corda, a coloquem estendida no chão e vamos começar fazendo o movimento com os pés para frente e para trás da corda. E agora vamos saltar de um lado para o outro da corda, vai até o final e volta.

Agora, vamos utilizar a corda para fazer movimentos de kumite, trocando a base e a guarda de um lado para o outro. Posição de luta, kamaite, troquem o lado e a perna. Vamos acrescentar a isso movimentos de kumite, troca a perna e faz os golpes kizami mae geri e kizami zuki. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! No próximo, vamos trocar os movimentos. Gyaku zuki e kizami mawashi geri, as ita para o lado trocando a perna e realizando esses golpes. Quem conseguir pode fazer o chute na altura da cabeça! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Bom, espero que tenham gostado da aula pessoal. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 2

TEMA: Kihon de kata, kata ananko

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menos complexas na hora da execução do kata.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas para posteriormente utilizá-las dentro de determinado kata.

PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula da melhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana. Vamos para mais uma aula de karatê? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouquinho da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na nossa aula vamos trabalhar um kihon de um kata específico chamado: Ananko. Então



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

começaremos com os movimentos mais básicos, até os mais complexos. Kamai. Primeiro movimento deste kata é a defesa shuto uke, então vamos realizar ela agora para aprender e melhorar essa técnica. Todos os dedos da mão ficam juntos, e o polegar dobra um pouco. Uma mão fica à frente e a outra na barriga. Vamos trocar as mãos de lugar, uma passa por cima da outra. O quadril vira para o lado, é ele quem vai dar a força ao movimento. Agora, faremos esse movimento junto ao movimento de perna, com a base zenkutsu dachi para a diagonal e retornando ao kamai. Lembrando sempre de abaixar o corpo antes de realizar o movimento. No próximo movimento vamos fazer a defesa yoko uke, uma mão passa por baixo e a outra realiza a defesa com o cotovelo flexionado. Vamos acrescentar a base zenkutsu também a essa defesa, indo para o lado e fazendo o mawate com a perna que está a trás para o outro lado. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

Esses movimentos são do início do kata, treinem bastante e na próxima aula daremos sequencia a esse treinamento. Bom, espero que tenham gostado da aula pessoal. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 3

TEMA: Treinamento de kihon, kata ananko parte II.

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menos complexas na hora da execução do kata.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas para posteriormente utilizá-las dentro de determinado kata.

PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula da melhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nossocumprimento 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: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Hoje daremos continuidade ao kihon do kata Ananko, pra ficar mais fácil de vocês aprenderem a técnica. Kamai. Vamos realizar o movimento de jodan age uke, porém com as duas mãos. Não podemos deixar as mãos juntas, a distância correta é de mais ou menos um punho de uma mão a outra. Agora, vamos colocar a perna na frente fazendo a base motodachi e junto a ela, as mãos vão para cima. Puxa a mão na cintura e depois sobe as duas no nível acima da cabeça.

O próximo movimento é a continuidade desse que acabamos de realizar, daqui vamos avançar o pé que esta na frente, fechando as mãos e fazendo como se fossem dois socos na altura da barriga com a palma da mão para cima.

O ultimo movimento, também é continuidade dos outros. Vamos empurrar uma mão a frente e simultaneamente a outra vai puxar no rikite, depois a mão que esta atrás retorna fazendo um soco. A perna também vai mais um pouco para frente junto com a mão. Muito bem! Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

Espero que tenham gostado da aula pessoal. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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



UNIÃO 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: Treinamento de kihon, kata ananko parte III	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menos complexas na hora da execução do kata.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas para posteriormente utilizá-las dentro de determinado kata.	
PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula da melhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Na nossa aula de hoje vamos continuar o kihon do kata Ananko. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nossocumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokusô, fechou os olhos ese concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. O movimento de hoje vai trabalhar a defesa yoko uke seguida de dois socos, o nido zuki. Kamai. Encolhe e faz a defesa na base zenkutsu para a lateral, sempre retornando ao kamai. Agora vamos acelerar um pouco o tempo do movimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! No próximo movimento faremos com a mão aberta, vai andar fazendo a base shikodachi que é a base do carregador, com os joelhos dobrados. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Pessoal, esse foi nosso treinamento de hoje. Treinem bastante esses movimentos, eles são um pouco diferente dos que nós já estamos acostumados. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando nossas atividades, tá ok? Oss! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Treinamento de kihon, kata ananko parte IV	Turma: 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menos complexas na hora da execução do kata.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas para posteriormente utilizá-las dentro de determinado kata.	
PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula da melhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Chamem todos de casa pra fazer essa aula com a gente! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nossocumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokusô, fechou os olhos ese concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na aula de hoje vamos trabalhar um kihon de kata. Pra começar, faremos a base zenkutsu com a defesa guedan barai, em seguida avançar um soco e depois recuar na base nekoashi fazendo a defesa de yoko uke. Todos os movimentos nós já conhecemos das aulas passadas. Na base zenkutsu o peso esta na perna da frente e na nekoashi na perna de trás. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora, vamos acrescentar mais um movimento a essa sequencia. Da base nekoashi, vai virar o pé e andar fazendo um chute com a perna que ficou atrás, caindo à frente e fazendo uma defesa guedan barai com o braço. Vamos devagar, realizando um movimento por vez. Essa sequência também é do kata Ananko. Após a defesa guedan barai, vamos fazer mais dois movimentos de braço: um gyaku zuki e outra	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

defesa chamada yoko uke. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora vamos juntar todos os movimentos, desde o início. Vamos lá? Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Bom, espero que tenham gostado da aula, pessoal. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 6

TEMA: Treinamento de kihon, kata ananko parte V.

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menos complexas na hora da execução do kata.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas para posteriormente utilizá-las dentro de determinado kata.

PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula da melhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê?

Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nossocumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos ese concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Na nossa aula de hoje vamos trabalhar um kihon de kata, e o primeiro movimento de hoje é o shuto uke. Vamos iniciar na posição de shuto, e em seguida girar os pés para trás e transferir as mãos também, fechando elas junto com o movimento. Uma mão vai ficar paralela à perna e a outra próxima ao cotovelo que esta esticado. Volta no shuto e vamos repetir esse movimento.

Na próxima técnica daremos sequência a que fizemos agora, vamos acrescentar o movimento de morote zuki, a perna vai para frente fazendo a base de motodachi, e trocamos as mãos de lugar. Na hora de ir para frente, a mão puxa na cintura para fazer o movimento de morote em seguida.

Dessa postura, faremos um movimento de braço e estendendo ele. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Esse kihon é do kata Ananko. Espero que tenham gostado da aula, pessoal. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 7

TEMA: Kihon de kata, técnica de mão aberta.

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: O kakete é uma técnica avançada, por isso a importância de uma aula somente para essa técnica.

OBJETIVO GERAL: O objetivo desta aula é ensinar aos alunos uma nova técnica: o kakete. Essa técnica além de muita concentração exige também atenção e coordenação motora do aluno.

PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento da técnica de kakete.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos ese concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.



UNIÃO 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 aula de hoje vamos aprender uma técnica chamada kakete. Essa técnica é um pouco mais difícil e vamos utilizar as duas mãos abertas, diferente do que fazemos mais no karate que é a mão fechada. Kamai. Primeiro movimento vai esticar uma mão à frente e em seguida a outra vem por baixo da que está esticada, cruzando e trocando uma de lugar com a outra. Uma mão fica na frente como se estivesse pegando algo e a outra vai se posicionar na barriga. A mão fica levemente dobrada e inclinada para o lado. O cotovelo também fica levemente flexionado, alinhado com o meio do braço. Agora faremos o mesmo movimento, mas na base nekoashi. Vai avançar e recuar. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Conseguiram aprender a técnica? Ela é um pouco complicada, mas treinando conseguimos melhorar. Espero que tenham gostado da aula. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 8

TEMA: Treinamento de kihon de kata

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menos complexas na hora da execução do kata.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas para posteriormente utilizá-las dentro de determinado kata.

PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula da melhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, galera! Como vocês estão? Espero que bem! Eu sou a sensei Luana e vamos para uma aula de karate? Chama todo mundo ai de casa para fazer com você!

Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nossocumprimento 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: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otogaini rei – resposta: Oss.

Na aula de hoje vamos trabalhar um kihon de kata do kata Ananko. Esse kata é um pouco mais avançado, por isso a gente vem dividindo técnica por técnica para facilitar o aprendizado de vocês.

Na técnica de hoje vamos fazer o kakete com a base nekoashi. Em seguida acrescentaremos um movimento de chute, o maegueri, com a perna que está atrás. Normalmente quando estamos na base nekoashi realizamos o chute com a perna livre que seria a da frente, porém, esse kata é uma exceção.

Na base nekoashi, vamos apoiar o pé da frente e realizar o chute com a perna de trás. Kamai. Agora acrescentaremos mais um movimento. Após o chute, vai colocar a perna atrás fazendo o movimento de gyaku zuki com a mão contrária da perna. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

Espero que vocês tenham gostado! Treinem bastante em casa, pois são vários movimentos. Osu! Até a próxima aula, pessoal!

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 9

TEMA: Kata Ananko, parte I.

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Ensinar aos alunos um novo kata, chamado Ananko.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é elevar o nível técnico dos alunos com movimentos diferentes do que estão acostumados, com maior grau de dificuldade. Exigindo assim atenção, concentração e coordenação motora através do kata.

PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

deforma mais lenta para um melhor entendimento.

ROTEIRO VIDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Espero que bem! Hoje faremos um kata, o kata Ananko. Vamos para o nosso cumprimento.

Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nossocumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokusô, fechou os olhos ese concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

O kata Ananko é um pouco mais avançado e por isso o grau de dificuldade das técnicas é um pouco maior. Todo kata inicia na posição de musubidachi, falamos o nome do kata e depois o nawate. Kamai. A primeira técnica é para a diagonal, são movimentos iguais. A base é a zenkutsu dachi e a postura de braço será o shuto uke. Encolhe e prepara a mão, o kata inicia para o lado esquerdo e depois vai trocar o lado. Agora, faremos o mawate com a perna que está atrás, continuando na base zenkutsu e fazendo a defesa yoko uke seguida de dois socos, mawate e repete a mesma coisa para o outro lado. A perna que esta na frente vai trocar a direção, e se posicionar na base motodachi, elevando as duas mãos na postura de duas defesas. Agora, vamos voltar e fazer desde o começo até essa parte. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Pessoal, hoje vamos fazer o kata até essa parte para que vocês memorizem bem a sequência toda. Tá ok? Oss! Espero que tenham gostado. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Um beijo! Oss! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Kata Ananko, parte II

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Continuar o kata Ananko, que foi dividido em três partes para um melhor aprendizado dos movimentos.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é elevar o nível técnico dos alunos com movimentos diferentes do que estão acostumados, com maior grau de dificuldade. Exigindo assim atenção, concentração e coordenação motora através do kata.

PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual deforma mais lenta para um melhor entendimento.

ROTEIRO VIDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Hoje vamos dar continuidade ao kata Ananko.

Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokusô, fechou os olhos ese concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Na aula passada paramos na parte em que as mãos estão na defesa para cima. Agora vamos revisar até onde já aprendemos para dar continuidade.

Agora vamos avançar a perna e descer as mãos. Dessa postura a mão direita vai empurrar e a esquerda puxar para avançar um oi zuki. Depois vamos para a diagonal assim como fizemos no início do kata, porém o movimento é de defesa yoko uke seguido de dois socos, e repete a mesma coisa para o outro lado. Antes disso, temos uma shiko dachi em linha para frente, a mão abre e vai bater no antebraço do outro lado.

Agora vamos fazer o mawate para as costas, com o movimento de guedan barai. Em seguida vamos avançar um oi zuki e recuar uma yoko uke na base nekoashi. Após isso, vamos dar um passo à frente e em seguida um chute maegeri com a perna que ficou atrás. Quando cair a frente na base zenkutsu vai realizar a defesa guedan barai, depois um gyaku zuki e em seguida uma defesa yoko uke. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

Essa é a segunda parte do nosso kata, treine bastante em casa a primeira e a segunda parte!

Espero que tenham gostado. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Um beijo! Oss! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Kata Ananko, parte III.

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Continuar o kata Ananko, que foi dividido em três partes para um melhor aprendizado dos movimentos.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é elevar o nível técnico dos alunos com movimentos diferentes do que estão acostumados, com maior grau de dificuldade. Exigindo assim atenção, concentração e coordenação motora através do kata.

PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que todos estejam bem. Eu sou a sensei Luana. Hoje vamos dar terminação o kata Ananko.

Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Kamai. Vamos começar falando o nome do kata, e vamos lembrar até a parte em que paramos semana passada.

O próximo movimento será o shuto uke que é o mesmo movimento do começo do kata. Agora gira os pés e as mãos fazendo um movimento de morote. A mão esquerda fica erguida parecendo um yoko uke e a outra fechada e apoiada no cotovelo. Vai estender a mão direita e em seguida cruzar as duas mãos acima da cabeça, fazendo no final um movimento com as duas mãos de baixo para cima. Após isso, vai avançar um soco oi zuki. Agora, vamos fazer um mawate na base zenkutsu com a defesa yoko uke duas vezes, e mawate novamente e repete os mesmos movimentos.

Na sequência o movimento de kakete na base nekoashi, estica uma mão e a outra vai por baixo. A perna que está atrás vai fazer o chute maegueri e retornar para trás. Quando chutar, a mão que estava na barriga vai para o rikite. E quando a perna chegar atrás à mão direita vai fazer um gyaku zuki.

No próximo movimento vamos recuar fazendo a base shiko dachi, abrindo as mãos em um movimento simultâneo e puxando-as para o rikite e esticando em direção ao chão. Kamai. Ossu, pessoal! Espero que tenham gostado. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha.

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treinamento de kumite

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Ensinar e aprimorar a entrada e a distância correta dos golpes.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula foi trabalhar a entrada do golpe utilizando a perna que está na frente para avançar. O círculo utilizado foi para marcar a distância, ajudando assim o aluno, a saber, o lugar correto para posicionar os pés.

PROCEDIMENTOS: Nessa aula utilizamos a faixa para

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? 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: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Para nossa aula de hoje vamos precisar de uma corda, ou faixa, ou até mesmo fazer um círculo no chão com um giz.

Kamai te, e vamos começar a movimentação de kumite. Saltitando! Na contagem da sensei vai colocar um pé para dentro e para fora do círculo, isso é para melhorar a nossa distância na luta. Cumprimento:



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Kioske, rei – resposta: Osu!

Agora, acrescentaremos a essa movimentação um soco, o kizami zuki. Vamos lá! Avança e recua rápido. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

O próximo movimento que faremos com essa movimentação é o gyaku zuki, soco com a mão contrária da perna. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem, pessoal! Espero que tenham gostado. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Ossu! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=tKrfJuQjTP4>; Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan).

PLANO DE AULA 13

TEMA: Treinamento de kumite

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Ensinar aos alunos uma nova maneira de realizar a entrada de um golpe no kumite.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que os alunos aprendam a realizar a entrada de golpes trocando as pernas de lugar, ou puxando a perna que está atrás para depois avançar. Também utilizamos o círculo para melhorar a didática e marcação do espaço.

PROCEDIMENTOS: Não foi utilizado nenhum tipo de material. A aula foi planejada através de treinamentos passados pelo Kyoshi Ubiratan e através de vídeos de competições que utilizamos como estudo.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana. 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: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Para a nossa aula de hoje vamos precisar de uma faixa, ou corda, ou o que vocês conseguirem utilizar aí de casa. Na aula passada utilizamos a perna da frente na movimentação, já hoje vamos utilizar a perna que está atrás primeiro e depois a perna da frente. Vamos iniciar somente com a movimentação, puxando a perna de trás para dentro do círculo e avançando a da frente para fora do círculo. Muito bem! Kamai. Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana. Vamos para mais uma aula de karatê? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora, vamos continuar com a mesma movimentação, porém acrescentaremos o golpe kizami zuki. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! O próximo movimento é o chute mawashi gueri, a movimentação vai continuar a mesma, só acrescenta o chute a ela. Kamai. Muito bem, pessoal! Espero que tenham gostado da nossa aula de hoje. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Um beijo! Oss! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=tKrfJuQjTP4>; Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan).

PLANO DE AULA 14

TEMA: Treinamento de defesas

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Trabalhar as defesas básicas seguido de um ataque de braço ou perna.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é aprimorar as defesas e também a coordenação motora dos alunos, pois os movimentos são realizados de lados contrários e diferentes.

PROCEDIMENTOS: Nessa aula não houve utilização de materiais. Essa aula foi planejada através de treinamentos e estudos do vídeo do nosso mestre Soke Del Saito.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana. Vamos para mais uma aula de karatê?

Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, 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

fazer um pouco da nossa meditação. Mokusô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Hoje faremos um treino de kihon de kata, vamos misturar as defesas com ataques. A primeira defesa é a jodan age uke (acima da cabeça), em seguida faremos um chute maegueri com a perna contrária ao braço. Muito bem! Continuamos com a mesma defesa, porém agora o ataque será um zuki. Lembre-se que a defesa é feita com a parte mais dura do braço. Kamai. Agora faremos a defesa uti uke, de fora para dentro e em seguida retornamos com o chute maegueri com a perna contrária ao braço. Muito bem! Ainda na mesma defesa, vai trocar somente o ataque de chute para zuki (soco). Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

A última defesa é a guedan barai, defesa em nível baixo e em seguida um maegueri também. Não se esqueçam de cruzar as mãos. Troca agora o chute pelo soco. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem, pessoal! Espero que tenham gostado da nossa aula de hoje. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 15

TEMA: Treinamento de defesas, parte II.

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Trabalhar as defesas básicas seguido de um ataque de braço ou perna.

OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é aprimorar as defesas e também a coordenação motora dos alunos, pois os movimentos são realizados de lados contrários e diferentes.

PROCEDIMENTOS: Nessa aula não houve utilização de materiais. Essa aula foi planejada através de treinamentos e estudos do vídeo do nosso mestre Soke Del Saito.

ROTEIRO VIDEOAULA: Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem! Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê?

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: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Kamai.

Na aula de hoje continuaremos o kihon de defesas. A próxima defesa será a yoko uke, nessa defesa o braço é flexionado e não pode estar acima da linha do ombro. O quadril é quem vai dar a força do corpo ao movimento, por isso é muito importante a utilização dele. A esse movimento vamos acrescentar o chute maegueri com a perna contrária ao braço. Muito bem! Vamos trocar o chute reto pelo zuki (soco). Movimenta bem o quadril, olhem a faixa da sensei como se movimenta para um lado e para o outro, ela acompanha a mão que está no rikite. Kamai.

A próxima defesa é o shuto uke, os dedos são juntos, uma mão vai a frente e a outra na barriga. O polegar fica dobrado para que a gente consiga colocar a força no ponto certo da mão. Vamos fazer a defesa e o chute maegueri também. Muito bem! Agora vamos trocar o chute pelo zuki. A mão do rikite é fechada. Muito bem, pessoal! Espero que tenham gostado da nossa aula de hoje. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Um beijo! Oss! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 16

TEMA: Alongamento

Turma: 1º ao 5º ano.

JUSTIFICATIVA: Melhorar a flexibilidade dos alunos e com isso a forma de executar o karatê.

OBJETIVO GERAL: O objetivo é preparar a musculatura e assim, evitar problemas musculares, articulares, tendinosos e circulatórios, além de favorecer a recuperação muscular 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

PROCEDIMENTOS: Os alongamentos foram escolhidos e praticados antes, de forma com que alongasse os principais músculos utilizados no karatê e no dia a dia.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que todos estejam bem e se cuidando. Eu sou a sensei Luana. Vamos para uma aula de karate?

Na nossa aula de hoje vamos fazer um alongamento, que é muito importante para a saúde do nosso corpo, não adianta só fazer exercícios e não alongar. Alongamento é saúde! Então vamos lá?

Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. E para começar vamos abrir um pouco as pernas, esticar os braços em cima e depois desce para um lado e para o outro. Agora, puxa a perna para trás e quem não conseguir pode se apoiar na parede. Vamos cruzar uma perna na frente da outra e levar as mãos em direção aos pés. Dobre uma perna e estique a outra, os dois pés estão apoiados completamente no chão e agora vamos levantar a ponta do pé que esta esticado. Abre bem a perna, e vamos alongar a parte lateral do corpo, segura na ponta dos pés. Perna de borboleta e movimenta para cima e para baixo, em seguida desce o corpo em direção aos pés. Estica as duas pernas e segura na ponta do pé, agora uma perna vai passar por cima da outra e puxa o joelho em direção ao peito. Cruza a perna, coloca o braço para trás e com o outro vamos puxar para alongar. Muito bem! Gira os ombros para trás, relaxa bem o corpo. Cruza os dedos e coloca atrás da nuca, soltando o peso dos braços para baixo. Levantou! Agora gira o quadril, duas vezes para cada lado. Lateral, estica bem o corpo! Coloca um pé para frente, e vai fazer o movimento de giro. Vai esticar o braço, e puxar para trás todos os dedos da mão.

Espero que tenham gostado da nossa aula de hoje. Não deixem de curtir, comentar e compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o kata, tá bom? Um beijo! Oss! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=e0smb6t_KQo

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Luana Cardoso			
OFICINA: Karate-Do			
CARGA HORÁRIA SEMANAL:		CARGA HORÁRIA MENSAL: 61 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: Treinamento de kumite com corda	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=5SuefzsXb90&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=18	
		YouTube	Visualização: 26 Curtida: 5
		Facebook União Brasil	Visualização: 5 Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 18: Treinamento de kihon, kata ananko parte I	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VTtOYFBpHg8&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=19	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 1
		Facebook União Brasil	Visualização: 2 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 3 Curtida: 3



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		TOTAL DE CURTIDAS:10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: Treinamento de kihon, kata ananko parte II	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=WUWWB6Zc_fs&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=20	
		YouTube	Visualização: 6 Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 3 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: Treinamento de kihon, kata ananko parte III	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OP7YIESsM6o&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=21	
		YouTube	Visualização: 7 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 1 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:9		TOTAL DE CURTIDAS: 6	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 21: Treinamento de kihon, kata ananko parte IV	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PGyDyl2uOcA&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=22	
		YouTube	Visualização: 13 Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 3 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS:8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22: Treinamento de kihon, kata ananko parte V	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=h2CODgn26j4&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=23	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 3 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:8		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23: Kihon de kata, técnica de mão aberta	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=LV1FdgxDbhY&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=24	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 3 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 8		TOTAL DE CURTIDAS: 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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24: Treinamento de kihon de kata	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=tkmEtL7AfqA&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=25	
		YouTube	Visualização: 3 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 6 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 25: Kata Ananko, parte I	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=N-WMbGk60A&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=26	
		YouTube	Visualização: 2 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 4 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 26: Kata Ananko, parte II	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=vwRVozZSZiY&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=27	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 2 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 27: Kata Ananko, parte III	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OVK_bOz04Zk&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=28	
		YouTube	Visualização: 3 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 3 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 28: Treinamento de kumite	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=RJ53cpCMQzQ&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU700Tlnkw5b8&index=29	
		YouTube	Visualização: 3 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 1 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 5		TOTAL DE CURTIDAS: 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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 29: Treinamento de kumite	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=DnpvUtcaH-s&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=30	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 4 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 30: Treinamento de defesas	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=T7nibUblfss&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=31	
		YouTube	Visualização: 8 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 5 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 31: Treinamento de defesas parte II	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Rg5SNbm99d4&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=32	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 2 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 9		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 32: Alongamento	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sDykVXcDbeo&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=33	
		YouTube	Visualização: 4 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 11 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 197			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 139			

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

Aluna: Kemily Vitória R. Gomes



Aluna: Maria Clara Borges Pereira Dias

Alunos: João Gabriel Conserva Valente Silva, 4ºD/ Maria Fernanda Conserva Valente Silva, 3ºC/ Carlos Eduardo Conserva Valente Silva, 1º D



Thayla Nicole Duarte de Lima, 2ºB



Rafael José Duran Silva, 3º



Aluno: Kawe Cassani Silva dos Santos, 1ºC



UNIÃO 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- Fevereiro/2021

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
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica no Google Meet, com 1:00 hora de duração. Pesquisa e estudo das técnicas, treinamento com o bambolê, ensaio e vídeo teste e em seguida gravação da vídeoaula Atividades com o bambolê parte 1.
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Pesquisa de novas técnicas, treinamento dos movimentos com o bambolê e vídeo teste. Em seguida gravação da vídeoaula Atividades com o bambolê parte 2
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Pesquisa e estudo dos movimentos e das técnicas de pular corda com o bambolê, treinamento, vídeo teste e em seguida gravação da vídeo Pulando corda com o bambolê.
SEXTA-FEIRA 05/02/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica no Google Meet, com 1:00 hora de duração.
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Pesquisa de movimentos, treinamentos das técnicas básica sobre o diabolô, ensaio e vídeo teste. Gravação da vídeo aula Malabares com diabolô parte 1.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Estudos e pesquisa de novos movimentos com o diabolô, treinamento e ensaio para depois a gravação da vídeo Malabares com diabolô parte 2.
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Treino dos movimentos com o prato chins (prato de equilíbrio), vídeo teste para corrigir possíveis erros e gravação da vídeo aula Prato chins (prato de equilíbrio) parte 1.
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Estudo sobre os movimentos básicos do prato chins (prato de equilíbrio), preparação do material utilizados na aula e gravação da vídeo aula Prato chins (prato de equilíbrio) parte 2.
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica na sede da União Brasil
QUARTA-FEIRA 17/02/21	
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Separação do matérias, preparação do cenário, treinamento de novos movimentos de malabares com bolinha na parede, teste para a gravação da vídeo aula. Em seguida gravação da vídeo aula Malabares na parede parte1.
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Pesquisa e estudo dos movimentos e das técnicas de malabares na parede, treinamento, vídeo teste e em seguida gravação da vídeo Malabares na parede parte 2.
4º SEMANA	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	Treinamentos dos movimentos, e gravação da vídeo da aula Rola rola com prato chins (prato de equilíbrio).
TERÇA-FEIRA 23/01/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula na ECO no período da tarde.
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Planejamento para a gravação da vídeo aula, estudo de movimentos de fortalecimento e gravação da vídeo Treino de fortalecimento para arte circense parte 1.
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Pesquisa de novos movimentos de fortalecimento, gravação de vídeo teste e em seguida gravação da vídeo aula Treino de fortalecimento para arte circense parte 2.
SEXTA-FEIRA 26/02/21	

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Lucas Carolino da Silva Junior.	
OFICINA: Arte Circense	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 48 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Aula 13 Atividades com o bambolê parte 1. • Aula 14 Atividades com o bambolê parte 2. • Aula 15 Pulando corda com o bambolê.	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Aula 16 Malabares com diabolô parte 1. • Aula 17 Malabares com diabolô parte 2. • Aula 18 Prato chins (prato de equilíbrio) parte 1.	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Aula 19 Prato chins (prato de equilíbrio) parte 2. • Aula 20 Malabares na parede parte 1. • Aula 21 Malabares na parede parte 2.	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • Aula 22 Rola - rola com prato chins (prato de equilíbrio). • Aula 23 Treino de fortalecimento para arte circense parte 1. • Aula 24 Treino de fortalecimento para arte circense parte 2.	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Atividades com o bambolê parte 1.	Turma: 3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: A organização de atividade com o bambolê, por exemplo, visa trabalhar a coordenação motora, assim como a coordenação entre os movimentos e alternância dos passos, em um determinado tempo e espaço.	
OBJETIVO GERAL: O principal objetivo das brincadeiras envolvendo os bambolês, é trabalhar a concentração, psicomotricidade, coordenação motora grossa, equilíbrio e persistência. Você pode criar vários movimentos com o bambolê rolando as mãos entre outros.	
PROCEDIMENTOS: Separação dos materiais utilizados, pesquisa e teste para realizar os movimentos com o bambolê, vídeo teste e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

de arte circense. E hoje vamos aprender alguns movimentos com o bambolê. Quem ainda não tem um bambolê pode ser feito com mangueira de jardim ou pode até comprar que é super barato. Explicação dos movimentos e das técnicas a serem realizadas no vídeo e em seguida repetição e execução dos movimentos propostos para vídeoaula. Então é isso pessoal espero que vocês estejam bem, espero que vocês consigam realizar as atividades e aguardo vocês na próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.iraceminha.sc.gov.br/noticias/ver/2019/05/brincadeiras-e-circuitos-na-educacao-infantil#:~:text=A%20organiza%C3%A7%C3%A3o%20de%20atividades%20com,um%20determinado%20tempo%20e%20espa%C3%A7o.>

acessado em 02/02/2021.

<http://comoeducarseusfilhos.com.br/blog/7-atividades-com-bambole-para-criancas-pequenas/#:~:text=O%20objetivo%20%C3%A9%20criar%20uma,t%C3%BAnel%20para%20segurar%20um%20bambol%C3%A7o.>

Acessado em 02/02/2021.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Atividades com o bambolê parte 2.

Turma: 3º, 4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: O bambolê, aquele aro colorido companheiro da nossa infância, é um excelente aliado para redescobrir a forma física enquanto você se diverte. Graças aos exercícios realizados com o bambolê você se diverte e aprende formas novas de movimentos com o corpo.

OBJETIVO GERAL: Melhora a mobilidade da coluna e do quadril, fortalece o abdômen e os glúteos, além de ajudar a ganhar resistência aeróbica. O bambolê é um exercício de baixa intensidade e sem impacto, podendo ser utilizado por todas as idades. Principalmente por pessoas que não estão acostumadas a treinar e desejam começar a se movimentar.

PROCEDIMENTOS: Pesquisa e estudo dos movimentos adequados para a faixa etária dos alunos, treinamento dos movimentos realizadas na vídeoaula e correção de possíveis erros que possa acontecer. Em seguida gravação da vídeoaula.

ROTEIRO VIDEOAULA: Oi pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje vamos continuar com os nossos movimentos com o bambolê, vai lá separe o cantinho de vocês e peguem os seus bambolês, agora vou relembrar os exercícios da aula anterior e em seguida realizarem os novos movimentos. Relembrando os exercícios da aula anterior e logo após explicação e execução dos novos exercícios. Não precisa ter pressa façam calma tudo bem, mais uma espero que vocês estejam bem se cuidando e aguardo você na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.greenme.com.br/viver/esporte-e-tempo-livre/70918-bambole-todos-os-beneficios-e-os-melhores-exercicios-para-fazer-5-minutos-por-dia/> acessado em 03/02/2021.

<https://cuidai.com.br/exercicios-bambole/> acessado em 03/02/2021.

PLANO DE AULA 3

TEMA: Pulando corda com o bambolê.

Turma: 3º, 4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: Pular corda com o bambolê é uma brincadeira, e com ela a criança poderá colocar a prova a sua resistência. Aguentar pulando corda é um exercício que pode ajudar a criança a colocar a prova e a superar o seu limite de força e resistência. Também contribuirá para que sejam ágeis e flexíveis, além de rápidas, uma vez que o exercício requer movimentos velozes e saltos muito seguidos.

OBJETIVO GERAL: Pular corda é muito simples, mas também requer muito esforço, vontade e constância. Coordenação e psicomotricidade é outro dos grandes benefícios de pular corda é a coordenação de braços e pernas. A psicomotricidade se trabalha nesse tipo de brincadeira, porque os músculos estão em constante movimento. A criança terá que realizar saltos e movimentar os braços com eficiência para conseguir os movimentos corretos. Diversão. Mas, sobretudo, um grande benefício de pular corda é a diversão do jogo em si. Ainda que se possa praticar sozinho, a corda é uma



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

brincadeira maravilhosa para ser feita em grupo.

PROCEDIMENTOS: Pesquisa dos possíveis movimentos que possa ser realizado, separação dos materiais utilizados para realização da atividade, estudo e gravação de vídeos testes para corrigir os movimentos a serem realizados na atividade e em seguida gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E vamos aprender uma atividade muito divertida que é pular corda com o bambolê. Explicação dos movimentos a serem realizados na aula, demonstração dos movimentos e a forma correta de execução dos movimentos. Realização dos movimentos de pular corda com o bambolê. Mais uma vez muito obrigado por vocês estarem assistindo nossas aulas e aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <https://br.guiainfantil.com/materias/cultura-e-lazer/esportes/beneficios-de-pular-corda-para-as-criancas/> acessado em 04/02/2021.

PLANO DE AULA 4

TEMA: Malabares com diabolô parte 1.

Turma: 3º, 4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: Diabolô, ou diabolô, é um brinquedo antigo originário da China, muito famoso em todo o mundo, a evolução do ioiô chinês. Ele é composto por duas semiesferas unidas invertidas, que devem ser movimentadas e equilibradas por um cordão acionado por duas baquetas. Com o diabolô, um jogador experiente consegue fazer centenas de manobras. Há uma grande variedade de diabolôs, possivelmente centenas.

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: Pesquisar as técnicas básicas para o malabarismo com o diabolô, pesquisar movimentos básicos, treinamento dos movimentos e gravação de vídeos teste para correção de possíveis erros que posso acontecer e em seguida gravação da vídeo aula

ROTEIRO VÍDEOAULA: Oi pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje vamos aprender a respeito de mais uma modalidade da arte circense os malabares com o diabolô. Explicação sobre o diabolô e como ele é composto, em seguida demonstração da forma correta de execução dos movimentos e execução dos movimentos. Desenvolvimento da aula. Na próxima aula volto com o malabarista maluco, espero que vocês estejam bem e agrado vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Diabol%C3%B4> acessado em 10/02/2021.

<http://www.circoludico.com.br/var/www/html/circoludico.com.br/web/site/component/content/article/13.html> acessado em 10/02/2021.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Malabares com diabolô parte 2.

Turma: 3º, 4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: O diabolô é outro, se assemelha a um carretel que gira sobre uma corda amarrada em duas varetas, cada uma firmada a uma mão do malabarista.

OBJETIVO GERAL: Os malabares podem ser associados a várias técnicas terapêuticas com o objetivo de trabalhar diferentes áreas do organismo de forma lúdica. Ajudam a desenvolver a perseverança e a ganhar autoconfiança, influenciando no processo de cura de diversas enfermidades. É indicado para crianças com dificuldades de concentração, problemas para ler ou aprender. Também é recomendado no tratamento de doenças psíquicas, anorexia, bulimia e obesidade.

PROCEDIMENTOS: Estudar e pesquisar novas formas e movimentos novos e básicos, separar o material utilizado, arrumação do cenário de gravação e vídeos testes e em seguida gravação da vídeo aula.

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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

circense. E nossa aula de hoje vamos dar continuidade nos nossos malabares com o diabolô fazer alguns exercícios básicos. Demonstração dos movimentos da aula passada. Explicação das novas técnicas que serão utilizadas, execução dos novos movimentos básicos com o diabolô. Então desenvolva os movimentos com calma, treinem esperem vocês estejam bem se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA

BIBLIOGRÁFICA: <http://www.circoludico.com.br/var/www/html/circoludico.com.br/web/site/component/content/article/13.html>

Acessado em 11/02/2021.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Prato chinês (prato de equilíbrio) parte 1.	Turma: 3°,4° e 5° anos.
JUSTIFICATIVA: 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, tochas, facas, serras, caixas, prato chine (prato de equilíbrio) etc.	
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.	
PROCEDIMENTOS: separar os materiais utilizados na atividade, estudo dos movimentos a ser realizados, vídeo teste e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E na nossa aula de hoje vamos conhecer e falar um pouco sobre prato chine (prato de equilíbrio). Explicação dos movimentos sobre prato chine (prato de equilíbrio) e em seguida execução e demonstração dos movimentos com o prato chine (prato de equilíbrio). Mais uma vez quero agradecer todos vocês que estão assistindo as nossas aulas e aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.infoescola.com/artes/malabarismo/ acessado em 12/02/2021. https://batuquedogato.com.br/atracoes/malabaristas/#:~:text=O%20malabares%20tem%20como%20principal,controlar%20situa%C3%A7%C3%B5es%20dif%C3%ADceis%20ou%20adversas . Acessado em 12/02/2021.	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Prato chinês (prato de equilíbrio) parte 2.	Turma: 3°,4° e 5° anos.
JUSTIFICATIVA: Demonstrar e aumentar o conhecimento dos alunos na modalidade de arte circense, melhorando e aperfeiçoando suas técnicas.	
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: Estudar e pesquisar mais movimentos básicos do prato chine (prato de equilíbrio), separação dos materiais e gravações teste para correção de som e iluminação e em seguida gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje vamos dar continuidade nos malabares com prato chine (prato de equilíbrio). Vou trazer alguns exercícios novos e básicos do prato chine (prato de equilíbrio). Explicação sobre as técnicas e exercícios que será realizada na aula. Execução dos exercícios propostos. Então pessoal por hoje e só, mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando, espero o retorno de vocês mandem as fotos os vídeos, de vocês realizando as aulas e também se vocês tiverem alguma sugestão pode mandar também, aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://batuquedogato.com.br/atracoes/malabaristas/#:~:text=O%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

malabares%20tem%20como%20principal,controlar%20situa%C3%A7%C3%B5es%20dif%C3%ADceis%20ou%20adversas. Acessado em 15/02/2021.

PLANO DE AULA 8

TEMA:Malabares na parede parte1.

Turma:3°,4° e 5° anos.

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: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 e coordenação motora, testar e treinar os movimentos, para ver se são adequados para a faixa etária dos alunos a serem realizados nas gravações, vídeo teste, para corrigir possíveis erros nos movimentos e em seguida gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E hoje eu trago mais tipo de malabares diferentes para vocês, malabares com bolinhas na parede, vamos precisar de 3 bolinhas de malabares. Explicação da técnica utilizada para realizar as atividades propostas e demonstração dos movimentos, e em seguida realização dos movimentos. Espero que vocês estejam bem e se cuidando e espero vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://batuquedogato.com.br/atracoes/malabaristas/> acessado em 18/02/2021.

<https://docplayer.com.br/9545496-Bolas-ao-alto-malabarismo-com-bolinhas-de-painco-para-adolescentes.html> acessado em 18/02/2021.

PLANO DE AULA 9

TEMA:Malabares na parede parte 2.

Turma:3°,4° e 5° anos.

JUSTIFICATIVA:O malabarismo é muito desafiador, mas recompensador. Estudos mostram que seus praticantes aumentam a massa cinzenta do cérebro. Embora possa parecer difícil de dominar no início, fica mais fácil depois de aprender o essencial e praticar.

OBJETIVO GERAL: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:Estudar novos movimentos e técnicas de malabarismo com bolinhas, separar o material utilizado para realização da aula, vídeos teste para correção de possíveis erros de gravação e execução e em seguida gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Olá pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E na nossa aula de hoje vamos dar continuidade nos nossos malabares com bolinhas na parede, vai lá peguem as 3 bolinhas de vocês que o professor espera. Quem ainda não tem as bolinhas elas podem ser feitas com folhas de papéis amassadas. Explicação dos movimentos e das técnicas, execução dos movimentos propostos. Então espero que vocês tenham gostado de relembrar nossa aula de malabares então se cuidem espero que estejam bem e aguardo vocês para nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://pt.wikihow.com/Fazer-Malabarismo> acessado em 19/02/2021.
<https://www.resumoescolar.com.br/artes/malabarismo/> acessado em 19/02/2021.



UNIÃO 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 10

TEMA: Rola - rola com prato chines (prato de equilíbrio).	Turma: 3°,4° e 5° anos.
JUSTIFICATIVA: Equilíbrio é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicas que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio.Alguns exemplos de exposições (normalmente circenses) de equilíbrio são a manipulação de malabares, balizas, monociclo, perna de pau, funambulismo (corda bamba) rola – rola 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 vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,de arte circense. E hoje vamos trabalhar equilíbrio no rola-rola juntamente com o nosso prato chines (prato de equilíbrio), 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 BIBLIOGRÁFICA: http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168 acessado em 22/02/2021. https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7_U&list=WL&index=25 acessado em 22/02/2021.	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Treino de fortalecimento para arte circense parte 1.	Turma: 3°,4° e 5° anos.
JUSTIFICATIVA: As crianças podem e devem fazer exercícios físicos. Essa prática regular melhora o desenvolvimento dos ossos e dos músculos desde cedo, além de favorecer a manutenção de um peso saudável ao longo da vida, fortalecer o sistema imunológico e evitar que elas desenvolvam problemas de saúde decorrentes do sedentarismo.	
OBJETIVO GERAL: Além de aumentar a força muscular e melhorar o desempenho motor, a participação regular de crianças e de adolescentes em programas de treinamento de força pode facilitar o controle de peso, o fortalecimento ósseo, e diminuir a incidência de lesões relacionadas ao esporte.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisar exercícios adequados para a faixa etária trabalhada, estudar e treinar os movimentos, separar e arrumar o local aonde será gravado a aula em seguida gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,de arte circense. E hoje vamos trabalhar alguns exercícios de fortalecimento para a arte circense, explicação dos movimentos e das técnicas 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 BIBLIOGRÁFICA: https://conteudo.omronbrasil.com/exercicios-fisicos-para-criancas/#:~:text=As%20crian%C3%A7as%20podem%20e%20devem,de%20sa%C3%BAde%20decorrentes%20do%20sedentarismo. Acessado em 24/02/2021. https://www.efdeportes.com/efd149/treino-de-forca-criancas-e-adolescentes.htm#:~:text=Al%C3%A9m%20de%20aumentar%20a%20for%C3%A7a,de%20les%C3%B5es%20relacionadas%20ao%20esporte. Acessado em 24/02/2021.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treino de fortalecimento para arte circense parte 2.	Turma: 3°,4° e 5° anos.
JUSTIFICATIVA: Tão importantes quanto os exercícios que ajudam o cérebro e o corpo da criança 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

trabalharem juntos (confira nossa seleção de artigos sobre normalização) são os exercícios que fortalecem a musculatura do pescoço, abdômen, pernas, olhos, braços e dedos. Cada parte do corpo desempenha um papel fundamental na preparação do cérebro para o aprendizado de conceitos mais complexos.

OBJETIVO GERAL: Aumentar os conhecimentos do corpo e seus limites, aumentar a força muscular para realizar as atividades de maneira correta, aumento a resistência e aumento da força muscular que vão ajudar a realizar as atividades propostas.

PROCEDIMENTOS: Estudar os exercícios adequados para cada faixa etária, treinamentos dos movimentos e gravação de vídeo teste e em seguida gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VIDEOAULA: Bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, de arte circense. E na nossa aula de hoje vamos dar continuidade nos nossos exercícios de fortalecimento para arte circense. Explicação dos movimentos a ser realizados na vídeo aula. 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.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://comoeducarseusfilhos.com.br/blog/fortalecer-musculatura-do-core-ajuda-prevenir-dificuldades-de-aprendizado/> acessado em 25/02/2021

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Lucas Carolino da Silva Junior			
OFICINA: Arte Circense			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 13 Atividades com bambolê parte 1.	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mclch5rY6Ks&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpXPhBKMk&index=13	
		YouTube	Visualização: 16 Curtida: 05
		Facebook União Brasil	Visualização: 11 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 14 Atividades com bambolê parte 2.	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mKELe_h0-q4&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpXPhBKMk&index=14	
		YouTube	Visualização: 08 Curtida: 03
		Facebook União Brasil	Visualização: 10 Curtida: 12
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		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 15 Pulando corda com bambolê.		do
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=wNk0qXQp96s&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpXPhBKMk&index=15			
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 12	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 15		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 16 Malabares com diabolô parte 1.		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=5_pk-XvuM2c&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpXPhBKMk&index=16			
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 04	
	Facebook União brasil	Visualização: 41	Curtida: 13	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 50		TOTAL DE CURTIDAS: 17		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17 Malabares com diabolô parte 2.		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=rXTIIQIKOvM&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpXPhBKMk&index=17			do
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 17	Curtida: 14	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 17		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 18 Prato chinês (Prato de equilíbrio) parte 1.		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=lcL0nS3nnzM&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpXPhBKMk&index=18			do
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 12	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 15		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19 Prato chinês (Prato de equilíbrio) parte 2.		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=K1IBOMq2Nfw&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpXPhBKMk&index=19			do
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 04	
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 12	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 16		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20 - "Malabares na parede parte 1."		
	Link vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=D7U45pXpOxl&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=20			
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 04	
	Facebook União brasil	Visualização: 16	Curtida: 11	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 15		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 21 - "Malabares na parede parte 2."		
	Link vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=vXvO6tzkoWk&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=21			
	YouTube	Visualização: 05	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 18	Curtida: 11	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 14		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22 Rola rola com prato chinês (prato de equilíbrio).		
	Link vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=eTxhTSaMy_Q&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=22			
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 26	Curtida: 08	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS: 11		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23 Treino de fortalecimento para arte circense parte 1.		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=y4XjpZlus_0&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=23			
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 03	
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 09	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 12		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24 Treino de fortalecimento para arte circense parte 2.		
	Link vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OnHF_DZ1uyA&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=24			
	YouTube	Visualização: 05	Curtida: 02	
	Facebook União brasil	Visualização: 07	Curtida: 08	
	Instagram	Visualização:	Curtida:	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 10		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 303				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 172				



UNIÃO 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



Anne Elyse Dias Brito 2º ano B ECO



Lucas E. Ponssiano Dias 3º ano C Eco

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galviolli	
Oficina: Jiu Jitsu	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Foi gravação da vídeoaula de movimentação de luta em pé, queda baiana
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião com a coordenadora e equipe união Brasil Gravação da vídeoaula de posição de queda Osoto-gari
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Gravação da vídeoaula de passagem de guarda e exercícios educativos
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Gravação da vídeoaula Drill de entrada de queda
SEXTA-FEIRA 05/02/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Gravação da vídeoaula de rolamentos para frente e para traz
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião com a coordenadora e equipe união Brasil Gravação da vídeoaula de amortecimento de queda
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Gravação da vídeoaula de educativos de guarda
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Gravação da vídeoaula movimentação da posição armlock
SEXTA-FEIRA 12/02/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Gravação da vídeoaula da posição levantada técnica
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião com a coordenadora e equipe união Brasil na sede da União Brasil Gravação da vídeoaula drill de passagem de guarda



UNIÃO 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 17/02/21	Gravação da vídeoaula movimentação de luta por cima posição cem quilos
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Gravação da vídeoaula de movimentação de luta por cima
SEXTA-FEIRA 19/02/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/02/21	Gravação da vídeoaula exercícios educativos para reposição de guarda
TERÇA-FEIRA 23/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula na ECO das 07:00 às 16:00
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Gravação da vídeoaula exercícios para fortalecimento, equilíbrio e agilidade Entrega de material impresso “apostila” e matrícula no Núcleo Santa Clara das 12:00 às 16:00
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Gravação da vídeoaula entrada de queda progredindo para as costa Gravação da vídeoaula movimentação circuito de entrada de queda
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula no Núcleo Santa Clara das 07:30 às 12:00.

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Paulo Emilio Santos Galvioli	
OFICINA: Jiu Jitsu	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Movimentação de luta em pé, queda baiana • Posição de queda Osotogari • Passagem de guarda e exercícios educativos • Drill de entrada de queda	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Rolamentos para frente e para traz • Amortecimento de queda • Educativos de guarda • Movimentação da posição armlock	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Levantada técnica • Drill de passagem de guarda • Movimentação de luta por cima na posição cem quilos • Movimentação de luta por cima	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • Exercícios educativos para reposição de guarda • Exercícios para fortalecimento, equilíbrio e agilidade • Entrada de queda progredindo para as costa • Movimentação circuito de entrada de queda	



UNIÃO 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 1

TEMA: Movimentação de luta em pé, queda baiana	Turma: 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Levar a cultura das artes marciais para os alunos do projeto que estão em casa devido a pandemia	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar movimentos de luta com os alunos aprimorando a técnica de luta em pé, visando também o desenvolvimento motor do aluno trabalhando com movimentos que estimulem a lateralidade, coordenação motora, equilíbrio e força	
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro da aula, preparação do ambiente e material que seria utilizado foi gravação da aula de movimentação de luta em pé, queda baiana	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos estudar a posição de queda baiana. Para aula de hoje vamos precisar de um tapete ou edredom para substituir o tatame e torna a aula mais confortável, e também da ajuda dos responsáveis ou alguém que esteja em casa. Pessoal muita atenção nos detalhes da posição para executar de maneira correto todos os movimentos. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Posição de queda Osoto-gari	Turma: 1° à 5° 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: Melhorar a técnica de luta em pé dos alunos, passando a posição de queda osotogari. Na atividade proposta além de trabalhar a parte técnica do alunos trabalha se também osistema cardiorrespiratório, concentração e habilidades motoras.	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios e programação do roteiro foi gravado a aula de movimentação deluta em pé trabalhando a posição osotogari. Aula embasada no livro do mestre de jiu jitsu Fabio Gurgel	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos trabalhar a posição de queda osotogari e também vamos fazer umavariação da posição em situação de defesa pessoal. Para aula de hoje iremos precisar de um tapete ou edredom para reduzir o impacto. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite 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 3

TEMA: Passagem de guarda e exercícios educativos	Turma: 1° à 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Levar atividades ligadas ao jiu jitsu para os alunos do projeto que estão em casa devido a pandemia.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar as técnicas de passagem de guarda dos alunos com exercícios básicos e simples. Visando também o desenvolvimento motor e cardiorrespiratório dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Feito a preparação do material e ambiente foi gravação da vídeoaula de passagem de guarda e exercícios educativos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos trabalhar a passagem de guarda e alguns exercícios educativos que vai potencializar nosso aprendizado. Para aula de hoje vamos precisar de um tapete para simular o tatame e torna a atividade mais confortável e da ajuda dos responsáveis. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.

PLANO DE AULA 4

TEMA:Drill de entrada de queda

Turma: 1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Com intuito de levar as principais posições de luta em pé no jiu jitsu para os alunos do projeto que estão em casa.

OBJETIVO GERAL:As movimentações de drill além de trabalhar o lado técnico dos alunos. Também trabalha as habilidades motoras como : Agilidade, coordenação motora, lateralidade, equilíbrio e flexibilidade.

PROCEDIMENTOS:Feito a preparação do ambiente, do material e do roteiro foi gravação da vídeoaula Drill de entrada queda.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar drill de entrada de queda essa movimentação vai nos ajudar a melhorar a nossa base de luta em pé.

Para aula de hoje vamos precisar de um tapete para simular o tatame e reduzir o impacto, de um travesseiro ou almofada para simular o adversário. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.

PLANO DE AULA 5

TEMA:Rolamentos para frente e para traz

Turma:1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Manter os alunos do projeto com atividades que possam ser realizadas em casa de forma segura, na aula de hoje trabalharemos a rolamentos para frente e para traz

OBJETIVO GERAL:Ensinar os alunos a cair de maneira correta para evitar qualquer tipo de lesão durante as aulas de jiu jitsu, um fundamento indispensável e de extrema importância para o desenvolvimento do aluno dentro do jiu jitsu

PROCEDIMENTOS:Após a realização do roteiro, preparação do material foi gravação da vídeoaula de rolamentos para frente e para traz

ROTEIRO VÍDEOAULA:Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar os rolamentos tanto para frente quanto para traz, esse fundamento é de extrema importância para evitar qualquer tipo de lesão.

Para aula de hoje vamos precisar de um tapete para simular o tatame e tornar a aula mais confortável. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.

PLANO DE AULA 6

TEMA:Amortecimento de queda

Turma:1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Levar algumas movimentações de luta para os alunos do projeto estarem fazendo em casa, assim se mantendo conectado com jiu jitsu

OBJETIVO GERAL:Trabalhar o amortecimento de queda para evitar qualquer tipo de lesão, esse fundamento é muito importante para que os alunos ao tomarem uma queda durante a luta saber cair de uma maneira correta e evitar qualquer tipo de lesão

PROCEDIMENTOS:Preparação do roteiro, ambiente e material foi gravado a aula de amortecimento de queda, aula embasada nos conhecimentos do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

ROTEIRO VÍDEOAULA:Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar o amortecimento de queda um fundamento de extrema importância para que quando tomarmos uma queda durante a luta sabermos cair de maneira correta evitando lesões.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Para aula de hoje vamos precisar de um tapete para simular o tatame e tornar a aula mais confortável. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.

PLANO DE AULA 7

TEMA:Educativos de guarda

Turma:1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Com o intuito de trabalhar a guarda do aluno melhorando sua técnica de luta porbaixo do adversário

OBJETIVO GERAL:Melhorar o sistema de defesa de guarda dos alunos com posições básicas e simples. Alem de ser uma atividade física que trabalhe o sistema cardiorrespiratório, fortalecimento do corpo e o desenvolvimento motor dos alunos.

PROCEDIMENTOS:Feito o roteiro da aula, escolha do material e preparação do ambiente foi gravação da vídeoaula educativos de guarda.

ROTEIRO VÍDEOAULA:Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar os educativos de guarda para melhorar nosso sistema de luta por baixo do oponente, muita atenção nos detalhes da movimentação para fazer da maneira correta. Para aula de hoje vamos precisar de um tapete para simular o tatame e tornar a aula mais confortável. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.

PLANO DE AULA 8

TEMA:Movimentação da posição armlock

Turma:4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Levar para os alunos do projeto que estão em casa uma vídeoaula ensinando uma posição de jiu jitsu armlock (chave de braço) partindo da guarda fechada.

OBJETIVO GERAL:Melhorar a técnica do aluno, melhorar os ataques de guarda trabalhando umas das principais posições de luta o armlock. Alem de trabalhar a parte técnica essas atividades também estimulam as habilidades motoras como: resistência, equilíbrio, noção espacial, coordenação motora e flexibilidade.

PROCEDIMENTOS:Feito vídeo teste, estudo para possíveis materiais foi gravado a aula ensinando a posição do armlock partindo da guarda fechada. Aula embasada nos ensinamentos do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

ROTEIRO VÍDEOAULA:Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos trabalhar a posição do armlock que é uma das principais chaves de braço utilizado no jiu jitsu. Pessoal para aula de hoje vamos precisar de tapete para reduzir o impacto e tornar a aula mais confortável. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 9

TEMA:Levantada técnica

Turma:1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA:Levar atividades de jiu jitsu para os alunos do projeto que estão em casa, trabalhando posições simples de uma maneira divertida.

OBJETIVO GERAL:Ensinar os alunos a se levantarem de uma forma segura e técnica durante a luta, um movimento simples e básico mais de grande importância para o desenvolvimento do aluno dentro do jiu jitsu. Alem de trabalhar habilidades motoras como: equilíbrio, lateralidade, coordenação motora, Resistência e noção espacial.



UNIÃO 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 estudo dos materiais utilizados e ambiente para a gravação da aula foi gravado o vídeo embasado nos conhecimentos adquiridos no livro manual pessoal do jiu jitsu do mestre

Fabio Gurgel

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu em mais uma vídeo aula.

Pessoal na aula de hoje vamos aprender a posição de defesa levantada técnica que ensina a maneira correta de estar levantando durante a luta para evitar levar alguns golpes do adversário.

Para a aula de hoje vamos precisar somente de um travesseiro para reduzir o impacto. Finalização da vídeo aula se despedindo dos alunos e pediremos para que visitem as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: referência 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 10

TEMA: Drill de passagem de guarda

Turma: 1º à 5º Ano

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

OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica, a 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 gravação da vídeo aula 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 a aula de hoje vamos precisar de um travesseiro ou almofada para simular o adversário e um tapete para tornar a atividade mais confortável. Finalização da vídeo aula se despedindo dos alunos e pediremos para que visitem as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 11

TEMA: Movimentação de luta por cima posição cem quilos

Turma: 1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Levar atividades ligadas ao jiu jitsu para os alunos do projeto estar realizando em casa mantendo os ativos.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar movimentação e estabilização da posição cem quilos melhorando a técnica de luta dos alunos. Esse tipo de movimentação é de extrema importância para o desenvolvimento dentro da arte.

PROCEDIMENTOS: feito vídeo teste, preparação do ambiente e material foi gravado a aula. Aula baseada no livro Manual pessoal do jiu jitsu

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu em mais uma vídeo aula.

Na aula de hoje vamos trabalhar movimentação do cem quilos, pessoal vamos prestar muita atenção nos detalhes desse tipo de posição e muito importante para nosso desenvolvimento

Para a aula de hoje vamos precisar de um tapete para reduzir o impacto. Finalização da vídeo aula se despedindo dos alunos e pediremos para que visitem as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: referência 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 12

TEMA: Movimentação de luta por cima

Turma: 1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto vídeo aulas que transmitam os ensinamentos do jiu jitsu e a cultura das artes marciais.



UNIÃO 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: Trabalhar posições que melhorem as técnicas de luta dos alunos visando também seu condicionamento físico, habilidade motora, concentração e disciplina no treinamento
PROCEDIMENTOS: Feito roteiro, preparação do material gravação da vídeoaula movimentação de luta por cima.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar a movimentação de luta por cima, com posições bem simples. Para aula de hoje vamos precisar de um travesseiro ou almofada para simular nosso oponente e também de um tapete para reduzir o impacto e torna a atividade mais confortável. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 13

TEMA: Exercícios educativos de reposição de guarda	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.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a guarda dos alunos melhorando os fundamentos de luta por baixo com posições simples e fáceis de se realizar. Além de estimular o desenvolvimento motor trabalhando a lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, agilidade e força	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do material e ambiente foi gravação da vídeoaula de educativos de reposição de guarda	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar os educativos de reposição de guarda um fundamento de extrema importância para o desenvolvimento dentro do jiu jitsu. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Exercícios para fortalecimento, equilíbrio e agilidade	Turma: 1º à 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar um vídeo aula para os alunos que estão em casa ligadas ao jiu jitsu para se manterem conectados com as atividades do projeto.	
OBJETIVO GERAL: Propor uma aula de atividade física para os alunos que estão em casa, nesse momento a prática esportiva tem ajudado muito as crianças que estão em isolamento devido a pandemia, atividade que trabalhe o sistema cardiorrespiratório, fortalecimento do corpo e as habilidades motoras como : lateralidade, coordenação motora, agilidade e equilíbrio	
PROCEDIMENTOS: Feito roteiro, ensaios e preparação do ambiente foi gravação da vídeoaula de fortalecimento equilíbrio e agilidade.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar exercícios que trabalhe o fortalecimento, agilidade e equilíbrio habilidades necessária para a prática do jiu jitsu. Para a aula de hoje vamos precisar de uma fita ou alguma marcação em linha reta no chão para a realização da atividade. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Entrada de queda progredindo para as costas	Turma: 1º à 5º Ano
JUSTIFICATIVA: levar para os alunos do projeto que estão em casa atividades lúdicas, recreativas que estão ligadas ao jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar com os alunos posições de luta em pé com uma progressão para as	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

costas, técnica e fácil de realizar. Visando também os movimentos desenvolvendo equilíbrio, agilidade e coordenação motora

PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação de ambiente e material utilizado gravação da vídeoaula de entrada de queda progredindo para as costas

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeo aula, na aula de hoje vamos trabalhar a entrada de queda progredindo para as costas uma posição muito comum durante a luta que também se usa para defesa pessoal.

Para aula de hoje vamos precisar da ajuda dos responsáveis para realizar a atividade. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 16

TEMA: Movimentação circuito de entrada de queda

Turma: 1º à 5º Ano

JUSTIFICATIVA: levar aula remota para os alunos do projeto que estão em casa devido a pandemia

OBJETIVO GERAL: 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 gravação da vídeoaula de circuito com entrada de queda, aula embasada no sistema de ensino gracie barra

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos trabalhar um circuito com entrada de quedas, cada exercício vai ter 30 segundos de duração e vão ser dividido em 3 exercícios. Finalização da vídeoaula se despedindo dos alunos e pedirem para que visite as páginas da União Brasil.

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

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Paulo Emilio Santos Galvioli

OFICINA: Jiu Jitsu

CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas

CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 17: Movimentação de luta em pé posição baiana

Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=ojrwDLPPnow&list=P

YouTube

Visualização: 10

Curtida: 3

Facebook

Visualização: 19

Curtida: 7

União Brasil

Visualização: 3

Curtida: 3

Instagram

Visualização: 3

Curtida: 3

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32

TOTAL DE CURTIDAS: 13

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 18: Movimentação de luta em pé posição Osoto-gari

Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=KMOW4ZcM4qk&

YouTube

Visualização: 9

Curtida: 3

Facebook

Visualização: 16

Curtida: 8

União Brasil

Visualização: 3

Curtida: 3

Instagram

Visualização: 3

Curtida: 3

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28

TOTAL DE CURTIDAS: 14

PRINT DO VÍDEO

Aula nº 19: Movimentação de passagem de guarda

Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=p2YJCHlcWAo&list=P

YouTube

Visualização: 10

Curtida: 3

Facebook

Visualização: 12

Curtida: 6

União Brasil

Visualização: 3

Curtida: 3

Instagram

Visualização: 3

Curtida: 3



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: Drill de entrada de queda	
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=GYaWoudBUqQ&list=PLp		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 21: Rolamentos para frente e para traz	
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=KW4cqfuz36U&lis		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 12	Curtida: 6
	Instagram	Visualização:3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22: Amortecimento de queda	
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=eYdGq0Tt9CY&list=PLpU		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização:8	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23: Exercícios educativos de guarda	
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=9JOuFu8kcv8&list=PLpU		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24: Movimentação da posição armolck (chave de braço)	
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=AyPU0SE7iF4&list		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 25: Levantada técnica	
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=ecpfftAuD88&lis		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:4	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 26: Drill de passagem de guarda	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=cY7		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 27: Posição cem quilos	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=cY7g731xkN		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 28: Movimentação de luta por cima	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=sUxwmXUSmjw&list=		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 29: Reposição de guarda e mobilidade do quadril	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=hv56eKuUJPk&list=PLpU		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 30: Exercícios para fortalecimento, equilíbrio e agilidade	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=xVR1v24pWO4&lis		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 31: Entrada de queda progredindo para as costas	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=88FloVH		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 32: Circuito de entrada de queda	
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=WPEc3fDYnNE&list=		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 12	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32	TOTAL DE CURTIDAS: 12
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 379	
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 206	

RETORNO DOS ALUNOS

ALUNO: RAFAEL JOSE DURAN, T4, santa clara



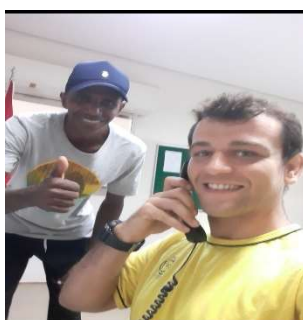
Gustavo Henrique Oliveira Salgado 5º / Sabrina Mello de Oliveira 2º ano

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS S

DIA: 23/02 - Matricula ECO

DIA:24/02 Busca ativa

DIA:26/02 Matricula núcleo



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

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
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	



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

TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica realizada pelo google meet.
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Inicialmente houve a escolha de local para a gravação da aula e teste de enquadramento. Em seguida houve a coleta dos materiais necessários para a confecção da raquete (pá de lixo, tampa plástica, canudo de rolo de papel alumínio, fita crepe) e, por fim, a gravação da vídeo aula “aula de tênis: preparação do material” .
QUINTA-FEIRA 04/02/21	O professor providenciou raquete e bolas de tênis e, em seguida, deslocou-se até uma quadra para possibilitar a demonstração ao aluno. Após, foi escolhido o melhor ângulo da câmera e gravada a vídeo aula: “tênis:demonstração da quadra” .
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Houve a coleta dos materiais utilizados (cabos de vassoura, bolinhas de tênis e bolas de plástico), treino dos movimentos, escolha do melhor local para a realização da atividade e teste de enquadramento. Em seguida, foi realizada a gravação da vídeo aula “Trabalho de coordenação em dupla” .
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica realizada pelo google meet.
QUARTA-FEIRA 10/02/21	inicialmente o professor fez um roteiro sobre o que iria falar na aula (a piscina, o bloco de saída, a bandeirola etc). Em seguida foram coletadas algumas imagens ilustrativas da internet e passadas para a televisão. Por fim, houve a gravação da vídeo aula “Teoria de natação: a piscina” com a demonstração das imagens coletadas e explicação dos detalhes.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Mais uma vez houve coleta de imagens e vídeo para demonstração, mas sempre após a realização de um roteiro do que seria demonstrado. Houve a gravação da vídeo aula Teoria de natação: atletas e modalidades com as imagens e o vídeo passados na televisão.
SEXTA-FEIRA 12/02/21	O professor fez pesquisa histórica sobre o esporte e também sobre as regras, coletou imagens na internet disponíveis no Google imagens, providenciou a apresentação das imagens na televisão, fez teste de enquadramento e realizou a gravação da vídeo aula “Arco e flecha teoria” .
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica na sede da União Brasil.
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Houve a coleta dos materiais necessários (copinhos, elásticos e papeis), dobradura dos papeis no formato necessário, disposição dos copos e desenho de números em cada um, escolha de local adequado para a gravação, teste de luz e enquadramento e gravação da vídeo aula “Tiro ao alvo com elástico” .
QUINTA-FEIRA 18/02/21	O professor fez pesquisa histórica sobre o esporte e também sobre as regras, coletou vídeos disponíveis no YouTube, providenciou a apresentação do vídeo na televisão, fez teste de enquadramento e realizou a gravação da vídeo aula “Halterofilismo teoria” .
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Inicialmente foram escolhidos dois locais para gravação, um para a confecção do peso e outro para a realização das atividades. Em seguida foram coletados os materiais a serem utilizados (um cabo de vassoura, latinhas e fita crepe). Houve a confecção do peso a ser utilizado e a gravação da vídeo aula “Atividade prática



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	halterofilismo”.
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/02/21	
TERÇA-FEIRA 23/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula no Núcleo Santa Clara das 08:00 às 16:00
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Pesquisa sobre o esporte remo com elaboração de roteiro, coleta de vídeo no YouTube, escolha de local para a gravação da aula com a possibilidade de exposição das imagens na televisão, teste de enquadramento e iluminação e finalmente a gravação da vídeo aula: “Remo aula teórica” .
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula no Núcleo Santa Clara das 08:00 às 16:00
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Gravação da vídeo aula “atividade prática remo” . Escolha de local amplo, montagem da mesa e da rede feita de copinhos, coleta de materiais que serviriam de raquete, teste de enquadramento, treino e finalmente gravação da vídeo aula “Tênis de mesa”

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUCTOR:RAFAEL DE OLIVEIRA NAIME	
OFICINA: INICIAÇÃO ESPORTIVA	
CARGA HORÁRIA SEMANAL:12 horas	CARGA HORARIAL MENSAL:48 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Aula de tênis: preparação do material; • Aula de tênis: demonstração da quadra; • Trabalho de coordenação em dupla;	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Teoria de natação: a piscina; • Teoria de natação: atletas e modalidades; • Arco e flecha teoria	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Tiro ao alvo com elástico • Halterofilismo teoria • Atividade prática halterofilismo	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • Remo aula teórica • Atividade prática remo • Tênis de mesa	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Aula de tênis, preparação do material	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Visando a introdução do esporte tênis, surgiu a necessidade de confeccionar um implemento (raquete) para ser utilizado na aula, mas de forma adaptada à atividade que será realizada em casa pelo aluno, com materiais de fácil acesso.	
OBJETIVO GERAL: a aula teve como objetivo inicial preparar uma raquete adaptada para que o aluno pudesse realizar os primeiros movimentos do tênis.	



UNIÃO 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: Inicialmente houve a escolha de local para a gravação da aula e teste de enquadramento. Em seguida houve a coleta dos materiais necessários para a confecção da raquete (pá de lixo, tampa plástica, canudo de rolo de papel alumínio, fita crepe) e, por fim, a gravação da vídeo aula demonstrando a confecção das raquetes.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudação aos alunos;
- Introdução sobre tênis;
- Demonstração de materiais (recordando aula de arremesso de disco e freesby);
- Opção de utilização da raquete de badminton;
- Opção do canudo de papelão com a tampa colada na ponta (para bexiga ou bolinha de pingue pongue);
- Opção da pá de lixo de mão;
- Demonstração da imagem da quadra de tênis;
- Encerramento e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/35wCYupfn5E>

PLANO DE AULA 2

TEMA: Aula de tênis: demonstração da quadra

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula teve o intuito de introduzir o aluno no esporte tênis, mostrando uma pequena introdução histórica, demonstração de regras e também reconhecimento da quadra.

OBJETIVO GERAL: demonstração da quadra de tênis e explicação da base do esporte

PROCEDIMENTOS: inicialmente o professor providenciou raquete e bolas de tênis e, em seguida, deslocou-se até uma quadra para possibilitar a demonstração ao aluno. Após, foi escolhido o melhor ângulo da câmera e gravada a vídeo aula: “demonstração da quadra”.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudação com recordação da aula anterior (confecção da raquete);
- Introdução sobre o tênis e os campeonatos;
- Demonstração da raquete e da bolinha;
- Demonstração da quadra, rede e linhas de demarcação;
- Demonstração do saque;
- Demonstração dos movimentos da raquete (de baixo para cima, de cima para baixo, lateral – com uma mão ou com as duas mãos);
- Demonstração da perna de apoio;
- Demonstração do paredão;
- Encerramento.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada com os conhecimentos do professor sobre o esporte.

PLANO DE AULA 3

TEMA: Trabalho de coordenação em dupla

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: sempre procurando atividades que possam ser praticadas dentro de casa, nesse período de isolamento, a aula visou a recreação, sem deixar de incentivar a coordenação, a força, a atenção e o trabalho em equipe.

OBJETIVO GERAL: Aprimoramento do trabalho em dupla, coordenação, equilíbrio, percepção de força, agilidade, lateralidade e recreação.

PROCEDIMENTOS: coleta dos materiais a serem utilizados (cabos de vassoura, bolinhas de tênis e bolas de plástico), treino dos movimentos, escolha do melhor local para a realização da atividade e teste de enquadramento. Em seguida foi realizada a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Início da aula com saudação 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

- Introdução da atividade (explicação sozinho ou em dupla);
- Explicação dos benefícios do exercício;
- Demonstração dos materiais (dois cabos de vassoura e bolinhas);
- Realização da atividade sozinho;
- Realização da atividade com pessoa convidada;
- Explicação sobre a atividade;
- Finalização com despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/reel/CKuvfvnAkJp/?igshid=19k8ijwz8t5oh>

PLANO DE AULA 4

TEMA: Teoria de natação: a piscina

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: diante da impossibilidade de serem ministradas aulas de natação presenciais, utilizando a piscina, o professor procurou fazer uma introdução teórica aos alunos, demonstrando a piscina e suas curiosidades, além de regras e peculiaridades.

OBJETIVO GERAL: a presente aula teve como objetivo principal a demonstração da piscina, das raia, do bloco de saída, do placar eletrônico, demonstrar como funciona a arbitragem, entre outras curiosidades interessantes.

PROCEDIMENTOS: inicialmente o professor fez um roteiro sobre o que iria falar na aula (a piscina, o bloco de saída, a bandeirola etc). Em seguida foram coletadas algumas imagens ilustrativas da internet e passadas para a televisão. Por fim, houve a gravação da vídeo aula com a demonstração das imagens coletadas.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudação aos alunos;
- Introdução sobre a natação olímpica;
- Convite para pesquisa no YouTube sobre natação olímpica;
- Demonstração da foto da piscina;
- Explicação das metragens (comprimento e profundidade);
- Demonstração das raia, bandeirolas e bloco de saída;
- Apresentação da imagem do bloco de saída e a saída do nado de costas;
- Apresentação da imagem das raia;
- Explicação e apresentação de imagem sobre placar eletrônico;
- Explicação e apresentação de imagem sobre os árbitros;
- Apresentação da imagem sobre os centésimos de segundos marcados pelo placar eletrônico;
- Explicação de cada árbitro (juiz de chegada, partida, percurso etc);
- Encerramento já introduzindo o assunto da próxima aula;
- Despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada com os conhecimentos do professor sobre natação. Foram apresentadas imagens disponíveis no google imagens.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Teoria de natação: atletas e modalidades

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: dando continuidade à aula anterior, na qual o professor fez uma introdução teórica sobre a piscina e suas peculiaridades, desta vez houve a demonstração dos estilos da natação e das provas existentes nos campeonatos femininos e masculinos.

OBJETIVO GERAL: o objetivo geral foi demonstrar aos alunos a competição de natação, as provas existentes (metragem e modalidades), além de dar mais detalhes sobre as provas.

PROCEDIMENTOS: Mais uma vez houve coleta de imagens e vídeo para demonstração, mas sempre após a realização de um roteiro do que seria demonstrado. As imagens e o vídeo foram passados na televisão, com o professor exemplificando cada detalhe.



UNIÃO 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:

- Introdução com recapitulação da aula anterior
- Nado livre ou crow;
- Tipos de prova do nado livre feminino e masculino, com metragens;
- Nado de peito, tipos de prova e metragem (masculino e feminino);
- Nado borboleta: tipos de prova masculina e feminina e metragem;
- Nado costas: tipos de prova e metragem;
- Quantas provas cada atleta normalmente nada em uma competição;
- Explicação sobre os revezamentos;
- Apresentação do vídeo de 100m nado livre do atleta Cesar Cielo;
- Apontamentos durante o vídeo;
- Finalização e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada com os conhecimentos do processor a respeito da natação e demonstrado o vídeo: <https://youtu.be/EhT-Kvub2tE>

PLANO DE AULA 6

TEMA: Arco e flecha aula teórica

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: dando continuidade à apresentação dos esportes olímpicos, desta vez houve a introdução teórica ao esporte do arco e flecha, ou tiro com arco, explicando regras e materiais.

OBJETIVO GERAL: aula teórica sobre o esporte arco e flecha, cujo objetivo geral foi a introdução e demonstração do esporte olímpico, explicação das regras e apetrechos utilizados e demonstração da realização do esporte.

PROCEDIMENTOS: O professor fez pesquisa histórica sobre o esporte e também sobre as regras, coletou imagens na internet disponíveis no Google imagens, providenciou a apresentação das imagens na televisão, fez teste de enquadramento e realizou a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudação aos alunos;
- Introdução sobre os tipos de tiro ao alvo (arma, baladeira e arco e flecha);
- Introdução e retrospectiva histórica sobre o esporte;
- Materiais que são feitos os arcos e as flechas;
- Distâncias do alvo no masculino e feminino;
- Apresentação de vídeo da decisão da medalha de ouro masculina da olimpíada passada;
- Introdução da atividade da próxima aula;
- Encerramento e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Arco_e_flecha

- Vídeo apresentado: <https://youtu.be/rzi4FFi7wt8>

PLANO DE AULA 7

TEMA: Tiro ao alvo com elástico

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: ainda dentro do esporte arco e flecha o professor tentou criar uma atividade lúdica para os alunos, adaptando o esporte olímpico a uma brincadeira divertida e que pudesse ser realizada em casa pelos alunos.

OBJETIVO GERAL: aula de preparação e realização do tiro ao alvo com elástico, adaptado do arco e flecha, que visa trabalhar a coordenação, a percepção, a mira, a disputa, o raciocínio e também a matemática.

PROCEDIMENTOS: Coleta dos materiais necessários (copinhos, elásticos e papeis), dobradura dos papeis no formato necessário, disposição dos copos e desenho de números em cada um, escolha de local adequado para a gravação, teste de luz e enquadramento e gravação da vídeo aula.

ROTEIRO 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

- Introdução com recapitulação da aula anterior;
- Demonstração dos materiais necessários (copinhos, elástico de dinheiro e papel);
- Demonstração de como cortar, enrolar e dobrar o papel;
- Explicação de possíveis alvos a serem colocados no lugar do copo;
- Montagem e demonstração do lançamento dos papéis com o elástico;
- Encerramento com despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=2ppWB5ARsa8&feature=youtu.be>

PLANO DE AULA 8

TEMA: Halterofilismo aula teórica

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Visando a introdução de mais um esporte olímpico, desta vez halterofilismo, o professor tentou apresentar aos alunos algumas peculiaridades sobre esse esporte pouco difundido.

OBJETIVO GERAL: Buscou-se destacar ao aluno mais um esporte olímpico e apresentar uma pequena introdução de como ele é praticado e quais os aspectos principais.

PROCEDIMENTOS: O professor fez pesquisa histórica sobre o esporte e também sobre as regras, coletou vídeos disponíveis no YouTube, providenciou a apresentação do vídeo na televisão, fez teste de enquadramento e realizou a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Início com saudação aos alunos;
- Introdução histórica;
- Observação sobre a participação das mulheres apenas no ano 2000;
- Demonstração dos dois tipos de movimento (arranque e arremesso);
- Quantas tentativas e individual e em times;
- Comentário sobre técnica de levantamento;
- Demonstração do vídeo com comentários;
- Encerramento com introdução da atividade prática da próxima aula;
- Despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Halterofilismo>

Vídeo apresentado: <https://youtu.be/rvAS5xQwkEA>

PLANO DE AULA 9

TEMA: Halterofilismo aula prática

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: usando o esporte halterofilismo, o professor buscou realizar uma atividade lúdica que proporciona ao aluno não apenas a confecção de um apetrecho, como também a realização de exercícios físicos, além da recreação.

OBJETIVO GERAL: trabalho de coordenação, percepção, concentração, confecção e ludicidade.

PROCEDIMENTOS: inicialmente foram escolhidos dois locais para gravação, um para a confecção do peso e outro para a realização das atividades. Em seguida foram coletados os materiais a serem utilizados (um cabo de vassoura, latinhas e fita crepe). Houve a confecção do peso a ser utilizado e a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudação aos alunos;
- Recordando a aula anterior sobre halterofilismo;
- Demonstração dos materiais necessários (cabo de vassoura, latinhas, sacolinhas e fita crepe);
- Explicação de possíveis substituições;
- Demonstração dos exercícios;
- Demonstração das pernas e coluna;
- Realização dos levantamentos;



UNIÃO 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 de exercícios de força para costas e braços;
- Encerramento e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: aula realizada com conhecimentos do professor.

Vídeo apresentado: <https://www.youtube.com/watch?v=Kze8MuuYc5Q>

PLANO DE AULA 10

TEMA: Remo aula teórica

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: nesta aula foi apresentado aos alunos mais um esporte pouco difundido no Brasil, o remo, dando continuidade ao trabalho de introdução aos esportes olímpicos.

OBJETIVO GERAL: aula teórica sobre remo, explicação sobre o esporte, definição e diferença entre remo e canoagem.

PROCEDIMENTOS: pesquisa sobre o esporte com elaboração de roteiro, coleta de vídeo no YouTube, escolha de local para a gravação da aula com a possibilidade de exposição das imagens na televisão, teste de enquadramento e iluminação e finalmente a gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudação;
- Introdução histórica;
- Início do remo como esporte;
- Disputa de Oxford X Cambridge;
- Raia e distância dos percursos;
- Modalidades e participantes;
- Diferença entre o remo e a canoagem;
- Demonstração de vídeo sobre canoagem (brasileiro);
- Demonstração de vídeo sobre remo individual;
- Comentários sobre a próxima aula;
- Encerramento e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/U4WQhH2o2pl>

PLANO DE AULA 11

TEMA: Remo aula prática

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: mais uma vez o professor buscou realizar uma atividade lúdica, que o aluno pudesse praticar em casa, mas sem esquecer do fundamento do esporte estudado anteriormente.

OBJETIVO GERAL: criação da atividade lúdica sobre remo, força, coordenação, controle corporal e disputa.

PROCEDIMENTOS: inicialmente houve a escolha de local para a gravação, teste de enquadramento e iluminação, coleta do material utilizado (duas toalhas), coleta de vídeo no YouTube para servir de fundo e realização da atividade com pessoa convidada.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Início com saudação;
- Explicação sobre a atividade (fazer sozinho ou acompanhado);
- Demonstração do material (toalha);
- Demonstração do piso que deve ser liso;
- Demonstração do movimento do remo;
- Realização da atividade com pessoa convidada (disputa);
- Conversa com os alunos mostrando o vídeo sobre remo;
- Encerramento e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/ouCrKYB9U38>



UNIÃO 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: Tênis de mesa	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Seguindo a linha da demonstração dos esportes olímpicos aos alunos, novamente o professor tentou adaptar o esporte de uma forma que a criança pudesse realizar em sua casa, com materiais acessíveis.	
OBJETIVO GERAL: realização da prática, demonstração, teoria, realização do esporte, recreação.	
PROCEDIMENTOS: Escolha de local amplo, montagem da mesa e da rede feita de copinhos, coleta de materiais que serviriam de raquete, teste de enquadramento, treino e finalmente gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Introdução ao tênis de mesa, conhecido como pingue pongue; - Introdução histórica; - Material das raquetes e bolinhas; - Regras básicas do tênis de mesa; - Exposição do material; - Demonstração da mesa; - Opções de substituição; - Explicação do jogo; - Realização da atividade com pessoas convidadas; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/HpBPXv0sFKw	

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Rafael de Oliveira Naime			
OFICINA: Iniciação Esportiva			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 13: Aula de tênis: preparação do material	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Vs807hMUq1E	
		YouTube	Visualização: 19 Curtida: 9
		Facebook União Brasil	Visualização: 6 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 14: Aula de tênis: demonstração da quadra	
		Link do vídeo: https://youtu.be/ilpzRD_rVdw	
		YouTube	Visualização: 19 Curtida: 9
		Facebook União Brasil	Visualização: 7 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		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 15: Trabalho de coordenação em dupla		
	AULA #15	Link do vídeo: https://youtu.be/Hil337aani8		
		YouTube	Visualização: 15	Curtida: 9
		Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 16: Teoria de natação: a piscina		
	AULA #16	Link do vídeo: https://youtu.be/90Cyqt_aelQ		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 9
		Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 22		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: Teoria de natação: atletas e modalidades		
	AULA #17	Link do vídeo: https://youtu.be/INrXsnwWDcl		
		YouTube	Visualização: 15	Curtida: 9
		Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 22		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 18: Arco e flecha teoria		
	AULA #18	Link do vídeo: https://youtu.be/dH_iIU3S_IQ		
		YouTube	Visualização: 15	Curtida: 9
		Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: Tiro ao alvo com elástico		
	AULA #19	Link do vídeo: https://youtu.be/jIFGipbLJYE		
		YouTube	Visualização: 28	Curtida: 12
		Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 14
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 31		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: Halterofilismo teoria		
	AULA #20	Link do vídeo: https://youtu.be/5UvaYK8dT9M		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 10
		Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 24		



UNIÃO 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 21: Atividade prática halterofilismo		
		Link do vídeo: https://youtu.be/pzVj-rzy2Ro		
		YouTube	Visualização: 16	Curtida: 9
		Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22: Remo aula teórica		
		Link do vídeo: https://youtu.be/CYs7dK8k_WA		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 9
		Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23: Atividade prática remo		
		Link do vídeo: https://youtu.be/SaXBKIQAk4		
		YouTube	Visualização: 16	Curtida: 9
		Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 24		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24: Tênis de mesa		
		Link do vídeo: https://youtu.be/pBx4M2IQsTY		
		YouTube	Visualização: 21	Curtida: 7
		Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 22		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 287				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 288				

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



Emerson Mossi, 5º ano, Núcleo Santa Clara



Rafael José Duran Silva, 4ano, Núcleo Santa Clara



Thayla Nicole Duarte de Lima / Arthur Ribeiro Simionato, 1º ano, Núcleo Santa Clara



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



Heitor Henrique Ribeiro Simionato
3º ano, Núcleo Santa Clara



Vitória Michaeli Bueno Rodrigues da Silva
Núcleo Santa Clara



João Gabriel Conserva Valente Silva 4ºD, Maria Fernanda Conserva Valente Silva 3ºC, Carlos Eduardo Conserva Valente Silva 1ºD, Núcleo Santa Clara

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 23/02- SANTA CLARA



Emerson M. Arcas, 5º ano



Heloá Vitória e Nicoly Raiane, 3º e 4º 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



Lauana e Lorena da Silva Cebi, 2º e 4º ano

DIA: 25/02- SANTA CLARA



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip Hop –breaking	
Carga horária semanal: 16horas	Carga horária total: 64horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Pesquisa e planejamento das aulas da semana, Combinação e variação de movimentos do power move (movimento de poder). Treino passo a passo da base negativa com variação de braço Turma 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 22/02/21	Reunião pedagógica online pelo Google Meet. Treino do movimento hand glide (deslizamento com a mão) Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Treino do movimento turtle(tartaruga) Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Treino do movimento turtle jump (tartaruga pulando).Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
SEXTA-FEIRA 05/02/21	
2º SEMANA	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Pesquisa e planejamento das aulas da semana, Combinação e variação de movimentos do power move (movimento de poder), Treino do movimento turtle jump spin (movimento da tartaruga pulando e girando) Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica online pelo Google Meet. Treino do movimento go up to head (subida de cabeça) Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Treino do movimento spider (movimento da aranha) Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Treino do movimento head drill (movimento cabeça de broca) Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
SEXTA-FEIRA 12/02/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Pesquisa e planejamento das aulas da semana, footwork e variação de movimentos. Treino de Footwork (trabalho com os pés) one step (um passo) com variação Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica online pelo Google Meet. Treino de Footwork (trabalho com os pés) two steps (dois passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Treino de Footwork (trabalho com os pés) three steps (três passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Treino de Footwork (trabalho com os pés) four steps (quatro passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
SEXTA-FEIRA 19/02/21	
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/02/21	Pesquisa e planejamento das aulas da semana, footwork e variação de movimentos. Treino de Footwork (trabalho com os pés) five steps (cinco passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 23/02/21	Reunião pedagógica online pelo Google Meet. Treino de Footwork (trabalho com os pés) six steps (seis passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Treino de Footwork long (trabalho com os pés longo) passo a passo Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Treino de Footwork (trabalho com os pés) com combinação front jump (pulo na frente) Turma: 1º ao 5º ano. Preparação de playlist. Filmagem da aula.
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Entrega de material impresso “apostila” e matrícula o dia todo no núcleo Santa Clara.

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça
OFICINA: Hip -hop modalidade breaking



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Iniciação ao power move (movimento forte) passo a passo, base negativa com variação de braço. Turma: 1º ao 5º ano. • Iniciação ao power move (movimento forte) com movimento hand glide (deslizamento com a mão) Turma: 1º ao 5º ano. • Iniciação ao power move (movimento forte) move turtle (movimento da tartaruga) Turma: 1º ao 5º ano. • Iniciação ao power move (movimento forte) turtle jump (tartaruga pulando). Turma: 1º ao 5º ano.	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Iniciação ao power move (movimento forte) turtle spin (movimento da tartaruga girando) Turma: 1º ao 5º ano. • Iniciação ao power move (movimento forte) go up to head (subida de cabeça) Turma: 1º ao 5º ano. • Iniciação ao power move (movimento forte) move spider (movimento da aranha) Turma: 1º ao 5º ano. • Iniciação ao power move (movimento forte) move head drill (movimento cabeça de broca) Turma: 1º ao 5º ano.	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Footwork (trabalho com os pés) one step (um passo) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Footwork (trabalho com os pés) two steps (dois passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Footwork (trabalho com os pés) three steps (três passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Footwork (trabalho com os pés) four steps (quatro passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano.	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • Footwork (trabalho com os pés) five steps (cinco passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Footwork (trabalho com os pés) six steps (seis passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Footwork long (trabalho com os pés longo) passo a passo Turma: 1º ao 5º ano. • Footwork (trabalho com os pés) com combinação front jump (pulo na frente) Turma: 1º ao 5º ano.	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Iniciação ao power move (movimento forte) passo a passo da base negativa com variação de braço.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Exercitar, a principal base para a execução dos movimentos de solo e de gravidade.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar grupos dos músculos superiores, trapézio, deltoide, oblíquo externo, linha alba, gerando resistência a cada execução.	
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. Em seguida, aula realizada passo a passo da base para o power move. 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 uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano, em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de atividade. 2º Script- Hoje vamos começar a trabalhar uma base é a base inicial para o Power Move (movimento de força). É a negativa com variação de braços para você tá adquirindo resistência, equilíbrio, força 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

impulsão.

3º Script- A negativa é essa variação de braços. Peço para que vocês coloquem em prática, reveja a atividade e treinem, deixa seu like para esta atividade comenta compartilha até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MARTINS, Cleide. A Improvisação Em Dança, Um Processo Sistêmico e Evolutivo. São Paulo: Puc, 1999

PLANO DE AULA 2

TEMA: Iniciação ao power move (movimento forte) com movimento hand glide (deslizamento com a mão)	Turma: 1º ao 5º ano
--	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Inovar, combinar um movimento de rotação, incomum na dança, possibilitando ao praticante do breaking, o gosto da gravidade corporal em velocidade.

OBJETIVO Geral: Lidar com movimento de rotação, exercitando o equilíbrio, lateralidade, resistência.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento hand glide. 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 uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano. Em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de atividade.

2º Script- Hoje vamos de iniciação ao Power move como movimento handglide (deslizamento com a mão), para isso vamos utilizar alguns materiais pode ser uma blusa de manga uma toca velha ou até mesmo uma luva de frio que você não usa mais

3º Script- Esta é a iniciação ao Power Move com handglide mais conhecido como relóginho aqui no Brasil. Coloca em prática para vocês conseguirem em ter mais resistência equilíbrio e mobilidade, espero que vocês tenham gostado não esquece de deixar o like, compartilhar e comentar, fique em paz se cuida e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MARTINS, Cleide. A Improvisação Em Dança, Um Processo Sistêmico e Evolutivo. São Paulo: Puc, 1999

PLANO DE AULA 3

TEMA: Iniciação ao power move (movimento forte) com movimento turtle (movimento da tartaruga)	Turma: 1º ao 5º ano
--	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Apresentar aos alunos um movimento inspirado e um quelônio ou seja em tartaruga.

OBJETIVO GERAL: Por em ação os fatores característicos do movimento (peso, tempo, espaço e fluência).

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento turtle. 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 uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano. Em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de atividade.

2º Script- Hoje vamos de iniciação ao Power Move como movimento turtle ou tartaruginha para isso vamos primeiro preparar o corpo.

Antes, se dirijam para plataforma do YouTube assista a aula 47 fortalecimento, resistência e impulsão,



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

descansa recupera o seu fôlego, não esqueça de deixar o seu like na atividade e volta para essa aula aguardarei você.

3º Script- Espero que vocês tenham entendido, se não entenderam reveja essa aula com mais tranquilidade, com mais calma segue as dicas que eu passei que não tem erro. Se cuida deixa seu like para atividade compartilha comenta e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MARTINS, Cleide. A Improvisação Em Dança, Um Processo Sistemico e Evolutivo. São Paulo: Puc, 1999

PLANO DE AULA 4

TEMA: Iniciação power move(movimento forte) com movimento turtle jump (tartaruga pulando)	Turma: 1º ao 5º ano
--	----------------------------

Justificativa: Como a dança, possibilita quem a prática inovar, acrescentar combinação, variação e extensão de movimento.

OBJETIVO GERAL: Apresentar e descrever de maneira sucinta o passo a passo do movimento com impulsão e transição para outra ação.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento turtle jump. 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 uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano.

Em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de atividade.

2º Script- Vamos dar continuidade na base negativa, como iniciação a Power move trabalharemos o turtle jump(tartaruguinha pulando).Vamos fazer este movimento parado no lugar e movimentando também no passo a passo para vocês entenderem bem.

3º Script- Espero que vocês estejam gostando de nossas aulas curtindo compartilhando e comentando. Reveja essa aula coloca em prática sempre parando, descansando para não lesionar o pulso, executa na parede depois vai tocando com os pés no chão sempre 4 movimentos para não machucar o pulso.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://www.unicap.br/jubra/wp-content/uploads/2012/10/TRABALHO-62.pdf>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Iniciação ao power move (movimento forte) com movimento turtle jump spin(movimento da tartaruga girando)	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Unificar três ações, uma rotação, duas impulsões e três, controle.

OBJETIVO GERAL: Desenvolver experiências com movimentos combinados, experimentar variadas formas de se movimentar gerando no psiquismo o despertar de emoções variadas, intensidade da emoção varia conforme a combinação vai surgindo.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento turtle jump spin. 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 uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano. Em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de 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

2º Script- Vamos continuar com nossa iniciação ao Power Move trabalhando sempre em cima da base negativa para ir se preparando para outras combinações e variações que exigem dessa base.

Hoje vamos trabalhar Turtle Jump Spin(tartaruguinha pulando e girando).Mas antes se dirigiam para a plataforma do YouTube, assistam a aula 47 fortalecimento, resistência e impulsão, deixa seu like lá na atividade descanse e volta para a aula.

3º Script- Espero que vocês tenham compreendido entendido as explicações, revejam essa aula com mais calma e mais tranquilidade com todo cuidado para não lesionar o corpo deixa seu like compartilha comenta Fica em paz e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: SERRA, Mônica A. Dança terapia; introdução teórica à análise do movimento. CONGRESSO DE TERAPIAS CORPORAIS, 2, São Paulo.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Iniciação ao power move (movimento forte) com movimento go up to head (subida de cabeça)	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Acrescentar bagagem, conteúdo ao aluno com movimentos multifuncionais.

OBJETIVO GERAL: Ensinar, de forma sucinta ao aluno, como dividir o peso do corpo através do equilíbrio e suspendelo, carregá-lo numa direção do espaço, em um tempo e fluência, o que gera a subida para cabeça.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento go up to head.

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:

1ºScript- Olá pessoal aqui é o professor, King professor de hip-hop modalidade Breaking.Venho para mais uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano. Em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de atividade.

2º Script- Vamos dar início a nossa série de aulas de iniciação a Power move Começamos trabalhando com a negativa depois a tartaruguinha pulando depois da tartaruguinha pulando e girando fizemos um lugar ou não várias sessões, agora vamos dar continuidade com uma subida de cabeça saindo da base negativa vamos fazer no passo a passo essa subida Mas antes se dirija para plataforma do YouTube assista a aula 47 fortalecimento resistência e impulsão deixe seu like por essa atividade descanse e volta para aula aguardarei você.

3º Script- Vocês passaram pela fase da resistência, saindo da base negativa e apoiando a cabeça no chão e empurrando as pernas para cima e para trás sempre puxando as pernas não esqueça, para ir acostumando.

Não esqueça de deixar o seu like para essa aula, comenta também se quiser se cuida e até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CUCHE, Deny. A Noção de Cultura Nas Ciências Sociais. São Paulo: EDUSC VERBUM, Tradução: Viviane Ribeiro

PLANO DE AULA 7

TEMA: Iniciação ao power move (movimento forte) com movimento spider(moimento da aranha)	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Mostrar variações e combinações inspirados em animais que se adéquam a dança breaking.

OBJETIVO GERAL: Instigar a criatividade dentro do cenário do breaking com didática acessível e lúdica.



UNIÃO 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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento spider. 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 uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano.

Em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de atividade.

2º Script- Vamos dar início trabalhando a negativa como a gente fez na aula passada na atividade subida de cabeça no passo a passo, hoje vamos de aranha Spider ou melhor Aranha é um movimento na negativa aonde você vai andar a gente pulou girou agora vamos andar em formato de uma aranha para frente e para trás fazendo algumas variações mas antes pessoal se dirige para plataforma do YouTube assistam aula 47 faça uma atividade deixa seu like descansa e volta para esta aula que aguardarei você

3º Script- Lembrando que a cada tentativa sempre tá alongando os pulsos para não estender não lesionar reveja essa aula faça novamente atividade deixe seu like compartilha comenta se cuida e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARMO, Mayara. O Corpo Que Dança: Reflexões Sobre As Pesquisas Do Corpo Nos Legados De Pina Bausch E Rudolf Von Laban E As Suas Influências No Processo De Composição Cênica Na Dança Contemporânea. Repertório, Salvador, nº 20, p.227-234, 2013

PLANO DE AULA 8

TEMA: Iniciação ao power move (movimento forte) com movimento head drill (movimento cabeça de broca)	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Dar andamento a sequência de aulas, com o a lógica de formar sequência para o aluno ligar um movimento ao outro estendendo o power move.

OBJETIVO GERAL: Ensinar, o aluno de como dividir o peso do corpo através do equilíbrio e suspende - lo, carregá-lo numa direção do espaço, em um tempo e fluência, o que gera a subida para cabeça e rotação no mesmo lugar.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento head drill. 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 uma aula com você aluno do 1º ao 5º ano.

Em parceria com a União Brasil vamos desenvolver mais um dia de atividade.

2º Script- Vamos dar início trabalhando o head drill (cabeça de broca). É a execução de um giro de cabeça com a perna fechada Mas antes vamos trabalhar o corpo para deixá-lo pronto para essa atividade se dirija para plataforma do YouTube assistam a aula 47 fortalecimento resistência e impulsão deixa o seu like lá para o vídeo descansa e volta para essa atividade que eu estarei aguardando você.

3º Script- A princípio você não pode deixar o seu pescoço com o jogo mole, mantenha Ele vindo e o abdômen contraído duro mantenha as pernas para cima acompanhado da cintura você vai chutar de um lado e vai chutar do outro esse é o Hand drill.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARMO, Mayara. O Corpo Que Dança: Reflexões Sobre As Pesquisas Do Corpo Nos Legados De Pina Bausch E Rudolf Von Laban E As Suas Influências No



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Processo De Composição Cênica Na Dança Contemporânea. Repertório, Salvador, nº 20, p.227-234, 2013

PLANO DE AULA 9

TEMA: Footwork (trabalho com os pés) one step (um passo) com variação	Turma: 1º ao 5º ano
--	----------------------------

JUSTIFICATIVA: O footwork consiste na quebra de um movimento fluindo para o chão. " O footwork é um dos movimentos mais importantes em nível de competição do breaking."

OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação motora, equilíbrio, força, espaço, tempo, lateralidade, concentração, memorização.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do footwork one step. 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, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking. Hoje vamos trabalhar o footwork iniciaremos uma série com footwork fundamentos, hoje vamos de one step(um passo),mas antes se dirija para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descanse e volte para cá que aguardarei você.

2º Script- Vamos dar início trabalhando One step essa é a posição do footwork, já havia passado para vocês o six steps que é o seis passos, mas vamos seguir aqui uma ordem de escala desde o início começando pelo one step (um passo)

3º Script- Na posição do footwork você vai passar a perna por dentro, passando a perna que corresponde ao braço que está apoiado, você passa por dentro sem tocar o pé no chão e você vai quicar três vezes, fazer a troca de braço e passar a perna por dentro de novo esse é one step que dá para você ir variando com um hook que é trancar ou Spin que é o gelo.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARMO, Mayara. O Corpo Que Dança: Reflexões Sobre As Pesquisas Do Corpo Nos Legados De Pina Bausch E Rudolf Von Laban E As Suas Influências No Processo De Composição Cênica Na Dança Contemporânea. Repertório, Salvador, nº 20, p.227-234, 2013

PLANO DE AULA 10

TEMA: Footwork (trabalho com os pés) two steps(dois passos) com variação	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA: Seguir sequencia do footwork fundamentos, com o two steps, variando e combinando movimentos básicos.

OBJETIVO GERAL: Ensinar o footwork, sempre fluindo.Mantendo a parte posterior do tronco e a cabeça paralisados. sustentar o peso para que as pernas fiquem livres para a movimentação.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do footwork two steps. 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, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking. Hoje vamos trabalhar o footwork iniciaremos uma série com footwork fundamentos, hoje vamos de two step ou dois passos, mas antes se dirija para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descanse e volte para cá que aguardarei 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

2º Script- Dando sequência aqui na aula footwork fundamento parte 2 com o two steps.

No two steps, você vai passar a perna no mesmo formato que no one step a diferença é que atrás você vai torcer um pouco a cintura para poder virar, a torcida que eu digo é logo após que você passa a perna, que não toca no chão, você só torce a cintura colocando a perna para trás para fazer esse giro, uma espécie de torção você vai tocar duas vezes com pé no chão torcendo tocar duas vezes torcer.

3º Script- Pessoal reveja esta aula com mais calma faça novamente esta atividade, com tranquilidade deixa seu like compartilha comenta se cuida descansa e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARMO, Mayara. O Corpo Que Dança: Reflexões Sobre As Pesquisas Do Corpo Nos Legados De Pina Bausch E Rudolf Von Laban E As Suas Influências No Processo De Composição Cênica Na Dança Contemporânea. Repertório, Salvador, nº 20, p.227-234, 2013

PLANO DE AULA 11

TEMA:Footwork (trabalho com os pés) three steps (três passos) com variação **Turma:**1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Criar séries de footwork para desenvolver funções corporais.Quanto menor o tempo de realização do movimento, maior o nível de exaustão corporal.

OBJETIVO GERAL: Realizar os passos de acordo com a sequência que vem sendo aplicada, com base nos fundamentos do footwork.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do footwork three steps.

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:

1ºScript- Saudações pessoal aqui é o professor King, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking. Hoje vamos trabalhar o footwork iniciaremos uma série com footwork fundamentos, hoje vamos de three steps ou três passos, mas antes se dirija para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descansa e volte para cá que estarei aguardando você.

2º Script- Dando sequência aqui com nossa atividade vamos trabalhar o three steps ou três passos, vamos iniciar da primeira passada você pode estar saindo aqui de baixo como também de cima, cima você faz esse movimento como se fosse dar um giro Mas você vai descer já Passando a perna e trocando a mão lembra que a perna vem por dentro Conta 1 2 3 agora repete.

3º Script- Com variação fica assim, você toca o joelho, sobe, aí coloca o joelho de novo e sobe. Esse é o três passos uma variação de joelho, reveja essa aula coloca em prática com mais calma e mais tempo não deixe de curtir aula de comentar e compartilhar, descansa e até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MARTINS, Cleide. A Improvisação Em Dança, Um Processo Sistêmico e Evolutivo. São Paulo: Puc, 1999

PLANO DE AULA 12

TEMA:Footwork (trabalho com os pés) four steps (quatro passos) com variação **Turma:**1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Aprimorar o footwork na sua 4ª fase agregando estendendo e variando o movimento.

OBJETIVO GERAL: Desenvolver um domínio maior do movimento, para que as repetições passem a ganhar velocidade, resultando num movimento ágil, fluido e com facilidade de conexões.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do footwork four steps.

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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

1º Script- Saudações pessoal aqui é o professor King, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking .Hoje vamos trabalhar o footwork iremos iniciar uma série com footwork fundamentos , hoje vamos de four steps ou quatro passos, mas antes dirija-se para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descanse e volte para cá que vou estar aguardando você.

2º Script – Como de costume vamos iniciar desta base que vocês conhecem que é a base do footwork é a onde vamos partir, começando a contagem no passo a passo. Dando inicio saindo com a perna na frente seguindo a contagem 1 cruza, 2 afasta, 3 troca o braço, no terceiro passo você fica nessa posição atrás, cavalete, ai você sai no quarto passo. Ai você vai variar, você vai tocar o joelho no chão, pos o joelho passa a perna nessa posição e rodou, rodou abri de novo para sair, e repete a sequencia.

3º Script – Espero que vocês tenham entendido esses 4 passos com essa variação que também serve como combinação com spin de joelho, e repetindo. Revejam essa aula com mais tranquilidade, mais calma, descansa, compartilha, comenta. Até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: HASELBACH, Bárbara. Dança, Improvisação e Movimento. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1989

PLANO DE AULA 13

TEMA:Footwork (trabalho com os pés) five steps (cinco passos) com variação **Turma:**1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Aumentar o campo de visão, para criação e junção de movimentos que se adaptem a sequência proposta.

OBJETIVO GERAL: Compreender as formas de expressão que o corpo propõe, fazendo estudo dos aspectos qualitativos do movimento, assim como o ritmo e a dinâmica e fluência.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do footwork five steps. 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, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking .Hoje vamos trabalhar o footwork iremos iniciar uma série com footwork fundamentos , hoje vamos de five steps ou cinco passos, mas antes dirija-se para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descanse e volte para cá que vou estar aguardando você.

2º script- Vou fazer no passo a passo para vocês irem acompanhando e vamos graduando cada movimento conforme vamos executando. Vamos de contagem primeiro, pausado, 1,2,3,4,5, aqui quinto passo nos vamos dar uma trancada faz um giro e voltando para mesma contagem, 1,2,3,4,5 e vai aumentando a velocidade e você pode também estar, em vez de girar abrir para poder variar e passar a outra perna girando.

3º script – Simples né, absorve primeiro no passo a passo, vai devagar se necessário revejam essa aula com mais tranquilidade, mais calma, descansa, compartilha, comenta. Até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: GUARATO, Rafael. Corpos Para Além Do Movimento. Uberlândia: EduFu, 2008

PLANO DE AULA 14

TEMA: Footwork (trabalho com os pés) six steps (seis passos) com variação **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: Finalizar o ciclo básico de fundamentos do footwork.
OBJETIVO GERAL: Integrar o aluno no break dance a partir da organização espacial e das dinâmicas do movimento, possibilitando que praticante tenha domínio do corpo, e desenvolva as conexões entre movimentos com mais leveza.
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. Em seguida, aula realizada passo a passo do footwork six steps. 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, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking .Hoje vamos trabalhar o footwork iremos iniciar uma série com footwork fundamentos , hoje vamos de six steps ou seis passos, mas antes dirija-se para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descanse e volte para cá que vou estar aguardando você. 2º script – Pessoal saindo dessa base contagem no passo a passo, saindo 1,2,3,4,5, abre 6, no sexto passo você já pode estar variando descendo com o joelho pela lateral e saindo de novo.Executa esse caminho pelo menos umas 3 vezes, aumentando a velocidade, não tem segredo. 3º script – Esse é o six steps espero que vocês tenham gostado, revejam essa aula com mais tranquilidade, mais calma, descanse, compartilhe, comente. Até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: VOSS, Rita. Break, Movimento Corporal E Mudanças Sociais: O Pockemon Crew Da Ópera De Lyon. (UFPE) Pesquisa De Pós-Doutorado, 2012

PLANO DE AULA 15

TEMA: Footwork long (trabalho com os pés longo) passo a passo	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Como na caminhada do dia a dia seja para trabalhar, estudar ou na prática de esportes, existe um ritmo e uma forma de se executar a ação com passos longos, curtos, impulsionados, flexionados assim também trabalhamos o footwork	
OBJETIVO GERAL: Improvisar no tempo, seguido de parâmetros básicos como a conectividade entre os movimentos, integralidade, funcionalidade e a organização que fazem parte do processo de improvisação na dança.	
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. Em seguida, aula realizada passo a passo do footwork long. 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, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking .Hoje vamos trabalhar o footwork iremos iniciar uma série com footwork fundamentos , hoje vamos de footwork long, mas antes dirija-se para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descanse e volte para cá que vou estar aguardando você. 2º script – É isso aí pessoal dando continuidade a nossa serie de footwork fundamentos, vamos trabalhar hoje footwork long, saindo da posição normalmente você vai contar 1,2,3, quando você der a primeira passada você já estica, mantém o seu tronco para frente os braços esticados somente a cintura e as pernas esticada e vai passando aí conta de novo, saiu o primeiro normal e o resto é esticado. 3º script – Esse footwork exige um pouco mais de resistência nos braços para poder sustentar seu corpo é importante assistir a aula 47 resistência, fortalecimento e impulsão, para executar com 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

facilidade, revejam essa aula com mais tranquilidade, mais calma, descansa, compartilha, comenta. Até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: HASELBACH, Bárbara. Dança, Improvisação e Movimento. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1989

PLANO DE AULA 16

TEMA: Footwork (trabalho com os pés) com combinação front jump **Turma:** 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Aprofundar na diversidade de passos e movimentos oriundos de outras modalidades.

OBJETIVO GERAL: Usar no breaking a liberdade para adaptar outras formas de se dançar conhecendo e praticando movimentos de outras culturas, gerando consciência que a dança pode ser diversificada.

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. Em seguida, aula realizada passo a passo do movimento front jump. 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, iniciando mais uma oficina de hip hop com a modalidade Breaking. Hoje vamos trabalhar uma combinação com variação, front jump (salto na frente), mas antes dirija-se para plataforma do YouTube assista aula 46 aquecimento, alongamento deixe seu like para essa aula descansa e volte para cá que vou estar aguardando você.

2º script – Vamos iniciar a base do six step, vocês vão esticar o braço para trás, esticar o seu joelho para frente, isso é só para alongar, você vai deslocar as suas duas pernas para frente e depois trazer. Você vai usar o impulso da cintura para executar o movimento com velocidade aí você vai inverter o braço, agora execute nas laterais, de um lado depois para outro. Agora vocês vão sair do six step ou footwork

3º script – Esse front jump espero que vocês tenham gostado, revejam essa aula com mais tranquilidade, mais calma, joga depois o footwork de vocês, vai encaixando, descansa, compartilha, comenta. Até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: GUARATO, Rafael. Corpos Para Além Do Movimento. Uberlândia: EduFu, 2008

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR : Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça			
OFICINA: Hip-hop Modalidade Breaking			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: "Iniciação ao Power move"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/jnlqZ7tSUHk		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 18: "Movimento Hand Glide"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/4sVoHoJnmRQ		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: "Movimento Turtle"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/J1hyCaNW1jY		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: "Movimento Turtle jump"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/sE_9tOuAicQ		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:1	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 21 : "Movimento Turtle jump spin"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/vjPCLRdimW0		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22: "Movimento Go up to Head"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/Y1AasVODGsw		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 7
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23 : "Movimento Spider"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/q12YZokNbnM		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 12	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24 : "Movimento Head drill"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/IBdKaJuRS7w	
		YouTube	Visualização: 11 Curtida: 1
		Facebook União Brasil	Visualização: 5 Curtida: 10
		Instagram	Visualização:1 Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 25: "Footwork, one step"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/_zj7tFZvYiM	
		YouTube	Visualização: 8 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 5 Curtida: 12
		Instagram	Visualização:1 Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 26: "Footwork, two steps"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/0wmCbAoJlvw	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 1
		Facebook União Brasil	Visualização: 3 Curtida: 9
		Instagram	Visualização:1 Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 27 : "Footwork, three steps"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Teg4xQUwknE	
		YouTube	Visualização: 8 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 6 Curtida: 11
		Instagram	Visualização:1 Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 28 : "Footwork, four steps"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Teg4xQUwknE	
		YouTube	Visualização: 7 Curtidas:1
		Facebook União brasil	Visualização: 3 Curtidas: 9
		Instagram	Visualização:1 Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 29: "Footwork, five steps"	
		Link do vídeo: https://youtu.be/poKfuU4JI5Y	
		YouTube	Visualização: 6 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 7 Curtida: 11
		Instagram	Visualização:1 Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		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 30 : "Footwork, six steps"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/22wUWUJM05Y		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 31: "Footwork com o corpo esticado"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/5tvq7xq6p_M		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 32: "Combinação front jump"	
	Link do vídeo: https://youtu.be/UrJUnNuWXq8		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 216			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 200			

RETORNO DOS ALUNOS



Anna Luysa Oliveira
Paul Percy Harris



Eduardo Possiano Dias
Anne Elyze Dias Brito



Anne Elyze Dias Brito
Projeto 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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA 26/02/2021 Núcleo Santa Clara



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

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	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de golpe de Lob.
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica online pelo aplicativo Google meet.
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de golpe de Lob em forehand.e edição.
QUINTA-FEIRA 04/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de golpe de Drive
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de coordenação de pernas
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de movimentação com uma passada.
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica online pelo aplicativo Google meet.
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de movimentação com uma passada 2.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de movimentação com uma passada 3.
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Educativo de movimentação com uma passada 4.
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Organização do espaço, preparação de material e gravação da vídeoaula: Circuito de agilidade 1
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica na sede da União Brasil.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

QUARTA-FEIRA 17/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Circuito de agilidade 2
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Circuito de agilidade 3
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Exercício de coordenação no quadrado
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	Organização do espaço, preparação de material e gravação da vídeoaula: Tempo de reação 1
TERÇA-FEIRA 23/01/21	Reunião pedagógica online pelo aplicativo Google meet. Gravação da vídeoaula: Tempo de reação 2
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Entrega do material impresso “apostila” e matrícula das 08:00 às 16:00 no Núcleo Santa Clara
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Cone chinês 1
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Organização do espaço, preparação do material e gravação da vídeoaula: Cone chinês 2

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Roberto Aparecido Leal	
OFICINA: Badminton	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Educativo de golpe de Lob • Educativo de golpe de Lob em forehand • Educativo de golpe de Drive • Educativo de coordenação de pernas	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Educativo de movimentação com uma passada 1 • Educativo de movimentação com uma passada 2. • Educativo de movimentação com uma passada 3. • Educativo de movimentação com uma passada 4.	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Circuito de agilidade 1 • Circuito de agilidade 2. • Circuito de agilidade 3 • Exercício de coordenação no quadrado	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • Exercício de tempo de reação 1 • Exercício de tempo de reação 2 • Oficina de cone chinês parte 1 • Oficina de cone chinês 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

PLANO DE AULA 1

• TEMA: Educativo de golpe de Lob	Turma: 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a movimentação na rede	
OBJETIVO GERAL: melhorar a coordenação de membros inferiores, controle motor fino de membro dominante 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 Educativo de golpe de Lob , Para que as nossas batidas tenham mais qualidade vocês tem que procurar segurar a raquete somente com as falanges dos dedos, deixando a raquete levemente solta na mão dominante. No 1º exercício irei fazer a batida em backhand parado na rede, no 2º exercício irei executar com uma passada, no 3º exercício irei executar com duas passadas e no 4º exercício o Victor vai executar com split step e 2 passadas e finalizar com a batida. 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=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=13 https://www.youtube.com/watch?v=cOJtimCfnTA&list=PLA7ZcagI0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=12	

PLANO DE AULA 2

• TEMA: Educativo de golpe de Lob em forehand	Turma: 3º 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar batida baixa a frente de rede	
OBJETIVO GERAL: melhorar coordenação de pernas em chassê, batida baixa na rede e tempo de reação.	
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 Educativo de golpe de Lob em forehand , Para que as nossas batidas tenham mais qualidade vocês tem que procurar segurar a raquete somente com as falanges dos dedos, deixando a raquete levemente solta na mão dominante. No 1º exercício irei fazer a batida em forehand parado na rede, no 2º exercício irei executar com uma passada, no 3º exercício irei executar com duas passadas e no 4º exercício o Victor vai executar com split step e 2 passadas e finalizar com a batida. 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=QZIFEJecKLI	

PLANO DE AULA 3

• TEMA: Educativo de golpe de Drive	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar batida à meia altura a frente de rede	
OBJETIVO GERAL: melhorar batida à meia altura a frente de rede, agilidade e tempo de reação.	
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 Educativo de golpe de drive . Para que as nossas batidas tenham mais qualidade vocês	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

tem que procurar segurar a raquete somente com as falanges dos dedos, deixando a raquete levemente solta na mão dominante. No 1º exercício o Victor irá fazer a batida em forehand e backhand no pompom com uma passada a frente, no 2º exercício ele irá fazer a batida na peteca com uma passada, na segunda fase do exercício ele irá realizar os mesmos procedimentos anteriores mas de um outro ângulo.

Valeu crianças curta, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=pGqsXT61mUM&list=PLA7ZcagI0frBecqY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=13>

PLANO DE AULA 4

TEMA: Educativo de coordenação de pernas

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação de pernas

OBJETIVO GERAL: melhorar a coordenação de pernas, agilidade, explosão e ritmo.

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 **Educativo de coordenação de pernas**. Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo e preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora.

No 1º exercício irei sapatear no lugar durante alguns segundos, no 2º exercício irei fazer na linha com pernas alternadas vou para frente e para trás sobre a linha, no 3º exercício irei fazer o exercício de abrir e fechar as pernas sobre a linha em split step, no 4º exercício irei fazer a carioca com pernas alternadas, no 5º exercício vou entrar e sair entre as linhas, no 6º exercício irei fazer a rotação de quadril no lugar, no 7º exercício irei fazer saltar na linha com pés juntos para frente e para trás, no 8º exercício irei saltar com pés juntos na lateral.

Valeu crianças curta, compartilhem e comentem os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e Instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=VGU3JLJI8dY&list=PLA7ZcagI0frBecqY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=36>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Educativo de movimentação com uma passada 1

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: melhorar a coordenação de pernas, agilidade e tempo de reação.

OBJETIVO GERAL: melhorar a coordenação de pernas, agilidade, tempo de reação, senso e direção e noção espacial temporal.

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 **Educativo de movimentação com uma passada 1**. Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo é preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora.

No 1º exercício o Victor irá derrubar as petecas a frente e na lateral com a mão em forehand e backhand com uma passada a frente, no 2º exercício ele irá fazer os mesmos anteriormente porém derrubando as petecas com a raquete e 3º exercício irá fazer os mesmos anteriores com batida na



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

peteca.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=zft8LlX5fc&list=PL1132B45B30FD92D3&index=7>

PLANO DE AULA 6

TEMA:Educativo de movimentação com uma passada 2

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:melhorar a coordenação pernas, agilidade e tempo de reação

OBJETIVO GERAL:melhorar a coordenação pernas, agilidade, tempo de reação, senso e direção e noção espacial temporal.

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 passa **Educativo de movimentação com uma passada 2**. Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo é preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora.

No1º exercício o Victor irá derrubar as petecas no fundo de quadra com a mão em forehand e backhand com uma passada por atrás, no 2º exercício ele irá fazer os mesmo anteriormente porem derrubando as petecas com a raquete e 3º exercício irá fazer os mesmo anteriores com batida na peteca.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=UFvAORnSLJA&list=PL1132B45B30FD92D3&index=8>

PLANO DE AULA 7

TEMA:Educativo de movimentação com uma passada 3

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:melhorar a coordenação pernas, agilidade e tempo de reação

OBJETIVO GERAL:melhorar a coordenação pernas, agilidade, tempo de reação, senso e direção e noção espacial temporal.

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 passa **Educativo de movimentação com uma passada 3**. Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo é preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora.

No1º exercício o Victor irá pegar as petecas no centro e colocar as petecas na lateral esquerda dentro do bambolê com uma passada, no 2º exercício ele irá retornar as petecas no lugar, no 3º ele irá pegar as petecas no centro e colocar na lateral direita dentro do bambolê com uma passada e no 4º ele irá retornar as petecas no lugar.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=ymsM3wzppdc&list=PL1132B45B30FD92D3&index=3>

PLANO DE AULA 8

TEMA:Educativo de movimentação com uma passada 4

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:melhorar a coordenação pernas, agilidade 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

OBJETIVO GERAL:melhorar a coordenação pernas, agilidade, tempo de reação, senso e direção e noção espacial temporal.

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 passa **Educativo de movimentação com uma passada 4**. Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo é preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora.

No 1º exercício o Victor irá bater em 5 petecas no centro em forehand e 5 petecas em backhand, no 2º exercício ele irá bater 5 petecas na lateral em forehand e 5 petecas á frente de rede em backhand, no 3º exercício ele irá bater 5 petecas na lateral em backhand e 5 petecas em forehand á frente de rede. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=91kXg5VspyA&list=PL1132B45B30FD92D3&index=4>

PLANO DE AULA 9

TEMA:Circuito de agilidade 1

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:melhorar a coordenação e agilidade

OBJETIVO GERAL:melhorar a coordenação de pernas, agilidade, senso 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 vamos passa **Circuito de agilidade 1**. Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo é preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora.

No 1º circuito nos iremos fazer 6 estações com diferentes exercícios: no bastão, cones, barras, corda, bambolê e escada, no 2º circuito 5 estações: escada, cones1 dar a volta, bambolês, cones 2 zig zag cones 3 canguru.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=91kXg5VspyA&list=PL1132B45B30FD92D3&index=4>

PLANO DE AULA 10

• **TEMA:**Circuito de agilidade 2

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:melhorar a coordenação e agilidade

OBJETIVO GERAL:melhorar a coordenação de pernas, agilidade, senso 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 vamos passa **Circuito de agilidade 2**. Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo é preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora. No 1º circuito nos iremos fazer 6 estações com diferentes exercícios: 1º bastão elevação de joelho, 2º barras saltar de frente, 3º corda zig zag de frente, 4º bambolê sapatear, 5º escada skip com uma perna no degrau, 6º subir e descer no step.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook 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

instagram. Um Abraço e se cuide.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=91kXg5VspyA&list=PL1132B45B30FD92D3&index=4>

PLANO DE AULA 11

- **TEMA:**Circuito de agilidade 3

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:melhorar a coordenação e agilidade

OBJETIVO GERAL:melhorar a coordenação de pernas, agilidade, senso direção

PROCEDIMENTOS:Revisão de exercício a ser dado nesta aula nos sites do **Youtube**com links abaixo, 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 aprender a fazer uma escada **Circuito de agilidade 3**.

Para que a nossa movimentação tenha qualidade durante o jogo é preciso alguns exercícios que irei passar para vocês agora. No 1º circuito nos iremos fazer 5 estações com diferentes exercícios: 1º exercício o Victor vai saltar na diagonal por cima da corda, 2º exercício vai fazer o sapateado nos bambolês, 3º exercício skip com uma perna sobre os cones, 4º exercício vai entrar e sair no degrau da escadinha, 5º exercício vai saltar sobre os cabo de vassoura.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=zOOzNs43A2s>

PLANO DE AULA 12

- **TEMA:**Exercício de coordenação no quadrado

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: melhorar a agilidade de pernas

OBJETIVO GERAL:melhorar a coordenação, agilidade, noção espacial

PROCEDIMENTOS:Revisão de exercício a ser dado nesta aula nos sites do **Youtube**com links abaixo, 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 aprender a fazer **Exercício de coordenação no quadrado**.

No 1º exercício o João Pedro vai abrir e fechar a perna, no 2º exercício ele vai saltar no quadrado da frente e retornar ao centro no sentido horário e anti-horário, no 3º exercício ele fazer o mesmo exercício anterior porem após eu falar a cor de uns dos cones ele deve ir em direção ao mesmo e fazer o movimento de batida curta baixa, no 4º exercício iremos fazer um pega-pega no quadrado.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=f9a-lrSvsqY>

PLANO DE AULA 13

- **TEMA:**Exercício de tempo de reação 1

Turma:1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:melhorar o tempo de reação

OBJETIVO GERAL: trabalhar o tempo de reação, visão periférica, agilidade

PROCEDIMENTOS:Revisão de exercício a ser dado nesta aula nos sites do **Youtube**com links abaixo, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje nós vamos aprender a fazer **Exercício de tempo de reação 1**.

No 1º exercício o João Pedro vai me acompanhar no exercício lateral de espelho, no 2º exercício ele vai me acompanhar no espelho com movimento contrario 3º exercício ele fazer os mesmos exercícios anteriores mais os movimentos diagonais, no 4º exercício terá que todos os movimentos anteriores mais o movimento de fundo de quadra.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=3gJ5OsX5fbI>
<https://www.youtube.com/watch?v=G-9puxAFOYc>

PLANO DE AULA 14

TEMA: Exercício de tempo de reação 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar o tempo de reação	
OBJETIVO GERAL: trabalhar o tempo de reação, visão periférica, agilidade	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula nos sites do Youtube com links abaixo, 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 aprender a fazer Exercício de tempo de reação 1 . No 1º exercício é a varinha mágica o João Pedro irá direção do cone que eu indicar, no 2º exercício ele vai em direção da cor do cone que eu disser, 3º exercício ele irá em direção nas duas cores que eu falar, no 4º exercício eu vou falar a cor do cone após ele devera fazer a batida na peteca no fundo de quadra Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=VGU3JLJI8dY&list=PLA7Zcagl0frBecgY4F7Rh0fn8as-nCPW7&index=36	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Oficina de cone chinês parte 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar criatividade	
OBJETIVO GERAL: trabalhar criatividade, coordenação motora fina, caráter esportivo e alto estimo	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula nos sites do Youtube com links abaixo, 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 aprender a fazer Oficina de cone chinês parte 2 . No primeiro momento fazer um cone de papel, vamos usar tesoura, grameador, régua, copo de requeijão e uma caneta ou lápis. Exercício 1º iremos fazer o circulo com prato e recortar, no 2º iremos fazer o circulo no meio com o copo de requeijão. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	



UNIÃO 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.youtube.com/watch?v=r2WPE4U7h98>

PLANO DE AULA 16

TEMA: Oficina de cone chinês parte 2

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA:

OBJETIVO GERAL:

PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula nos sites do Youtube com links abaixo, 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 aprender a fazer **Oficina de cone chinês parte 2**.

No 1º exercício iremos fazer uma abertura na lateral de 8 centímetros e recortar, 2º exercício iremos grampear ou colar as 2 pontas para formar o cone.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=r2WPE4U7h98>

Relatório Mensal Instrutor (a)- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Roberto Aparecido Leal		
OFICINA: Badminton		
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 17: Educativo do golpe Lob	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=u9TUdy0gAsI&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=17	
	YouTube	Visualização: 10 Curtida: 3
	Facebook	Visualização: 6 Curtida: 12
	União Brasil	
	Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 19
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 18: educativo do golpe lob em forehand	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=TfV0GmaGqbQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=18	
	YouTube	Visualização: 8 Curtida: 4
	Facebook	Visualização: 7 Curtida: 11
	União brasil	
	Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 19



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: Educativo do golpe drive	
		Link do vídeo:	
		Youtube	Visualização: 8 Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 11 Curtida: 12
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº20: Educativo de coordenação de pernas	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=YPO1i54Hm5o&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=20	
		Youtube	Visualização: 17 Curtida: 7
		Facebook União brasil	Visualização: 11 Curtida: 12
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº21: Educativo de movimentação com uma passada1	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=OeigLtnZWQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=21	
		Youtube	Visualização: 11 Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 8 Curtida: 12
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº22: Educativo de movimentação com uma passada2	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=eXW_8r1ox9o&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=22	
		Youtube	Visualização: 14 Curtida: 4
		Facebook União Brasil	Visualização: 10 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº23: Educativo de movimentação com uma passada3	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HmrnbR9MmmA&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=23	
		Youtube	Visualização: 18 Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 6 Curtida: 12
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 19	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 24: Educativo de movimentação com uma passada4	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=i5pPLffrSSE&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=24	
	Youtube	Visualização: 15 Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 14 Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 17
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 25: Circuito de agilidade e coordenação 1	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=De8QMEKYYo8&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=25	
	Youtube	Visualização: 4 Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 3 Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 8		TOTAL DE CURTIDAS: 15
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 26: Circuito de agilidade e coordenação 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=TBANl3IU0&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=26	
	Youtube	Visualização: 4 Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 3 Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 8		TOTAL DE CURTIDAS: 14
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 27: Circuito de agilidade e coordenação 3	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=kBetp3AayuE&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=27	
	Youtube	Visualização: 16 Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 4 Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 16
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 28: Agilidade e coordenação no quadrado	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2b81juAmIB8&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=28	
	Youtube	Visualização: 17 Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 5 Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		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 29: Exercício de tempo de reação	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=d6QRInIVf-o&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=29	
	Youtube	Visualização: 32 Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 3 Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		TOTAL DE CURTIDAS: 14
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 30: Exercício de tempo de reação 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=1Q9CDm143e4&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=30	
	Youtube	Visualização: 6 Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 3 Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 4 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 15
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 31: Oficina de cones chinês 1	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sWuAGJ0_Awg&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=31	
	Youtube	Visualização: 21 Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 6 Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 2 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 17
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 32: Oficina de cones chinês 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6TIBqLBwDI0&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=32	
	Youtube	Visualização: 8 Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 6 Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 4 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 17
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeo aulas: 339		
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeo aulas: 277		

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



Ravi Vinicius da Silva



Camila Maria da Conceição - Núcleo ECO



Núcleo ECO:

Evelyn Lorraine de Assis da Silva – Emily Vitoria Souza da Silva - Fredisson Souza da Silva –

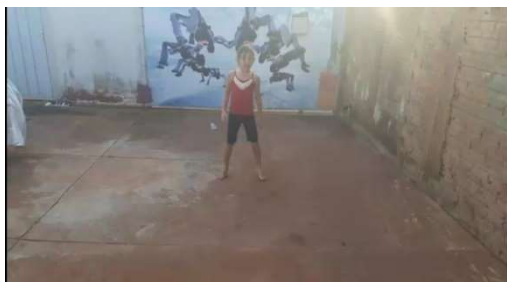


Núcleo: Santa Clara

Núcleo: ECO

Vinicius Eduardo da Silva Rocha

Luan Muller - Manhã



Anne Elyze Dias Brito – Manhã



Eduardo Ponssiano Dias – Manhã

Núcleo: 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



Núcleo: Santa Clara - Rafael Duran - Manhã

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 24/02/2021 -



Kethlen- Manhã

Inácio e Inára-

Murilo Morais Mikaelly Morais

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor: Thiago Prates dos Santos	
Oficina: Dança	
Carga horária semanal: 12 horas	
Carga horária total: 48 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Gravação da coreografia Pancadão
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião online
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Gravação da coreografia Pancadão 2
QUINTA-FEIRA 04/02/21	
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Gravação da coreografia Pancadão 3
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Gravação da coreografia pisadinha



UNIÃO 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 09/02/21	Reunião online pela plataforma Google Meet
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Gravação da coreografia Pisadinha 2
QUINTA-FEIRA 11/02/21	
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Gravação da coreografia
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Gravação da coreografia Largadinho
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião com equipe da União Brasil
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Gravação da coreografia Largadinho 2
QUINTA-FEIRA 18/02/21	
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Gravação da coreografia Largadinho 3
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	Gravação da coreografia Empurra Empurra
TERÇA-FEIRA 23/01/21	Reunião online pela plataforma Google Meet Gravação da coreografia Empurra Empurra 2
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Entrega do material impresso “apostila” e matrícula das 08:00 às 12:00 no Núcleo Santa Clara
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Gravação da História do Carnaval
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Entrega do material impresso “apostila” e matrícula das 08:00 às 12:00 no Núcleo Santa Clara

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUCTOR :Thiago Prates dos Santos	
OFICINA: Dança	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 48 horas
Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21 • Pancadão • Pancadão 2 • Pancadão 3	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Pisadinha • Pisadinha 2 • Coreografia	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Largadinho • Largadinho 2 • Largadinho 3	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Plano de aula 4ª semana de 22/02 à 26/02/21

- Empurra Empurra
- Empurra Empurra 2
- História do Carnaval

PLANO DE AULA 1

TEMA: Pancadão	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: trabalhar coreografia de axé nesse mês de fevereiro que é o mês do carnaval.	
OBJETIVO GERAL: Trabalha passos e movimentos dinâmicos que envolve membros superiores e inferiores.	
PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - dançando os passos na música; - apresentação do professor; - apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música < https://youtu.be/T_NksbR2aEs > (acesso em 01/02/2021) Coreografia: Composição própria	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Pancadão 2	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Essa tem atividade tem como objetivo trabalhar coreografia de axé nesse mês de fevereiro que é o mês do carnaval.	
OBJETIVO GERAL: trabalhar passos e movimentos dinâmicos que envolve membros superiores e inferiores.	
PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - dançando os passos na música; - apresentação do professor; - apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Musica < https://youtu.be/T_NksbR2aEs > (acesso em 03/02/2021) Coreografia: Composição própria	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Pancadão 3	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Essa tem atividade tem como objetivo trabalhar coreografia de axé nesse mês de fevereiro que é o mês do carnaval.	
OBJETIVO GERAL: Trazer para a aula passos e movimentos dinâmicos que envolve membros superiores e inferiores.	
PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - coreografia na integra;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- saudação do professor;
- citação sobre o que vai ser trabalhado em aula;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- chamando os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música <https://youtu.be/T_NksbR2aEs> (acesso em 05/02/2021)

Coreografia: Composição própria

PLANO DE AULA 4

TEMA: Pisadinha

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer um dos fundamentos e passos da pisadinha.

OBJETIVO GERAL: trabalhando com as crianças os membros superiores e Ritmo.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- dançando a coreografia;
- saudação do professor para os alunos;
- apresentação da coreografia que vai ser trabalhado na aula;
- instruções para fazer o aquecimento/alongamento;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música < <https://youtu.be/kNdIA-L8E3c>> (acesso em 08/02/2021)

Coreografia: Composição própria

PLANO DE AULA 5

TEMA: Pisadinha 2

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer um dos fundamentos e passos da pisadinha.

OBJETIVO GERAL: trabalhar os membros superiores e Ritmo.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- dançando os passos na música;
- apresentação do professor;
- apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula;
- instruções para fazer o aquecimento/alongamento;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música < <https://youtu.be/kNdIA-L8E3c>> (acesso em 09/02/2021)

Coreografia: Composição própria

PLANO DE AULA 6

TEMA: Coreografia

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer uma coreografia do momento.

OBJETIVO GERAL: trabalhando com os alunos coordenação motora e Musicalidade.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- dançando os passos na música;
- apresentação descontraída do professor;
- explicação do ritmo que vai ser trabalhado na aula;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- instruções para fazer o aquecimento/alongamento;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- dançando os passos na música;
- convocar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música <<https://youtu.be/hnpSQsN-j3o>> (acesso em 12/02/2021)

Coreografia: Composição própria

PLANO DE AULA 7

TEMA: Largadinho

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer mais uma coreografia de axé.

OBJETIVO GERAL: trabalhar passos unilateral, ritmo, coordenação.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo ,fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Executando a coreografia;
- saudação do professor para os alunos;
- apresentação da coreografia que vai ser trabalhado na aula;
- instruções para fazer o aquecimento/alongamento;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música <<https://youtu.be/Rp1VV7GkFe4>> (acesso em 15/02/2021)

Coreografia: Composição própria

PLANO DE AULA 8

TEMA: Largadinho 2

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer mais uma coreografia de axé.

OBJETIVO GERAL: trabalhando passos unilateral, ritmo, coordenação.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo ,fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- coreografia na integra;
- saudação do professor;
- citação sobre o que vai ser trabalhado em aula;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- chamando os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música <<https://youtu.be/Rp1VV7GkFe4>> (acesso em 17/02/2021)

Coreografia: Composição própria.

PLANO DE AULA 9

TEMA: Largadinho 3

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer um sucesso do axé.

OBJETIVO GERAL: trabalhando coordenação musicalidade e coreografia.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo ,fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Dança na integra
- apresentação do professor;
- informação de que a coreografia vai ser a continuação da aula passada;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- dançando a coreografia na música;
- dança completa juntando os passos da aula anterior com esta aula;
- convocar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música <<https://youtu.be/Rp1VV7GkFe4>> (acesso em 19/02/2021)
Coreografia: Composição própria.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Empurra Empurra

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer uma variação de passo de axé.

OBJETIVO GERAL: trabalhar coreografia, musicalidade e tempo de reação.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo ,fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudação do professor;
- apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula;
- instruções para fazer o aquecimento/alongamento;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- Dançando a coreografia;
- convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música <<https://youtu.be/nHunlHCJF1c>> (acesso em 22/02/2021)
Coreografia: Composição própria.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Empurra Empurra 2

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer mais uma coreografia de carnaval.

OBJETIVO GERAL: trabalhar lateralidade, musicalidade e coordenação.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo ,fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudação do professor;
- apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula;
- instruções para fazer o aquecimento/alongamento;
- explicações detalhadas dos passos da coreografia;
- convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Música <<https://youtu.be/nHunlHCJF1c>> (acesso em 24/02/2021)
Coreografia: Composição própria.

PLANO DE AULA 12

TEMA: História do Carnaval

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Essa aula vem trazer a História de uma cultura riquíssima do nosso País que é o Carnaval.

OBJETIVO GERAL: trazer para os alunos que estão em casa, curiosidades e fatos que ocorreram para contribuir com o carnaval.

PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo ,fazendo a coreografia e animação, para prender a atenção das crianças, caixa de som e tripé.

ROTEIRO VIDEOAULA:

- Saudação do professor.
- Foi feita uma pesquisa embasada no tema do carnaval, com apresentação do professor, explicação que a aula será teórica, e muita animação para prender a atenção dos alunos.
- Finalização da aula, despedida aos alunos pedindo para que eles curtam e compartilhem os vídeos 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

União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ilustração e Conteúdo <<https://youtu.be/62X-tLEPWn0>> (acesso em 26/02/2021)

Relatório Mensal Instrutor- Fevereiro/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR : Thiago Prates dos Santos			
OFICINA: DANÇA			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 13: PANCADÃO DO AXÉ	
		Link do vídeo: https://youtu.be/fJUHTTI_Ymg	
		YouTube	Visualização: 30 Curtida: 5
		Facebook União Brasil	Visualização: 58 Curtida: 16
		Instagram	Visualização: 14 Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 102		TOTAL DE CURTIDAS: 28	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 14: PANCADÃO DO AXÉ 2	
		Link do vídeo: https://youtu.be/XSAIFUs6UzQ	
		YouTube	Visualização: 22 Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 57 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 08 Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 87		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 15: PANCADÃO DO AXÉ 3	
		Link do vídeo: https://youtu.be/_R-tcUqwBI4	
		YouTube	Visualização: 20 Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 61 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 11 Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 92		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 16: PISADINHA	
		Link do vídeo: https://youtu.be/peiikstOmXw	
		YouTube	Visualização: 14 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 62 Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 06 Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 82		TOTAL DE CURTIDAS: 18	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: PISADINHA 2			
		Link do vídeo: https://youtu.be/39LQyc0SCJ4			
		YouTube	Visualização: 17	Curtida: 02	
		Facebook União brasil	Visualização: 37	Curtida: 10	
		Instagram	Visualização: 8	Curtida: 07	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 62		TOTAL DE CURTIDAS: 19			
PRINT DO VÍDEO				Aula nº 18: COREOGRAFIA	
				Link do vídeo: https://youtu.be/7HTVEzKDxJI	
		YouTube	Visualização: 20	Curtida: 4	
		Facebook União brasil	Visualização: 25	Curtida: 9	
		Instagram	Visualização: 06	Curtida: 07	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 51		TOTAL DE CURTIDAS: 20			
PRINT DO VÍDEO				Aula nº 19 :LARGADINHO 1	
				Link do vídeo: https://youtu.be/VlgabAOmO_g	
		YouTube	Visualização: 22	Curtida: 5	
		Facebook União brasil	Visualização: 33	Curtida: 10	
		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 59		TOTAL DE CURTIDAS: 22			
PRINT DO VÍDEO				Aula nº 20: LARGADINHO 2	
				Link do vídeo: https://youtu.be/6EQJIDhrGLA	
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3	
		Facebook União brasil	Visualização: 45	Curtida: 10	
		Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 62		TOTAL DE CURTIDAS: 20			
PRINT DO VÍDEO				Aula nº 21: LARGADINHO 3	
				Link do vídeo: https://youtu.be/5BkRcw7KCd0	
		YouTube	Visualização: 23	Curtida: 3	
		Facebook União brasil	Visualização: 62	Curtida: 10	
		Instagram	Visualização: 08	Curtida: 07	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

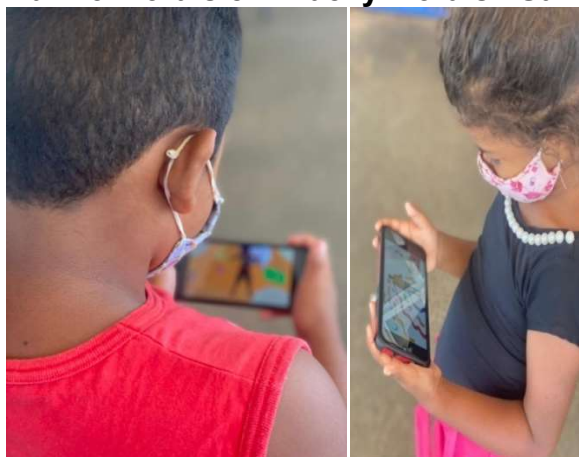
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 93		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 22: EMPURRA EMPURRA	
	Link do vídeo:https://youtu.be/nl3aVx4x1-s		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 69	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 08	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 94		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 23: EMPURRA EMPURRA 2	
	Link do vídeo:https://youtu.be/h4O_nJv0Y8Q		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 03
	Facebook União brasil	Visualização: 49	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 06	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 69		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 24: HISTÓRIA DO CARNAVAL	
	Link do vídeo:https://youtu.be/JD7WNABEiGI		
	YouTube	Visualização: 31	Curtida: 05
	Facebook União brasil	Visualização: 98	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 18	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 147		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 1.001			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 255			

RETORNO DOS ALUNOS

Murillo Morais e Mikaelly Morais. 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 NÚCLEOS S

DIA: 24/03



DIA: 26/03



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva	
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	Elaboração e gravação do vídeoaula. Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna.
TERÇA-FEIRA 02/02/21	Reunião pedagógica por vídeo chamada com os Coordenação e instrutores da União Brasil. Idealização e gravação do vídeoaula Fundamento de futebol de campo preparação física.
QUARTA-FEIRA 03/02/21	Montagem e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo passe de chapa meia altura.
QUINTA-FEIRA	Elaboração e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo passe 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

04/02/21	peito do pé antecipar o cone.
SEXTA-FEIRA 05/02/21	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	Elaboração e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo lateralidade com domínio no quadríceps com passe de chapa parte interna do pé.
TERÇA-FEIRA 09/02/21	Reunião pedagógica por vídeo chamada com os Coordenadores e instrutores da União Brasil. Idealização e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo cabeceio antecipando o cone sem pular.
QUARTA-FEIRA 10/02/21	Montagem e gravação do vídeoaula. Fundamento futebol de campo preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	Elaboração e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo domínio de peito sem pular com passe de chapa parte interna do pé.
SEXTA-FEIRA 12/02/21	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil.
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	Elaboração e gravação do vídeoaula. Preparação física melhorar resistência respiratória e muscular futebol de campo.
TERÇA-FEIRA 16/02/21	Reunião pedagógica na sede da União Brasil. Idealização e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo chute com a parte interna do pé chapa equilibrando a bola na parede sem deixar cair intercalando a perna.
QUARTA-FEIRA 17/02/21	Montagem e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo chute com objetivo de acertar os objetos.
QUINTA-FEIRA 18/02/21	Elaboração e gravação do vídeoaula. Preparação física melhorar resistência respiratória e muscular futebol de campo.
SEXTA-FEIRA 19/02/21	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil.
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/01/21	Elaboração e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol de campo passe de chapa intercalando os pés chutando a bola de encontro a parede rasteira.
TERÇA-FEIRA 23/01/21	Idealização e gravação do vídeoaula. Fundamento de futebol 4 tipos de antecipação futebol. Montagem e gravação do vídeoaula: Preparação física para melhorar resistência respiratória e muscular.
QUARTA-FEIRA 24/02/21	Entrega dos materiais pedagógicos (ECO)
QUINTA-FEIRA 25/02/21	Elaboração e gravação do vídeoaula: Preparação física melhorar qualidade de vida.
SEXTA-FEIRA 26/02/21	Entrega do material pedagógico (Santa Clara) Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil.

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A):Wagner Antonio Brito	
OFICINA: Iniciação Espotiva e Futebol	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 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

Plano de aula 1º semana de 01/02 à 05/01/21

- Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna.
- Fundamento de futebol de campo preparação física.
- Fundamento de futebol de campo passe de chapa meia altura.
- Fundamento de futebol de campo passe de peito do pé antecipar o cone.

Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21

- Fundamento de futebol de campo lateralidade com domínio no quadríceps com passe de chapa parte interna do pé.
- Fundamento de futebol de campo cabeceio antecipando o cone sem pular.
- Fundamento futebol de campo preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade.
- Fundamento de futebol de campo domínio de peito sem pular com passe de chapa parte interna do pé.

Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21

- Preparação física melhorar resistência respiratória e muscular futebol de campo.
- Fundamento de futebol de campo chute com a parte interna do pé chapa equilibrando a bola na parede sem deixar cair intercalando a perna.
- Fundamento de futebol de campo chute com objetivo de acertar os objetos.
- Preparação física melhorar resistência respiratória e muscular futebol de campo.

Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21

- Fundamento de futebol de campo passe de chapa intercalando os pés chutando a bola de encontro a parede rasteira.
- Fundamento de futebol 4 tipos de antecipação futebol..
- Preparação física para melhorar resistência respiratória e muscular.
- Preparação física melhorar qualidade de vida.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância coordenação motora, força dos membros inferiores, equilíbrio corporal, concentração, noção espacial e lateralidade.	
OBJETIVO GERAL: Intuito da aula que o aluno treina Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna. Dentro da sua casa ou na rua com seu responsável.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando explicação sobre atividade, depois sobre material que os alunos vão usar na sua casa. Foi demonstrado como fazer Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna. Encontrado o melhor ângulo da câmera, feito ensaio depois foi gravação a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudação aos alunos; - Exposição de qual será a atividade; - Exposição do material que será utilizado (bola de plástico ou bola futebol nº3) - Explicação de possíveis substituições dos materiais utilizados; - Explicação de como fazer atividade de Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna. - Explicação das regras básicas do Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna para jogar a bola o aluno vira o pé para bater na parte interna do pé. -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Fundamento de futebol de campo preparação física.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa atividade requer muito treino	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

e dedicação.

OBJETIVO GERAL:Essa aula de fundamento de domínio com finalização coordenação motora, equilíbrio corporal, lateralidade e noção espacial.

PROCEDIMENTOS:Explicação de como dominar a bola e fazer finalização acertando gol. Antes de iniciar atividade ir no site da União Brasil aula 38 aquecimentos aula 39 alongamentos. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio 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 domínio de bola com finalização;
- Despedida e encerramento.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c>

PLANO DE AULA 3

TEMA:Fundamento de futebol de campo passe de chapa meia altura

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 domínio com finalização coordenação motora, equilíbrio corporal, lateralidade e noção espacial.

PROCEDIMENTOS:Explicação de como dominar a bola e fazer finalização acertando gol. Antes de iniciar atividade ir no site da União Brasil aula 38 aquecimentos aula 39 alongamentos. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio 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 domínio de bola com finalização;
- Despedida e encerramento.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c>

PLANO DE AULA 4

TEMA:Fundamento de futebol de campo passe de peito do pé antecipar o cone.

Turma:1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA:Importância da atividade física para os alunos na sua casa, essa atividade trabalha flexibilidade, coordenação motora, ginga e noção espacial.

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

PROCEDIMENTOS:Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado os cones bola de plástico. Preparação do local colocar ângulo da câmera para iniciar gravação do vídeo aula. Demonstração de como executar atividade antecipar o cone ou garrafa de 2 litros fazer passe com peito do pé. Foi encontrado melhor ângulo da câmera feito um ensaio conduzir a bola driblando e finalizando com o convidado depois foi gravado a vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:- Início da aula com saudação;

- Explicação do Fundamento de futebol de campo passe de peito do pé antecipar o cone.
- Explicação das regras já utilizando a bola antecipar o cone e fazer o passe com o peito do pé.
- Realização da 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

- Finalização da aula;
- Despedida dos alunos.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Fundamento de futebol de campo lateralidade com domínio no quadríceps com passe de chapa parte interna do pé. **Turma:** 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa, essa atividade proporciona equilíbrio corporal, coordenação motora, ginga flexibilidade e noção espacial.

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

PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer fundamento de futebol duas formas de conduzir a bola, depois mostrar movimento para que aluno venha entender atividade. Fundamento de futebol de campo lateralidade com domínio no quadríceps com passe de chapa parte interna do pé. Escolha do local adequado para a realização da atividade, preparação do local para fazer a gravação vídeo aula e por fim gravação da aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos;

- Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho de equilíbrio corporal, concentração e força dos membros inferiores);
- Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico e cones);
- Demonstração de como fazer Fundamento de futebol de campo lateralidade com domínio no quadríceps com passe de chapa parte interna do pé.
- Realização da atividade;
- Encerramento e despedida.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c>

PLANO DE AULA 6

TEMA: Fundamento de futebol de campo cabeceio antecipando o cone sem pular. **Turma:** 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aluno fazer no seu espaço dentro da sua casa Fundamento de futebol de campo cabeceio antecipando o cone sem pular.

OBJETIVO GERAL: 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 e bola. 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 e bola para apreender como fazer os movimentos de cabecear sem pular antecipando o cone.
- Despedida e encerramento
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c>

PLANO DE AULA 7

TEMA: Fundamento futebol de campo preparação física para melhorar **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

desenvolvimento e velocidade.	
JUSTIFICATIVA: O intuito da atividade que o aluno venha melhorar sua resistência respiratória e muscular sendo assim conseguindo fazer atividade de futebol jogando os dois tempos sem sentir dificuldade respiratória e muscular.	
OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, força dos membros inferiores, equilíbrio, lateralidade, noção espacial e tempo de bola.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre Fundamento futebol de campo preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade. Demonstração de como fazer preparação física sem material apenas com corpo humano fazendo saltos laterais, ergue joelho e salto de frente com uma perna de cada vez. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio antes depois foi gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos; - Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho requer muita concentração e flexibilidade e velocidade); - Exposição dos materiais utilizados (fazer uma linha com pedra ou giz); - Demonstração de como fazer preparação física: - Realização da atividade; - Encerramento e despedida. -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Fundamento futebol de campo preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância atividade física em tempos de Pandemia na casa do aluno coordenação motora, força dos membros inferiores, concentração, noção espacial preparação física.	
OBJETIVO GERAL: Essa pratica trabalha concentração, força dos membros inferiores, flexibilidade, noção espacial, velocidade, ginga e coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: Primeiro foram separados os materiais que seriam utilizados, cones. Depois foi estipulado as variáveis da preparação física melhorando condicionamento físico da criança juntamente com seus pais. Realizou-se um ensaio. Foi escolhido o ângulo da câmera e por fim houve a gravação do vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Iniciando saudação aos alunos; - Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade; - Explicação das regras com exemplificação; - Execução da preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade. - Despedida e encerramento. -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Fundamento de futebol de campo domínio de peito sem pular com passe de chapa parte interna do pé.	Turma: 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa atividade requer muita concentração e flexibilidade. Objetivo dessa atividade que aluno venha fazer Fundamento de futebol de campo domínio de peito sem pular com passe de chapa parte interna do pé.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha controle corporal, flexibilidade, coordenação motora, lateralidade, equilíbrio corporal.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre atividade requer muito controle corporal	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

flexibilidade. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera e pôr fim a gravação do vídeo aula.

ROTEIRO VIDEOAULA:- Inicialmente dando saudação aos alunos;

- Exposição de qual será a atividade;
- Exposição do material que será utilizado (cones e bola);
- Explicação de como fazer atividade fazer domínio de peito e depois a bola tem que bater na parte interna do pé para realizar o passe certo para o convidado.
- Explicação das regras básicas atividade;
- Encerramento e despedida.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c>

PLANO DE AULA 10

TEMA: Fundamento de futebol de campo chute com a parte interna do pé chapa equilibrando a bola na parede sem deixar cair intercalando a perna.	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA:Demonstração para o aluno entender como é atividade equilibrar a bola chutando de encontra a parede intercalando a perna a bola tem que bater na parte interna do pé nada mais é chamado de (chapa) O intuito da atividade que venha ocupar sua mente e fisicamente movimentando esquecendo dessa Pandemia.

OBJETIVO GERAL:Essa atividade trabalha coordenação motora, flexibilidade, lateralidade, velocidade, noção espacial e velocidade.

PROCEDIMENTOS:Explicação de como fazer Atividade requer muita concentração para equilibrar a bola chutando contra a parede. Escolha do local adequado e pôr fim a gravação do vídeo aula.

ROTEIRO VIDEOAULA:- Saudação aos alunos;

- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita;
- Explicação das regras com exemplificação;
- Execução da atividade equilibrar a bola chutando contra a parede parte interna de cada pé)
- Encerramento e despedida.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/cO5JE6nheeo>

PLANO DE AULA 11

TEMA: Fundamento de futebol de campo chute com objetivo de acertar os objetos	Turma: 1º ao 5º ano
--	----------------------------

JUSTIFICATIVA:O intuito dessa atividade para aluno apreender concentrar mira e chutar a bola procurando acertar objetivo fazendo círculo com pedra no muro da sua casa ou giz de zera.

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

PROCEDIMENTOS:Inicialmente explicação sobre Fundamento de futebol de campo chute com objetivo de acertar os objetos. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio antes depois foi gravada a vídeo aula.

ROTEIRO VIDEOAULA:- Saudação aos alunos;

- Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (Apreender a concentrar e acertar os objetos ou fazer um círculo na parede);
- Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico ou de futebol e cones);
- Demonstração de como fazer atividade fazer apoiar o pé de apoio próximo da bola e chutar procurando acertar objetos os cones
- Realização da atividade cabeceio e passe baixo;
- Encerramento e despedida.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c>

PLANO DE AULA 12

TEMA: Preparação física melhorar resistência respiratória e muscular futebol de campo.	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA:Importância da atividade física para os alunos dentro de casa, explicação de como aluno vai fazer atividade e material que vai usar que são cones e como exemplo algumas coisas que pode ser usada no lugar dos cones garrafas de 2 litros ou garrafas de leite.

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

PROCEDIMENTOS:Explicação de como fazer atividade levantando uma das pernas passando por cima do cone, depois fazer zig-zag e correr de frente e de costas, preparação do local para fazer gravação vídeo aula e por fim gravação da aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos;
- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade;
- Exposição das regras com exemplificação;
- Execução da atividade foi colocado 4 cones erguendo um dos pés passando por cima e depois fazer zig-zag e finalizando correndo de frente e de costa.
- Despedida e encerramento.
-Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/cO5JE6nheeo>

PLANO DE AULA 13

TEMA: Fundamento de futebol de campo passe de chapa intercalando os pés chutando a bola de encontro a parede rasteira.	Turma: 1º ao 5º ano
---	----------------------------

JUSTIFICATIVA:Atividade a onde os alunos vão ter conhecimento corporal aprender a chutar a bola de chapa que é parte interna do pé, essa pratica servi para melhorar o passe de chapa com as duas pernas.

OBJETIVO GERAL:Essa pratica ensina o aluno ter equilíbrio corporal, coordenação motora, noção espacial e força dos membros inferiores

PROCEDIMENTOS:Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado bola plástica, bola de futebol de campo n3 ou 4 bolas. Preparação do local para gravar atividade e por fim gravação da aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudação aos alunos;
- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade;
- Exposição das regras com exemplificação;
- Execução da atividade com a bola plástica ou bola de futebol de campo n3 ou 4 bola e cones;
- Despedida e encerramento.
-Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:<https://youtu.be/cO5JE6nheeo>

PLANO DE AULA 14

TEMA: Fundamento de futebol 4 tipos de antecipação futebol.	Turma: 1º ao 5º ano
--	----------------------------

JUSTIFICATIVA:A importância da atividade física em casa para os alunos nesse momento de Pandemia, essa atividade requer muita concentração e tempo de bola a onde aluno aprende a se movimentar sem a bola e depois roubando a bola que nada mais é do que antecipar tirar a bola do convidado.

OBJETIVO GERAL:Essa atividade trabalha coordenação motora, velocidade, equilíbrio corporal, tempo de reação, raciocínio logico e noção espacial.



UNIÃO 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: Demonstração para o aluno como fazer atividade apenas fazer movimento sem a bola e depois roubar a bola tirar a bola do seu adversário ou amigo. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito um ensaio só depois foi feito gravação a vídeoaula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudação aos alunos

- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita” fazer os movimentos sem a bola e depois com a bola.
- Explicação das regras como são feitas atividade e a sequência;
- Execução da atividade primeiro apreender a fazer movimento do quadril e depois procurar tirar a bola do adversário ou amigo.
- Realização da atividade com pessoa convidada;
- Despedida e encerramento.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://youtu.be/0-6V7eXoBQU>

PLANO DE AULA 15

TEMA: Preparação física para melhorar resistência respiratória e muscular.

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, objetivo dessa atividade é proporcionar que aluno venha melhorar a sua resistência respiratória e muscular.

OBJETIVO GERAL: tempo de reação, salto, coordenação motora, equilíbrio corporal, noção espacial e raciocínio lógico.

PROCEDIMENTOS: Essa pratica professor fez uma demonstração como fazer preparação física dando tiro de 15 metros tiro é (velocidade máxima) foram 6 tiros cada um depois que realizei fazer caminhada para voltar a respiração e o batimento cardíaco ao normal. Foi escolhido o ângulo da câmera e por fim houve a gravação do vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Iniciando saudação aos alunos;

- Exposição dos materiais utilizados e de como deve ser feita atividade;
- Explicação das regras com exemplificação;
- Execução da atividade fazer 6 tiros (velocidade máxima) 15 metros intercalando com seu amigo ou responsável.
- Despedida e encerramento.
- Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ

PLANO DE AULA 16

TEMA: Preparação física melhorar qualidade de vida.

Turma: 1º ao 5º ano

JUSTIFICATIVA: Demonstração para o aluno entender como é atividade convidado vai saltar estepe ou montar com vários papelões, ergue um joelho de cada vez e intercalar a perna saltando.

OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, estimulando musculo membros inferiores, fortalecimento do abdômen reto e salto.

PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer atividade professor começo a demonstrar atividade saltando, depois erguendo um joelho de cada vez na altura do abdômen e por fim fazer salto unilateral com uma perna de cada vez. 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 da atividade fazer os saltos, ergue um joelho de cada vez e por fim fazer salto unilateral um pé de cada vez.
- Despedida e encerramento.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

-Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo que eles curtam os vídeos da União Brasil.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/0pYia5_mzHQ

RELATÓRIO MENSAL INSTRUTOR- FEVEREIRO/ 2021

Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito		Carga horária semanal: 16 horas	
Oficina: Iniciação Esportiva e Futebol		Carga horária mensal: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 17: Fundamento chapa deslocamento lateral parte interna.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c	
		YouTube	Visualização: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 10
		Instagram	Visualização: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 18: Fundamento de futebol de campo preparação física.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ	
		YouTube	Visualização: 4
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 13
		Instagram	Visualização: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 19: Fundamento de futebol de campo passe de chapa meia altura.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c	
		YouTube	Visualização: 5
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4
		Instagram	Visualização: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 9		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 20: Fundamento de futebol de campo passe de peito do pé antecipar o cone.	
		Link do vídeo: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c	
		YouTube	Visualização: 3
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 20
		Instagram	Visualização: -
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 12	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 21: Fundamento de futebol de campo lateralidade com domínio no quadríceps com passe de chapa parte interna do pé.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c		
	YouTube	Visualização: 3	Curtida:1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 15	Curtida:11
	Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:12	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 22: Fundamento de futebol de campo cabeceio antecipando o cone sem pular.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida:1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 12	Curtida:6
	Instagram	Visualização: 4	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		TOTAL DE CURTIDAS:7	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 23: Fundamento futebol de campo preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida:2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 11	Curtida:10
	Instagram	Visualização: -	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		TOTAL DE CURTIDAS:12	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 24: Fundamento futebol de campo preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida:1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida:8
	Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:9		TOTAL DE CURTIDAS:9	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 25: Fundamento de futebol de campo domínio de peito sem pular com passe de chapa parte interna do pé.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c		
		YouTube	Visualização: 4	Curtida:1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 20	Curtida:10
		Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:24		TOTAL DE CURTIDAS:11		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 26: Fundamento de futebol de campo chute com a parte interna do pé chapa equilibrando a bola na parede sem deixar cair intercalando a perna.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/cO5JE6nheeo		
		YouTube	Visualização: 5	Curtida:1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida:8
		Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:11		TOTAL DE CURTIDAS:9		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 27: Fundamento de futebol de campo chute com objetivo de acertar os objetos		
		Link do vídeo: https://youtu.be/Xbq0Yn4s52c		
		YouTube	Visualização: 3	Curtida:1
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 21	Curtida:8
		Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:24		TOTAL DE CURTIDAS:9		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 28: Preparação física melhorar resistência respiratória e muscular futebol de campo.		
		Link do vídeo: https://youtu.be/cO5JE6nheeo		
		YouTube	Visualização: 4	Curtida:2
		Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 5	Curtida:8
		Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:9		TOTAL DE CURTIDAS:10		
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 29: Fundamento de futebol de campo passe de chapa intercalando os pés chutando a bola de encontro a parede rasteira.		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	Link do vídeo: https://youtu.be/cO5JE6nheeo		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida:1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 29	Curtida:11
	Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		TOTAL DE CURTIDAS:12	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 30: Fundamento de futebol 4 tipos de antecipação futebol.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/0-6V7eXoBQU		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida:1
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 4	Curtida:6
	Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:11		TOTAL DE CURTIDAS:7	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 31: Preparação física para melhorar resistência respiratória e muscular.	
	Link do vídeo: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ		
	YouTube	Visualização: 50	Curtida:3
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 47	Curtida:9
	Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 97		TOTAL DE CURTIDAS:12	
<u>PRINT DO VÍDEO</u>		Aula nº 32: Preparação física melhorar qualidade de vida	
	Link do vídeo: https://youtu.be/0pYia5_mzHQ		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida:2
	Facebook UNIÃO BRASIL	Visualização: 6	Curtida:6
	Instagram	Visualização:	-
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 8	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 347			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 164			

RETORNO DOS ALUNOS

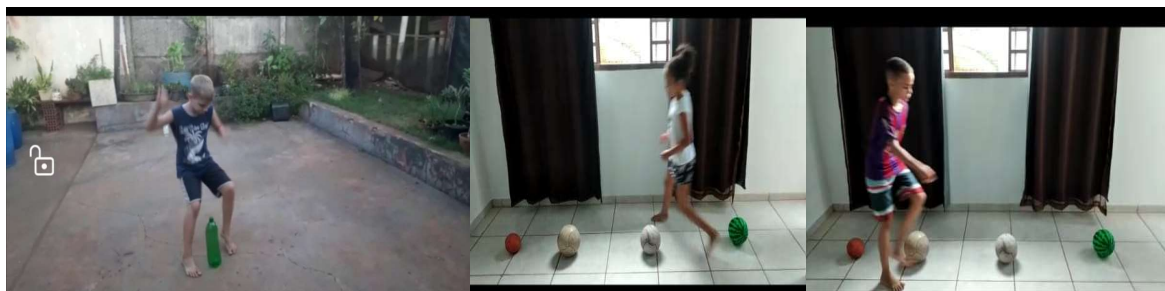
(NÚCLEO SANTA CLARA), NOMES DOS ALUNOS; Maria Clara Borges Pereira 5º ano B, João Gabriel Conserva Valente Silva 4º ano D, Maria Fernanda Conserva Valente Silva 3º ano C, Carlos Eduardo Conserva Valente Silva 1º ano D, Heitor Henrique Ribeiro Simionato 3º ano, Arthur Ribeiro Simionato 1º ano, Rafael José Duran Silva 4º ano, Kevin Rodrigues dos Santos 1º ano D, Vitoria Michaeli Bueno Rodrigues da Silva 5º ano C.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



NUCLEO ECO SANTO ANTONIO

NOMES DOS ALUNOS; Anne Elyze Dias Brito 2º ano B, Eduardo Ponssiano Dias 3º ano C, Iza Beatriz Manso Esteves 3º ano e Nicolas Henrique Manso Esteves 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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS POLOS

DIA: 03/12

DIA: 04/12



Aluno: Christopher Moyses Pirinetti Albino 3º 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

AÇÕES DESENVOLVIDAS PELA ENTIDADE – 2021

REUNIÕES PEDAGÓGICAS

DIA: 02/02/2021

HORA: 9:00 às 10:00 h

LOCAL: Plataforma Google Meet

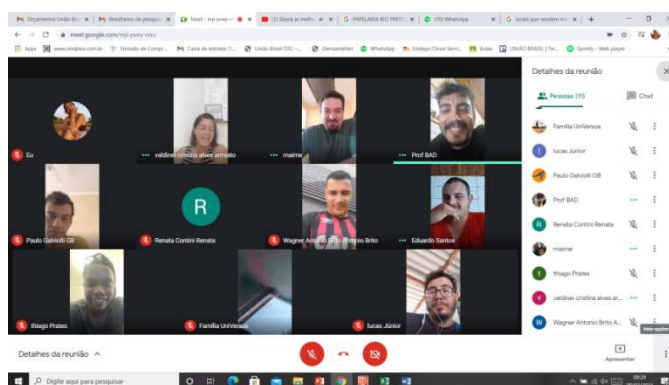
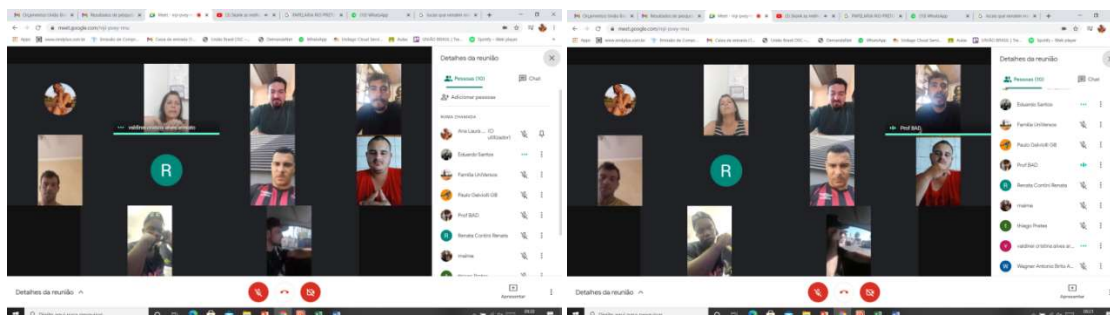
PARTICIPANTES: Coordenadora Pedagógica, instrutores e funcionárias da equipe técnica.

ATA da Reunião

09/02/2021

Aos nove dias do mês de fevereiro de dois mil e vinte um ocorreu a reunião online pedagógica pela plataforma Google Meet, nesta reunião estavam presentes instrutores, coordenadora pedagógica e funcionárias da União Brasil. No início da reunião a coordenadora começou pedindo dos instrutores planejamento semestral do ano. Ela deu um prazo até o dia primeiro do mês de abril e em seguida ela explicou sobre como queria os planos.

Foi falado na reunião sobre os conteúdos passados em vídeoaula, idéias para trabalhar com os alunos. Em seguida a coordenadora escutou as dúvidas dos instrutores e finalizou a reunião.



DIA: 09/02/2021

HORA: 9:00 às 10:00 h

LOCAL: Plataforma Google Meet

PARTICIPANTES: Coordenadora Pedagógica, instrutores e funcionárias da equipe técnica.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

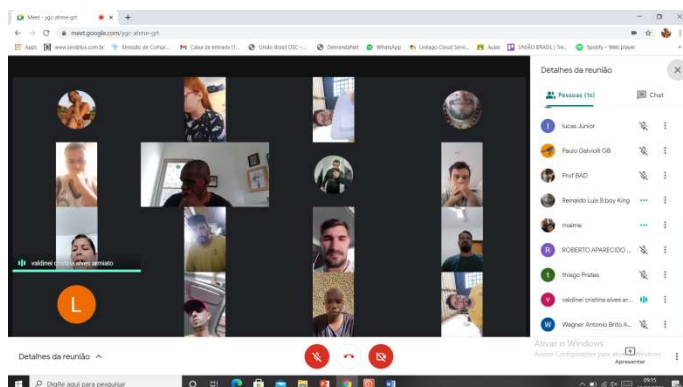
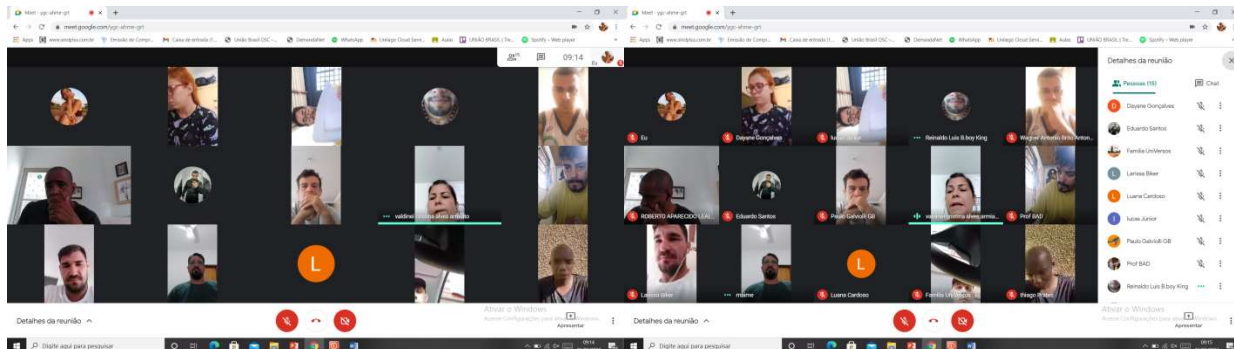
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

ATA da reunião

09/02/2021

Aos dias dezesseis de fevereiro de dois mil e vinte e um ocorreu a reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. Nesta reunião estavam presentes instrutores, coordenadora pedagógica e funcionárias da União Brasil. Na reunião a coordenadora convocou os instrutores para uma reunião presencial na sede da União Brasil tomando todas as precauções por conta da pandemia. A reunião ocorrera na sexta-feira dia dezenove. Em seguida perguntou se eles tinham alguma dúvida sobre os relatórios do mês e reforçou a importância de entrega dos relatórios no prazo estipulado.

Por fim esclareceu as dúvidas e finalizou a reunião.



DIA: 16/02/2021

HORA: 9:00 às 10:00 h

LOCAL: Plataforma Google Meet

PARTICIPANTES: Coordenadora Pedagógica, instrutores e funcionárias da equipe técnica.

ATA DA REUNIÃO 16 de Fevereiro de 2021

Aos dias dezesseis de fevereiro de dois mil e vinte e um foi realizada a reunião pedagógica presencial na sede da União Brasil, respeitando todos os protocolos sanitários de distanciamento social. Nessa reunião estava presentes instrutores, coordenadora pedagógica, coordenador geral, encarregada administrativa e assistente pedagógica.

A reunião se iniciou com a coordenadora falando sobre as matrículas que se iniciara a partir da semana que vem. Os instrutores se disponibilizaram para fazer a matrícula e a coordenadora montou a grade horária. Em seguida a coordenadora explicou sobre o planejamento semestral (janeiro à junho) 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

como teria que ser feito. A coordenadora lembrou a importância de cumprir prazos de entrega de vídeo e relatórios.

Em seguida a encarregada administrativa Renata falou para os instrutores sobre a procrastinação, deu dicas de como não praticá-la e ser uma pessoa mais ativa durante o dia a dia.

O coordenador geral fez uma dinâmica com os instrutores sobre aspectos que podem ser melhorados dentro da empresa para aperfeiçoar o trabalho dos instrutores. Todos participaram e aproveitaram a dinâmica.

A reunião finalizou com os instrutores assinarem os relatórios e tiraram suas dúvidas.



PARECER PEDAGÓGICO

No mês de fevereiro houve duas reuniões pedagógicas pela plataforma Google Meet nos dias 02 e 09 com os instrutores e a equipe técnica do escritório na qual os assuntos abordados estão descritos nas Atas que se encontram nas ações desenvolvidas.

No dia 2, no período da tarde, houve uma reunião no núcleo Santa Clara com as entidades União Brasil e Camerata para nos apresentarmos para o novo coordenador Mauro, no dia 11 com os coordenadores gerais e pedagógicos da União Brasil e Camerata Jovem Beethoven pela plataforma Google Meet para o esclarecimento do plano de ação.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



No dia 18, no núcleo Santa Clara, realizamos uma ação para definirmos como e quando seriam realizadas as matrículas e rematrículas dos núcleos Eco- Santo Antônio, Santa Clara e Paul Percy Harris para darmos início com as turmas do respectivo ano letivo. As matrículas/rematrículas continuam em andamento nos núcleos, já com os educandos do Paul elas continuam de forma online.

Além das matrículas e rematrículas, houve a realização da pesquisa de satisfação e entrega do material impresso (apostila) para que os alunos desenvolvam as atividades em suas casas. Além disso, demos continuidade ao cadastramento dos responsáveis nos grupos de WhatsApp para que os alunos possam acompanhar e participar das atividades propostas pelo projeto tendo como objetivo o retorno desses educandos com fotos/ vídeos aprimorando seu desenvolvimento global com aprendizado significativo.

Podemos dizer que este mês foi produtivo tendo a colaboração de todos os integrantes das instituições: União Brasil e Camerata para que o trabalho fluísse da melhor maneira possível.

GRADE HORÁRIA DOS INSTRUTORES PARA REALIZAÇÃO DAS MATRÍCULAS NOS NÚCLEOS:

ECO SANTO ANTÔNIO	
	INSTRUTORES
22/ 02/ 2021	Dayane/ Hasyllan
23/ 02/ 2021	Hasyllan/ Paulo/ Emerson/ Lucas
24/ 02/ 2021	Hasyllan/ Roberto/ Luana/ Wagner
25/ 02/ 2021	Juliane
26/ 02/ 2021	Reinaldo/
01/ 03/ 2021	Hasyllan
02/ 03/ 2021	Paulo
03/ 03/ 2021	Hasyllan
04/ 03/ 2021	Reinaldo/ Roberto
05/ 03/ 2021	Wagner



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

SANTA CLARA

	INSTRUTORES
23/ 02/ 2021	Dayane/ Rafael/ Coordenadora Valdinei
24/ 02/ 2021	Dayane/ Paulo/ Thiago/ Roberto/ Coordenadora Valdinei
25/ 02/ 2021	Dayane/ Emerson/ Rafael/ Coordenadora Valdinei
26/ 02/ 2021	José Roberto/ Paulo/ Reinaldo/ Wagner/ Thiago/ Coordenadora Valdinei
01/ 03/ 2021	Emerson/ Rafael/ Thiago/ Luana/ Coordenadora Valdinei
02/ 03/ 2021	Emerson/ Rafael/ Coordenadora Valdinei
03/03/ 2021	Thiago/ Coordenadora Valdinei
04/ 03/ 2021	Luana/ Coordenadora Valdinei
05/ 03/ 2021	Rafael/ Coordenadora Valdinei

PAUL

	INSTRUTORES
04/ 03/ 2021	Paulo/ Eduardo
05/ 03/ 2021	Thiago/ José Roberto

MATRÍCULAS E REMATRÍCULAS REALIZADA NOS NÚCLEOS

NÚCLEOS	REMATRICULAS	MATRICULAS	TOTAL
Núcleo Santa Clara	150	60	210
ECO Santo Antônio/Extensão	54	73	127
E.M Paul Percy Harris	14	26	40
TOTAL	218	159	377

Podemos afirmar que o número de matrículas/ rematrículas é a mesma quantidade de realização da pesquisa de satisfação e entrega do material impresso, 377, batendo a meta estabelecida que consta no plano de trabalho.

Valdinei Cristina Alves Armiato
Coordenadora