UNIÃO 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

MARÇO 2021

Av. Alfredo Folchini, 1208, Estância Jockey Clube – São José do Rio Preto-SP – CEP 15081-500
Fone: (17) 3212-7171http://transparencia.uniaobrasil.org/

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

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	Nº 021/2019
PÚBLICO ALVO	Crianças, adolescentes e jovens matriculados no Ensino Fundamental, preferencialmente da rede municipal de ensino de São José do Rio Preto
META CONVENIADA	300 alunos
OBJETO A SER EXECUTADO	Oferecer atividades sócio educacionais e multiculturais, que complementem a jornada escolar, fazendo uso das diferentes linguagens, para alunos matriculados regularmente no ensino fundamental, preferencialmente da rede municipal.

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 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
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
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

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/;
- 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/uniaobrasillosc.

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- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03/21	Matricula/ Rematrícula no núcleo- Santa Clara.
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Gravação da vídeoaula: Corrida do Saci e edição do vídeo.
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Gravação da vídeoaula: Amarelinha Lua e edição do vídeo.
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Gravação da vídeoaula:Estátua do exercício e edição do vídeo.
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Gravação da vídeoaula:Amarelinha das setas e edição do vídeo.
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Gravação da vídeoaula:Balão com bastão e edição do vídeo.
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Gravação da vídeoaula:Corrida Jokenpô e edição do vídeo.
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Gravação da vídeoaula:Brincadeira Terra/Mar-Origem Africana e edição do vídeo.
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Gravação da vídeoaula:Brincadeira Dedos Iguais e edição do vídeo.
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Gravação da vídeoaula:Brincadeira do Pega Copo e edição do vídeo.
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Reunião Pedagógica e planejamento. Gravação da vídeoaula:do Desafio do movimento e edição do vídeo.
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Gravação da vídeoaula:Brincadeira pega pipoca e edição do vídeo.
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Gravação da vídeoaula:Pescaria com bolinhas e edição do vídeo.
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Gravação da vídeoaula:Bocha com tampinhas e edição do vídeo.
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Gravação da vídeoaula:Vassourabol e edição do vídeo.
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Gravação da vídeoaula:Queimada com garrafas e edição do vídeo.
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Gravação da vídeoaula:O mestre mandou e edição do vídeo.

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Dayane Frandoligi Gonçalves	
OFICINA: Recreação Esportiva.	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 64 horas	**CARGA HORARIAL MENSAL:** 16 horas
Plano de aula 1º semana de 01/03 à 05/03/21 • Corrida do Saci • Amarelinha Lua • Estátua do exercício • Amarelinha das setas	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 • Balão com bastão • Corrida Jokenpô • Brincadeira Terra/Mar- Origem Africana • BrincadeiraDedos iguais	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 • Brincadeira Pega Copo • Desafio do movimento • Brincadeira Pega pipoca • Pescaria com bolinhas	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 • Bocha com tampinhas • Vassourabol • Queimada com garrafas • O mestre mandou	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Corrida do Saci	**Turma:** 1° 2° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Propor uma atividade ao ar livre, mesmo estando em casa, com uma brincadeira baseada na cultura indígena.	
OBJETIVO GERAL: Ampliar o conhecimento sobre a origem da brincadeira e da cultura indígena, além de trabalhar os aspectos motores, como a lateralidade, coordenação e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, preparação de espaço e iluminação para realização da brincadeira, gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Na aula de hoje vou ensinar para vocês uma brincadeira de origem indígena, a corrida do saci. Eles fazem a pratica desse jogo como forma até de campeonatos, mas no fim desse vídeo deixo uma curiosidade a respeito para vocês. Para brincar você irá precisar traçar duas linhas no chão com certa distância entre elas de mais ou menos 6 passos. Uma linha de ponto de partida e a outra chegada. O objetivo é quem conseguir chegar até o final da linha pulando com pé só e sem trocar de pé. Depois aumente a distância elevando o grau de dificuldade, pois a brincadeira não é de quem chega primeiro e, sim, de quem consegue concluir o percurso, seguindo as regras do jogo. A curiosidade dessa brincadeira é que os índios participam de competições que chegam a 100 metros de distância! É desafiador! Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado, façam em casa e não esqueçam de mandar fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, deixe sua curtida, comente o que achou e compartilhe. Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=14bo2yVT16Y Acesso em 20/02/2021	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Amarelinha Lua	**Turma:** 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar variações da brincadeira popular, amarelinha.	
OBJETIVO GERAL: Exercitar a coordenação motora, equilíbrio, agilidade e o aspecto lúdico da criança.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane! Na aula de hoje vou ensinar para vocês uma variação da amarelinha, o nome é amarelinha lua. A brincadeira é muito popular e esta é a forma diferente de brincar. Podem-se utilizar fitas adesivas para desenhar no chão ou giz. Lembrando sempre da importância de praticar atividades físicas em casa para manter uma boa saúde. Primeiro você irá desenhar esse esquema no chão que irei mostrar na tela. Agora vou deixar as regras: Na casinha em que estiver o sinal de (mais) tem que pisar com os 2 pés, na casa que tiver o sinal de (menos) tem que pisar com um pé só. A lua fica na casa 6, não pode pisar nela nem jogar a pedrinha dentro dela. Se errar, para na casinha que errou e recomeça a brincadeira com a pedrinha da casa que parou. Essa foi a brincadeira de hoje, espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês, mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=zwbNrDb0LKM Acesso em 20/02/2021	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Estátua do exercício	**Turma:** 1° 2° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Incentivar a pratica d exercícios físicos através do lúdico.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a consciência e controle corporal, organização do esquema motor.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vamos fazer muitos exercícios legais com a brincadeira estátua do exercício. Chama quem está em casa com você e vamos brincar, pois ira precisar de alguém para dar os comandos da brincadeira. Quando a pessoa falar o comando você terá que fazer e quando ela falar estatua, você terá que fazer uma estátua engraçada. Você também pode ir fazendo junto com a professora no vídeo. Então vamos começar a brincadeira. O primeiro movimento é polichinelos, na hora que eu falar estátua, você para faz sua estátua engraçada. O segundo exercício é corrida no lugar! E estátua! O terceiro exercício é “polisoco”! E estatua! O quarto exercício é a minhoca desce com as mãos no chão e volta! E estatua! O próximo exercício é a amarelinha, pulando com um pé só! Estatua! O próximo exercício é o agacha e salta igual um sapinho! E estatua! Agora vamos para o alongamento! E estatua! Agora é sua vez de criar seus movimentos! Essa foi à brincadeira de hoje! Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=QBDYiMe0EpM Acesso em 20/02/2021	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Amarelinha das setas	**Turma:** 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Expor uma forma variada da amarelinha popular possibilitando formas de recriá-la.	
OBJETIVO GERAL: Visar à aquisição de noção espacial, lateralidade, equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização do espaço, da brincadeira, gravação e edição do vídeo.	

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar mais uma amarelinha diferente essa é a das setas, uma maneira de recriar essa brincadeira popular e divertida. Você pode usar fita adesiva ou giz para desenhar no chão o esquema que vou mostrar na tela para vocês. Nessa amarelinha temos setas para cima, para baixo, para esquerda e para direita e na última uma estrelinha um asterisco, e você terá que pular no sentido que a seta está apontando e no asterisco é um giro completo. Comece jogando a pedrinha na primeira casa e vai direto para a segunda e volta, não podendo pisar na casa em que se encontra a pedrinha e assim até chegar à última. Essa foi à brincadeira de hoje. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês, me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=nwlJkmPYRAc Acesso em 20/02/2021

PLANO DE AULA 5

TEMA: Balão com bastão	**Turma:** 1°, 2°, 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Utilizar uma brincadeira lúdica que facilita a socialização da criança em casa e ao mesmo tempo para praticar uma atividade física.	
OBJETIVO GERAL: Organizar a percepção de tempo, espaço e controle do equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, iluminação, gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma brincadeira divertida, balão com bastão. Convida quem está em casa com você e vamos brincar. Vamos praticar uma atividade física e sair um pouco do videogame, da tv e vamos brincar. Os materiais são: 2 cabos de vassoura e duas bexigas. O objetivo da brincadeira é não deixar o balão cair segurando com uma mão em cada ponta do bastão. Quem deixar cair primeiro perde a rodada. E você, poderá praticar pelo tempo e quantas vezes quiser. Vamos trabalhar a concentração. Essa foi à brincadeira de hoje. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=dPzOOZaQWh0 Acesso em 22/02/2021	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Corrida Jokenpô	**Turma:** 4° e 5 ° Ano
JUSTIFICATIVA: Adaptar uma brincadeira conhecida e praticada pelas crianças na escola para ser realizada em casa.	
OBJETIVO GERAL: Promover a interação da criança com os demais em casa, estimular a autoconfiança, a corrida, saltos em velocidade.	
PROCEDIMENTOS: Organização da brincadeira, dos materiais, do espaço, gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula hoje vou ensinar para vocês a corrida jokempô adaptada para fazer em casa, matando a saudade das nossas colônias de férias, sendo uma das brincadeiras que eu sei que vocês mais gostam. Convida quem está em casa para brincar com você. Para começar, desenhei alguns retângulos no chão, pode ser bambolês, o próprio piso como marcação das casinhas. Sempre irá sair um de cada ponta saltando com os dois pés igual um canguru. Quando houver o encontro realiza-se o jokenpo conhecido por pedra, papel, tesoura. Quem ganhar pula uma casinha à frente e outro uma casinha para trás, e assim sucessivamente até um conseguir chegar ao final no percurso primeiro. Essa foi à brincadeira de hoje. Espero que tenham	

gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.instagram.com/p/CMAtnOrHPer/ Acesso em 22/02/2021

PLANO DE AULA 7

TEMA: Brincadeira Terra/Mar- Origem Africana	**Turma:** 1° 2° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar uma brincadeira que vem de uma origem que faz parte da nossa herança cultural, que é a Africana.	
OBJETIVO GERAL: Atingir habilidades essenciais como a atenção, a agilidade, organização espacial.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização da brincadeira, do espaço e iluminação, gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma brincadeira de origem Africana chamada Terra e mar. Convide quem está em casa com você para participar e dar os comandos na realização dessa brincadeira e vamos nos divertir e aprender. Primeiro, trace uma linha no chão com fita, linha, cinto, giz.... Um lado será a terra pode colocar um T ou escrever a palavra, do outro lado o mar colocando a letra M ou escrevendo a palavra. A pessoa que for dar os comandos irá falar terra e você vai salta para o lado correspondente, mar sendo da mesma forma. Parecendo a brincadeira do Vivo-morto, também muito conhecida. Então o comandante pode ir aumentando a velocidade até quem estiver realizando errar. Uma variação é começar uma nova rodada falando o nome dos animais que vivem na terra e no mar, sendo que você terá que pensar para pular no lado correspondente que vive o bichinho, um exemplo: se falar Peixe, você irá pular no o lado que fica o mar! Esse é um desafio, além da agilidade, você também terá que usar o raciocínio. Então boa brincadeira para vocês! Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=XoROl3cY2QE Acesso em 22/02/2021	

PLANO DE AULA 8

TEMA: BrincadeiraDedos iguais	**Turma:** 1° 2° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Sugerir uma brincadeira popular de fácil realização em casa.	
OBJETIVO GERAL: Promover a socialização, reforçando o aspecto afetivo da criança, desenvolver a agilidade da motricidade fina.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização do espaço, iluminação, gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma brincadeira popular que é muito legal usando os dedos. Trabalhando nossa motricidade fina, que é a capacidade de movimentar nossas mãos, dedos e pés. Convida quem está em casa para participar. O único material é um objeto de sua escolha. Senta-se um de frente para o outro e o objeto ficará ao centro. Vocês irão bater duas vezes e colocar o dedo indicador ou o polegar em diferentes posições: para cima, para baixo, para direita e esquerda. Quando os competidores dedos iguais estiverem na mesma direção, devem pegar o objeto do meio. Quem pegar primeiro o objeto ganha um ponto. E assim você poderá brincar pelo tempo que quiser. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.instagram.com/p/CMFXitHnLK_/ Acesso em 22/02/2021	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Brincadeira Pega Copo	**Turma:** 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Brincar de forma lúdica com ritmo.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a coordenação e aumentar a consciência rítmica.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma brincadeira que requer muita atenção, a brincadeira do Pega Copo. Aproveita para convidar quem está em casa com você para participar e dar os comandos que são três: Pega copo, vira copo, bate o copo. Essa brincadeira também requer ritmo. Ela começa com uma palma e o comando, por exemplo: bate palma e fala-se bate o copo, vira o copo, podendo repetir o mesmo comando, aumentar a velocidade para ver quem está prestando atenção e quem não estiver vai errar. Quem errar perde a rodada ou quem vencer, ganha um ponto. Cada participante precisará de um copo de plástico, de preferência para não quebrar. E assim você poderá brincar pelo tempo que quiser. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=KMw7TTxNLkg Acesso em 23/02/2021	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Desafio do movimento	**Turma:** 1° 2° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Reconhecer o próprio corpo e suas extensões.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar imitações, gestos, coordenação e lateralidade.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, iluminação, gravação e edição do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou desafiar você a se movimentar. Convide alguém que está em casa com você para brincar e dar os comandos. Trace ou marque uma linha no chão, pode ser com giz, cinto, corda, tecido... E todo comando que a pessoa der você terá que realizar. Por exemplo: andar equilibrando em cima da linha indo e voltando, pular com dois pés de um lado para o outro sem pisar na linha, imitando um sapinho... E você poderá usar a criatividade para criar novos movimentos. O importante é se movimentar mesmo em casa. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês, me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=L16ZNS3k34s Acesso em 23/02/2021	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Brincadeira Pega pipoca	**Turma:** 4°e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Propor uma atividade de forma lúdica para o desenvolvimento da motricidade fina.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar o domínio da motricidade fina que auxilia na escrita.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma brincadeira muito fácil e divertida chamada pega pipoca. Convida quem está em casa para brincar e vamos aprender. Você irá precisar de dois prendedores, papel amassado em bolinhas e dois copinhos. Pode marcar um espaço com fita ou usar um tapete/ mesa. Desafio vocês a usar a criatividade na hora de recriar essa brincadeira em casa, na hora de mandar o vídeo ou a foto lá no nosso grupo. Espalhe as bolinhas de papel, cada participante fica com um prendedor e um copinho para colocar as bolinhas dentro que foram pegas utilizando o prendedor. Marca ponto quem conseguir pegar mais bolinhas.	

Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=mhlvLUwB0t4 Aceso em 23/02/2021

PLANO DE AULA 12

TEMA: Pescaria com bolinhas	**Turma:** 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Demostrar variações de brincadeiras populares que podem realizar em casa.	
OBJETIVO GERAL: Habilitar a criança a desenvolver suas habilidades de noção espacial e temporal.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, da brincadeira, do espaço, iluminação, gravação e edição da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma pescaria com bolinhas, trabalhando bastante nossa motricidade fina que auxilia nossa escrita. Utilizei barbante, bambolê e algumas bolinhas, você pode usar e adaptar com os materiais que tem em casa. Amarrei um pedaço de barbante no bambolê que vamos usar para pescar, coloquei as bolinhas numa certa distância uma da outra e posiciona-se na linha de início. Iremos lançar o bambolê para pescar a bolinha e como barbante trazemos ela sem sair do lugar. Após a segunda bolinha pode dar 2 passos à frente para facilitar a pescaria das outras restantes. Coloquei um total de cinco bolinhas. Se a última ficar muito distante dê mais um passo à frente. E boa pescaria! Se você tive brincando com alguém, vence quem pescar todas as bolinhas primeiro. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=HYHkpN8oPGU Acesso em 23/02/2021	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Bocha com tampinhas	**Turma:** 1° 2° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Adaptar as regras do esporte para brincadeiras lúdicas com tampinhas.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a precisão e a motricidade fina.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, preparação dos materiais, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma brincadeira considerada muito popular e antiga chama Bocha. Você já conhece? Não! Então assista esse vídeo até o final para aprender. Para brincar é muito fácil, só iremos utilizar tampinhas de garrafa. Distribui 5 tampinhas para cada participante e deixe uma tampinha maior para ser o bolim. Para ver quem irá começar a brincadeira iremos tirar no jokenpô (pedra, papel e tesoura). Quem ganhar pode jogar o bolim e sua primeira tampinha dando um peteleco nela com os dedos. O objetivo é jogar a tampinha o mais próximo do bolim. Vence quem conseguir e tiver sua tampinha mais próxima, marcando um ponto. Boa brincadeira! Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=9OwbrSvPcPQ Acesso em 26/02/2021	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Vassourabol	**Turma:** 4° e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Propor uma pratica lúdica do futebol.	
OBJETIVO GERAL: Ampliar as noções de espaço, coordenação motora e agilidade.	

PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, do espaço, realização da brincadeira, gravação e edição do vídeo.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar para vocês uma brincadeira muito divertida para a gente se exercitar, pois exercícios físicos fazem bem a nossa saúde, para você brincar e se divertir. Você irá precisar de duas vassouras, uma bola (Qualquer uma, até bexiga, meias...) e duas cadeiras que serão o gol. Adapta para o espaço que você tem disponível ai, podendo ser quintal, garagem e vamos de jokenpô para ver quem começa. O objetivo é dar toques com a vassoura na bola levando para o gol do adversário parar marcar ponto. Vence quem tiver mais pontos. Espero que se divirtam com essa variação do futebol. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=K4-YNsUzQoA Acesso em 26/06/2021

PLANO DE AULA 15

TEMA: Queimada com garrafas	**Turma:** 4°e 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Expor uma adaptação do jogo para realizar em casa.	
OBJETIVO GERAL: Possibilitar o domínio da noção corporal, espacial, desenvolvimento motor e afetivo.	
PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma aula de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma variação da bola queimada, essa é com garrafas. Nós iremos queimar as garrafas. Convide alguém que está em casa com você para participar. Iremos usar 4 garrafas para cada, coloquei um pouco de agua para ficar um pouco mais pesada. Pode distribuir as garrafas do jeito que você achar melhor. Você terá que tentar derrubar com uma bola as garrafas do adversário e defender as suas. Vence quem conseguir derrubar todas as garrafas do adversário primeiro. E boa brincadeira! Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês, me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=xSBofZqxgFo Acesso em 26/02/2021	

PLANO DE AULA 16

TEMA: O Mestre mandou	**Turma:** 1° 2 ° 3° Ano
JUSTIFICATIVA: Apresentar uma brincadeira de comandos e desafios.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a atenção, concentração, agilidade e habilidades manipulativas.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá Galerinha, tudo bem com vocês? Espero que sim! Sejam bem-vindos a mais uma de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje iremos começar com uma reflexão. Você aí já percebeu o que acontece com o seu corpo quando você se exercita? Pense um pouco. Nosso coração fica mais acelerado, começamos a transpirar e ficamos mais felizes! Pensando isso, trouxe essa brincadeira para sair um pouco do sofá e se movimentar. A brincadeira de hoje é o mestre mandou. Convide alguém para dar os comandos e você irá realizar todos os comandos do mestre. Eu selecionei alguns movimentos que vocês podem recriar. Por exemplo, saltar sem sair do lugar, pular com um pé, colocar a mão no chão e subir uma perna, fazer uma pirueta, imitar um aviãozinho... E fique a vontade para usar a criatividade. Espero que tenham gostado, façam aí na casa de vocês, me mandem fotos e vídeos lá no nosso grupo de WhatsApp, curta o vídeo, deixe um comentário e compartilhe! Aguardo vocês nas próximas aulas!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=MUJKm3QWcGo Acesso em 26/02/2021	

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

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Dayane Frandoligi Gonçalves			
OFICINA: Recreação Esportiva			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 33 : Corrida do Saci**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=wRqPiNqP4Ko&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=33		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34: Amarelinha Lua**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zp181yDEqPA&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=34		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		**TOTAL DE CURTIDAS: 26**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 35: Estátua do exercício físico**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sO8Iq9Pok74&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=35		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida:13
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36: Amarelinha das setas**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6LXrip5gzVU&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=36		
	YouTube	Visualização: 41	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 7	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 61		**TOTAL DE CURTIDAS: 27**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 37: Balão com bastão**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=8XaIn0vXjHo&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=37		
	YouTube	Visualização: 27	Curtida: 6
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 12	Curtida: 10

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 47		**TOTAL DE CURTIDAS: 29**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 38: Corrida Jockenpô**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6FX7Sm50yAw&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=38		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		**TOTAL DE CURTIDAS: 25**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 39: Brincadeira de origem Africana Terra-Mar**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2M9gGLUnSpI&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=39		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		**TOTAL DE CURTIDAS: 26**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 40: Brincadeira Dedos Iguais**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=L8CYmCnwCLE&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=40		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 13
	Instagram	Visualização:3	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 41: Brincadeira Pega Copo**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=02RdbB1SM4U&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=41		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização:35	Curtida: 15
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 51		**TOTAL DE CURTIDAS: 26**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 42: Desafio do Movimento**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=9oQ_rCrM8QU&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=42		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida:1
	Facebook União brasil	Visualização: 43	Curtida: 14
	Instagram	Visualização:10	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 58		**TOTAL DE CURTIDAS: 22**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 43: Pega Pipoca		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=qVRlNFVq4YY&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=43		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:10	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		**TOTAL DE CURTIDAS:18**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 44: Pescaria com bolinhas**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=fALiz-9Xp3k&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=44		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		**TOTAL DE CURTIDAS: 18**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 45: Bocha com tampinhas**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=kVSCppJ5IoQ&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=45		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 17	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		**TOTAL DE CURTIDAS: 21**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 46: Vassourabol**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Zqe2-8d7MdM&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=46		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 32	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 50		**TOTAL DE CURTIDAS: 21**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 47: Queimada com garrafas**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=i8T49p6DC7Q&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=47		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 17	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		**TOTAL DE CURTIDAS: 26**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 48: O mestre mandou		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=5mOoe2qVN2o&list= PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=48		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 1	Curtida:7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 544			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 377			

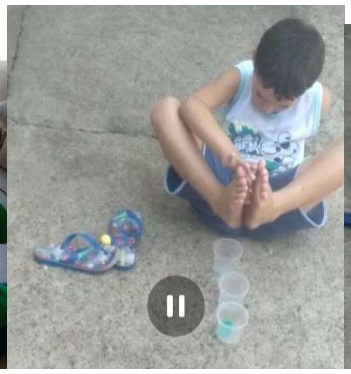
RETORNO DOS ALUNOS

Kevin Rodrigues dos Santos
1º D- Santa Clara.

Ryan Carlos Ferreira Da Silva
2º A- Santa Clara.

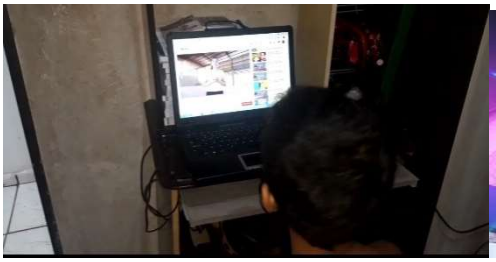
Vitória M. Bueno R. da Silva
1° ano- Santa Clara

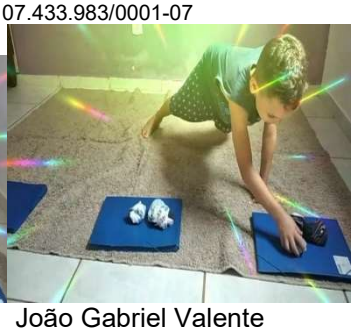
Arthur R. Simionato e Heitor Henrique
3° ano - Santa Clara



Arthur Ribeiro Simonato
1º Ano- Santa Clara

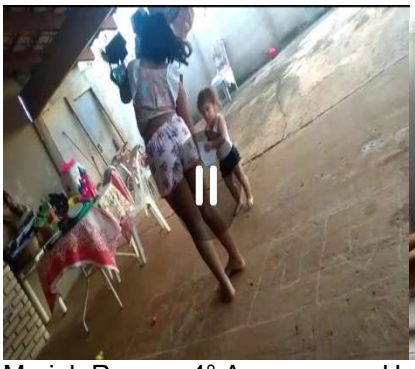
Heitor Henrique Simonato
3º Ano- Santa Clara



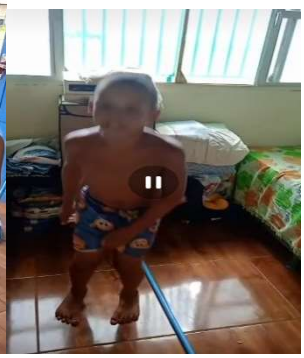


Kawe Cassani, 1°C, Santa Clara. Maria Fernanda Valente, 3°C. Santa Clara. João Gabriel Valente 4º D- Santa Clara

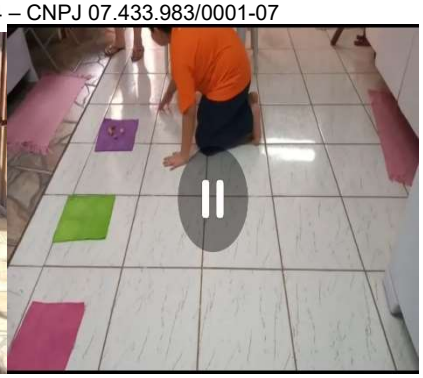
Carlos Eduardo Valente João Gabriel Valente, 4°D, Maria Fernanda Valen 1°D. Santa Clara. 3°C e Carlos Eduardo Valente 1°D. Santa Clara



Mariah Ramos, 4° A. Santa Clara Heitor Henrique Simionato, 3° ano Santa Clara Nicole Lopes Pereira, 2º E ECO

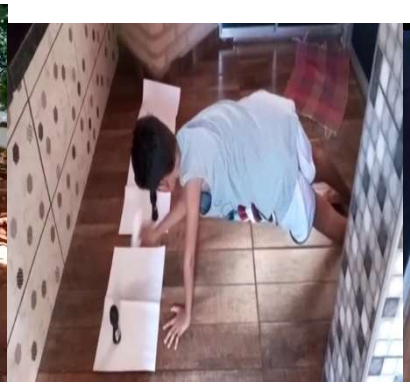
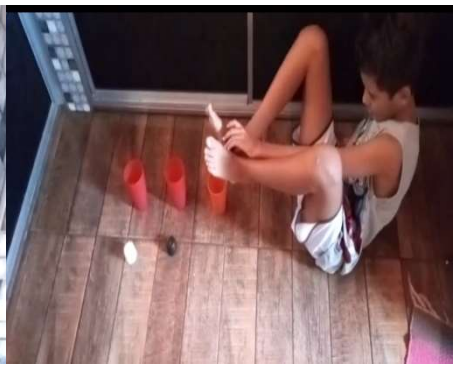


Nicolas Lopes Pereira, 2°G ECO. Davi Artur Pereira dos Santos, 3°B Santa Clara.



Emanuelle, 4°D Santa Clara.

Emerson, 5°D, Santa Clara.

Thaila N. Duarte Lima 2º B Santa Clara

Breno H. da Silva 5°D Santa Clara.

Breno Henrique da Silva Zanolini 5º D Santa Clara

Isaque Ramos 7°E Giovana Ramos 6º C- ECO.

Isaque Ramos,7° E, Vitoria Ramos 3ºF – ECO

Arthur Ribeiro Simonato 1º Ano, Santa Clara

Rafael Duran, Turma 4 - Santa Clara

UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 1 – Bunkai do KataPinanShodan Parte 2
TERÇA-FEIRA 22/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 2 – Bunkai do KataPinanShodan Parte 3
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 3 – Executando o Bunkai Devagar – PinanShodan Matrícula do Projeto Santa Clara
QUINTA-FEIRA 04/03/21	• Matrícula do Projeto Paul Percy Harris
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 4 – Executando o Bunkai com força e velocidade – PinanShodan
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 5 – 1ª Variação do kataPinanYondan • Matrículado Projeto Paul Percy Harris
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 6 – 2ª Variação do KataPinanYondan
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 7 – 3º Variação do KataPinanYondan
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 8 – 4ª Variação do KataPinanYondan
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 9 – 5ª Variação do KataPinanYondan
TERÇA-FEIRA 16/03/21	• Reunião Pedagógica – Google Meet Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 10 – 6ª Variação do KataPinanYondan
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 11 – 1ª Variação do KataPinanGodan
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 12 – 2º Variação do KataPinanGodan
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 13 – 3ª Variação do KataPinanGodan
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 14 – 4º Variação do KataPinanGodan

QUARTA-FEIRA 24/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 15 – Aula teórica sobre os temas que foram e serão abordados
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para gravação do Vídeo 16 – Treinamento de Gedan-Barai
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

Plano de Aula

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 01/03 à 05/03/21

- Bunkai do KataPinanShodan Parte 2 Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- Bunkai do KataPinanShodan Parte 3 Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- Executando o Bunkai Devagar – PinanShodanTurma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- Executando o Bunkai com força e velocidade – PinanShodan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano

Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21

- 1ª Variação do kataPinanYondan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- 2º Variação do KataPinanYondan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- 3º Variação do KataPinanYondan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- 4ª Variação do KataPinanYondan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano

Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21

- 5ª Variação do KataPinanYondan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- 6ª Variação do KataPinanYondan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- 1ª Variação do KataPinanGodan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- 2º Variação do KataPinanGodan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano

Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21

- 3ª Variação do KataPinanGodan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- 4º Variação do KataPinanGodan Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- Aula teórica sobre os temas que foram e serão abordados Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
- Treinamento de Gedan-Barai Turma do 1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano

PLANO DE AULA 1

TEMA: Bunkai do KataPinanShodan Parte 2	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Aplicar as técnicas que é trabalhada no KataPinanShodan.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai que é a aplicação das técnicas do kata, trabalhar as técnicas do bunkai através do meio do kataPinanShodan. Entre os Pinans, esse é o terceiro do grau de dificuldade.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da Vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando as técnicas do meio donPinanShodan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;	

- Bushido; - Despedida dos alunos;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Bunkai do KataPinanShodan Parte 3	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Aplicar as técnicas que é trabalhada no KataPinanShodan.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver o bunkai que é a aplicação das técnicas do kata, trabalhar as técnicas do bunkai através do final do kataPinanShodan. Entre os Pinans, esse é o terceiro do grau de dificuldade.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento de vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando as técnicas finais do PinanShodan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Executando o Bunkai Devagar – PinanShodan.	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar as três partes juntas do bunkai do KataPinanShodan 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 de Vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia 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 KataPinanShodan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Executando o Bunkai com força e velocidade – PinanShodan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar as três partes juntas do bunkai do KataPinanShodan tentando atingir o potencial máximo do bunkai.	
OBJETIVO GERAL: Executar o bunkai com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as	

técnicas.
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando o KataPinanShodan com força, velocidade, firmeza, zanchin e controle sobre as técnicas; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.

PLANO DE AULA 5

TEMA:1ª Variação do kataPinanYondan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 1º variação de movimentos, aplicação, coodenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanYondan. “Essa é uma forma simplificado de trabalhar o bunkai dos katas avançados, pois desenvolve uma sequência bem fácil e outra um pouco mais difícil, ficando ao critério do aluno qual melhor se adapta”.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 1º sequência do kataPinanYondan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 1º sequência do kataPinanYondan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 6

TEMA:2ª Variação do kataPinanYondan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 2º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanYondan.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 2º sequência do kataPinanYondan;	

- Trabalhando a segunda variação de técnicas da 2º sequência do kataPinanYondan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.

PLANO DE AULA 7

TEMA:3ª Variação do kataPinanYondan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 3º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanYondan.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 3º sequência do kataPinanYondan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 3º sequência do kataPinanYondan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 8

TEMA:4ª Variação do kataPinanYondan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar movimentos com duas variações das mesmas técnicas.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 4º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanYondan.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 4º sequência do kataPinanYondan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 4º sequência do kataPinanYondan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 9

TEMA:5ª Variação do kataPinanYondan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas.
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 5º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanYondan.
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 5º sequência do kataPinanYondan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 5º sequência do kataPinanYondan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.

PLANO DE AULA 10

TEMA:6ª Variação do kataPinanYondan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 6º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanYondan.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 6º sequência do kataPinanYondan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 6º sequência do kataPinanYondan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 11

TEMA:1ª Variação do KataPinanGodan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas do kataPinanGodan.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 1º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanGodan. “Essa é uma forma simplificado de trabalhar o bunkai dos katas avançados, pois desenvolve uma sequência bem fácil e outra um pouco mais difícil, ficando ao critério do aluno qual melhor se adapta”.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:	

- Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 1º sequência do kataPinanGodan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 1º sequência do kataPinanGodan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.

PLANO DE AULA 12

TEMA:2ª Variação do KataPinanGodan	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas do kataPinanGodan.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 2º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanGodan.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 2º sequência do kataPinanGodan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 2º sequência do kataPinanGodan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 13

TEMA:3ª Variação do KataPinanGodan.	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas do kataPinanGodan.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 3º variação de movimentos, aplicação, coordenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanGodan.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 3º sequência do kataPinanGodan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 3º sequência do kataPinanGodan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 14

TEMA:4ª Variação do KataPinanGodan.	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma pequena série de movimentos com duas variações das mesmas técnicas do kataPinanGodan.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a 4º variação de movimentos, aplicação, coodenação e entendimento das técnicas que se acoplam ao bunkai do KataPinanGodan.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre o bunkai, kata e variações das técnicas, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Trabalhando a primeira variação de técnicas da 4º sequência do kataPinanGodan; - Trabalhando a segunda variação de técnicas da 4º sequência do kataPinanGodan; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Aula teórica sobre os temas que foram e serão abordados.	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Informar aos alunos sobre o processo de ensino aprendizagem dentro das aulas de karatê explicando sobre os conteúdos que já foram trabalhados e os que serão trabalhados nessas vídeoaulas daqui pra frente.	
OBJETIVO GERAL: Falar com os alunos sobre a evolução que tiveram em praticar as vídeoaulas e que iremos relembrar algumas técnicas só que com alguns detalhes na hora da aplicação do golpe para que haja mais qualidade da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Desenvolvimento da aula teórica, planejamento da vídeoaula, conhecimentos técnicos e teóricos no processo de ensino aprendizagem, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Explicado sobre os conteúdos trabalhados desde o início das vídeoaulas até o momento; - Falar um pouco sobre os conceitos técnicos para evolução dentro do karatê; - Explicação sobre as aulas de kihon que serão trabalhadas as técnicas básicas com ênfase nos mínimos detalhes que fazem toda diferença. -Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Treinamento de Gedan-Barai	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º, 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver a técnica com todos os critérios que são exigidos para chegarmos ao nível de excelência.	
OBJETIVO GERAL: T trabalhar o Gedan-Barai que é uma técnica básica só que nesse momento serão priorizados o desenvolvimentos dos pequenos detalhes, pois os alunos já treinaram essa	

técnica. A diferença é que vão aprender trabalhar o quadril, respiração e, principalmente, usar os dois braços na execução da técnica.

PROCEDIMENTOS: Planejamento da videoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.

ROTEIRO VÍDEOAULA:
- Saudações aos alunos;
- Previa do que será trabalhado na aula;
- Mostrando os detalhes da técnica;
- Trabalhando sequências de Gedan-Barai parado;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:NAKAYAMA, M. O melhor do karatê – fundamentos. 14ª ed. São Paulo: Cultrix, 2011b.

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março 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 33:** Bunkai do Kata Pinan Shodan Parte 2		
	Link do vídeo:https://youtu.be/iRNXF19CSgE		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida:4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		**TOTAL DE CURTIDAS:14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34:**Bunkai do Kata Pinan Shodan Parte 3		
	Link do vídeo:https://youtu.be/xed3UeTTryo		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 35:** Executando o Bunkai Devagar – Pinan Shodan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/uluYT3UTtcl		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 12
	Instagram	Visualização:0	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	

PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36:** Executando o Bunkai com força e velocidade – Pinan Shodan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/fS5csmcHxlw		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:0	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 37:**1ª Variação do kata Pinan Yondan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/JEXF-eK5ZE4		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 38:**2ª Variação do Kata Pinan Yondan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/A8S8SnIQXks		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 8		**TOTAL DE CURTIDAS: 12**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 39:** 3º Variação do Kata Pinan Yondan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/Zz8sYzEqjdw		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 40:** 4ª Variação do Kata Pinan Yondan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/X5APTC5nxKY		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 8		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 41:** 5ª Variação do Kata Pinan Yondan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/2nqoI2sGh3A		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	

PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 42:** 6ª Variação do Kata Pinan Yondan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/fm6xscHlnKE		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 9		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 43:**1ª Variação do Kata Pinan Godan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/l-oLcjyzLDM		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		**TOTAL DE CURTIDAS:14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 44:** 2º Variação do Kata Pinan Godan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/Wi8ay1TGbeU		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
	Link do vídeo:https://youtu.be/99Lna5S-URc		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 46:** 4º Variação do Kata Pinan Godan		
	Link do vídeo:https://youtu.be/EWEH_diBaBs		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 47:**Aula teórica sobre os temas que foram e serão abordados		
	Link do vídeo:https://youtu.be/jXYAIe9glXs		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	

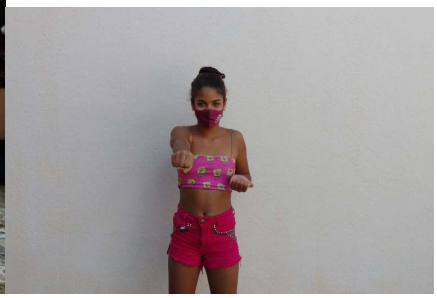
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 48:**Treinamento de Gedan-Barai

	Link do vídeo:https://youtu.be/3FDjkznWb_Q		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 203			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 228			

RETORNO DOS ALUNOS

Ana Rita/

Victor 1º Ano C/



Luana turma do 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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03/21	• Matrículas Núcleo Santa Clara
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 33 No Balanço do Hip Hop
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Idealização e gravação da vídeoaula: 34 Passo da Arte Um
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 35 Passo da Arte Dois
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 36 Batidas e Sons Um
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 37 Batidas e Sons Dois
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Planejamento e gravação da videoaula: 38 Dançar e Correr Um
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Idealização e gravação da vídeoaula: 39 Dançar e Correr Dois
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 40 Ritmizem-se
SEXTA-FEIRA 12/03/21	Divulgação vídeoaulas
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 41 Aprenda Popping em oito etapas um
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Reunião pedagógica on line. Elaboração e gravação da vídeoaula: 42 Aprenda Popping em oito etapas dois
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Planejamento e gravação da videoaula: 43 Aprenda Popping em oito etapas três
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Idealização e gravação da vídeoaula: 44 Aprenda Popping em oito etapas quatro
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 45 Aprenda Popping em oito etapas cinco
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 46 Aprenda Popping em oito etapas seis
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Idealização e gravação da vídeoaula:47 Aprenda Popping em oito etapas sete
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Elaboração e gravação da vídeoaula:48 Aprenda Popping em oito etapas oito
SEXTA-FEIRA 26/03/21	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

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (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 • 33 No Balanço do Hip Hop • 34 Passo da Arte um • 35 Passo da Arte dois • 36 Batidas e Sons um	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • 37 Batidas e Sons dois • 38 Dançar e Correr um • 39 Dançar e Correr dois • 40 Ritmizem-se	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • 41 Aprenda Popping em oito etapas um • 42 Aprenda Popping em oito etapas dois • 43 Aprenda Popping em oito etapas três • 44 Aprenda Popping em oito etapas quatro	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • 45 Aprenda Popping em oito etapas cinco • 46 Aprenda Popping em oito etapas seis • 47 Aprenda Popping em oito etapas sete • 48 Aprenda Popping em oito etapas oito	

PLANO DE AULA 1

TEMA:33 No Balanço do Hip Hop	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA:São muitas as formas de se dançarem ou curtirem um HIP HOP. Originalmente falando. Esta arte urbana tem uma gama de criatividade para que isso pudesse ocorrer. Onde, através da música Rap, o jovem tem contato com a arte, com a verdade e com a história. Elevando este pensamento dos ancestrais da cultura até os dias de hoje.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver uma mostra indireta para nossos alunos mediante os balanços sugeridos nestes vídeos aulas. Tais como: originalidade, energia, figurino, missão e determinação para conclusão do mesmo. Ou seja. Não existe o fato de dançar por dançar, e sim, por ter algo a ensinar, passar e seguir.	
PROCEDIMENTOS: Elaborar o roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos da aula Top Rock em execução. Após isto, diagnosticar o espaço ideal para a execução da aula, tais como: ambientização adequada, som exclusivo ao estilo de dança e a forma correta de apresentação dos passos do professor.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura da aula com o professor comentando a importância da realização do balanço como instrumento principal da Dança. Com começo, meio e fim. De forma bem simples, o equilíbrio é certo, sem a necessidade de exercer esforço. Passo a passo no balanço do som os alunos vão obtendo mais técnicas, posturas e condicionamentos para futuros movimentos da dança. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças urbanas no Brasil: relatos de uma história (unesp.br)	

PLANO DE AULA 2

TEMA:34 Passo da Arte um	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Salientar a dança como proposta de diversidade diante do momento de isolamento social. Além da descontração se desenvolverem com os passos sugeridos pelo professor sem se preocupar com a técnica, garantindo assim um momento único com seus familiares.	
OBJETIVO GERAL: Resgatar com nossos alunos de 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: Roteiro inicial. Salientar tudo que será realizado na prática da vídeoaula proposta na ocasião sugerida contendo roteiro, música sugerida, espaço amplo, água e todos os equipamentos para que a aula possa ser bem recebida pelos alunos. A começar pelo enquadramento e posicionamento da câmera.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Iniciação da aula com o professor dançando alguns passos ao som da música. Em seguida ele utiliza o passo a passo da aula anterior ao beat atual. São necessário várias repetições para que os alunos consigam estar acompanhando o professor. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças Urbanas – Conexão Escola SME (goiania.go.gov.br)	

PLANO DE AULA 3

TEMA:35 Passo da Arte dois	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Salientar 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: Apresentar um passado cheio de conteúdo para esta nova geração de dançarinos e admiradores da arte urbana. Mostrar o quanto são valiosos para a arte. Que fiquem aqui registrado e que sejam usado de incentivo para nossas crianças o real valor de se trabalhar dançar urbanas.	
PROCEDIMENTOS: Garrafa d'água, rádio com acesso a Bluetooth, pen drive, AM, FM com bateria recarregável, toalha, figurino adequado ao estilo musical apresentado, piso para a pratica da dança, tripé, celular com filmagem em Full Hd e espaço suficiente para a gravação e apresentação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura com apresentação do professor sobre a aula e suas especificações, breve comentário pessoal referindo-se a aula sugerida pelo próprio com ênfase para que os alunos marquem os amigos, comentem e não deixem de terem uma boa aula. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças Urbanas - Sua História - Mundo da Dança (mundodadanca.art.br)	

PLANO DE AULA 4

TEMA:36 Batidas e Sons um	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Na movimentação dos passos da aula que a transformação acontece. Não precisamos saber passos e nem ter ritmo desenvolvido. Enquanto tudo acontece, dançamos sem percebermos, o movimento dos passos nos leva a aprender os movimentos, desenvolver o ritmo e a noção de espaço e o tempo.	
OBJETIVO GERAL: Oportunizar aos alunos que tenham uma descoberta do próprio corpo e das possibilidades de movimento estimulando da criatividade e variadas formas de expressar sentimentos, ganhando autonomia e inteligência. Sem contar que aflora o desenvolvimento da	

coordenação motora, resistência, força, flexibilidade, etc.
PROCEDIMENTOS:Rádio portátil. Música atual a vídeo aula. 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:Rápida fala do professor. Passos ensinados pausadamente na batida do som. Ao estilo das danças urbanas o professor coreografa uma pequena parte para que o aluno consiga memorizar e realizar durante a música toda. Finalização da aula pedindo para os alunos curtirem e compartilharem os vídeos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:DANÇA URBANA A história das danças urbanas no Brasil advém da história do street dance surgido nos - Brainly.com.br

PLANO DE AULA 5

TEMA:37 Batidas e Sons dois	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Partilhar a continuidade e inclusão do vídeo anterior em um clima de cooperação e respeito. É uma dança que pode ser praticada em todas as idades, sem restrições, podendo levar para longos anos, porque pode ser vivenciada em qualquer tempo, em qualquer lugar sem contar que serão vivenciados por longas datas.	
OBJETIVO GERAL: Buscar trabalhar com a dança um eixo principal devido a temática da aula, apontar o desenvolvimento da linguagem corporal centralizado ao corpo dos alunos através das atividades sugeridas e que futuramente será aplicada uma apresentação coreográfica.	
PROCEDIMENTOS: Primeiramente a escolha da música. Em segundo, tudo que foi montado coreograficamente, foi pensando nas palavras e nas frases do Rap. Local adequado para a realização da gravação da vídeo aula. Horário com iluminação própria. Garrafa d'água. Toalha. Piso de dança e enquadramento do vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura da vídeo aula com ânimo e alegria. Utilizando passo a passo, o professor consegue sequenciar a apresentação para que os alunos consigam desenvolver esta aula facilmente. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Dança de Rua - InfoEscola	

PLANO DE AULA 6

TEMA:38 Dançar e Correr um	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Idealizar trabalhos em duplas entre irmãos e ou familiares. Desta forma, os conceitos acabam se unificando em um mesmo ambiente. Trazendo de certa forma movimentos coreográficos em duplas e supostamente em equipe.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar o processo criativo, a autonomia e liberdade do individuo. Permitir ao aluno desenvolver a relação mais próxima entre o homem e a arte, através da musicalidade sugerida, estabelecendo assim uma íntima relação entre com a dança de uma forma geral e criativa.	
PROCEDIMENTOS: Após o professor ter estabelecido o roteiro, as ordens das músicas a serem utilizadas, limpeza e higienização do ambiente, ter separado a água, toalha e o posicionamento do rádio e da câmera. Agora sim dar início a gravação da vídeo aula proposta pelo educador.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve relato do professor referente ao tema utilizado para a gravação da vídeo aula. Dando uma explicação passo a passo suas técnicas para que juntamente com os alunos, eles possam criar uma pequena coreografia. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças Urbanas, Street Dance ou Dança de Rua (escolaartedanca.com.br)	

PLANO DE AULA 7

TEMA:39 Dançar e Correr dois	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Elaboração do conteúdo sugerido pelo professor de forma cotidiana para aperfeiçoar os movimentos básicos do passo. Esta aula consiste em apresentar incentivar e fomentar novos adeptos e apreciadores.	
OBJETIVO GERAL: Aprender de forma natural e espontânea a temática da cultura sugerida que no caso é a Cultura Hip Hop em especial as danças urbanas. Sendo assim, o aluno terá visibilidade de crescimento artístico, social e esportivo.	
PROCEDIMENTOS: Construção do roteiro em cima do estilo utilizado neste vídeo. Elaboração do espaço adequado para gravação da aula. Higienização do rádio portátil, do pen drive, da garrafa térmica priorizando a limpeza do local, piso de dança e principalmente pensar no posicionamento da câmera de vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura da vídeo aula com breve palavras do professor orientando e agradecendo os alunos por cada realização das aulas. Iniciação dos passos da vídeo aula sem som para que os alunos memorizem cada detalhe. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Aulas de Danças Urbanas: “Street Dance” ou “Dança de Rua” | Artisan Ballet	

PLANO DE AULA 8

TEMA:40 Ritmizisem-se	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Dar suporte à dança de rua em suas mais distintas variáveis de passos, movimentos e técnicas. Elaborar este passo de forma simples para que os alunos obtenham facilidade no aprendizado e no desenvolvimento da dança.	
OBJETIVO GERAL: Mostrar para a criança a valorização cada época da música Black. Desmistificar que o Rap pode ser utilizado de maneira positiva na vida das pessoas e que a mesma pode trazer o ‘brilho nos olhos’ e oportunizar grandes momentos em família.	
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: Simples apresentação do professor. Sugerindo que os alunos tenham uma boa aula. Seguem na sequência na música e no flow da batida. Acontece uma repetição dos passos onde os alunos poderão memorizar facilmente a aula. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:A dança de rua no Brasil | Arte Urbana (wordpress.com)	

PLANO DE AULA 9

TEMA:41 Dançar e Correr um	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: 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: Gerar um movimento contínuo dos alunos referente às aulas de Hip Hop “Danças Urbanas” em que foram ministradas anteriormente quando era presencial. Desta forma iremos alavancar todas as turmas as quais eu ministrava aula nas escolas municipais.	
PROCEDIMENTOS: Criação, ensaio e memorização dos passos a serem utilizados na aula. Levantamento do roteiro e suas particularidades. Preocupação em deixar o ambiente limpo,	

higienizado, com o rádio portátil próximo ao professor, pen drive e todas as play lists (pasta de música) para a pratica da aula apenas como preparação já que a aula é sem som.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve abertura do professor explicando o que irá acontecer na aula sugerida. Ao estilo da dança urbana 'Popping'. 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. Ao iniciar a música, o professor deixa ao final da coreografia uma parte livre para que a criança tenha seu momento de criatividade e identidade artística. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Dance Conosco: Danças urbanas - Blog (primeiroato.com.br)

PLANO DE AULA 10

TEMA:42 Dançar e Correr dois	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade nos trabalhos anteriores realizados em vídeo aula. Encaixando os passos coreográficos. Com ritmo acentuado e bem batido. Expressar com garra cada passo ensinado pelo professor.	
OBJETIVO GERAL: Favorecer o aluno um aprendizado conceituado de cultura e arte. Sobretudo, muitas das vezes aulas como está não tem sido trabalhado em 'sala de aula' devido o som e música não serem do ano em que eles vivem.	
PROCEDIMENTOS: Radio, pen drive, toalha, garrafa d'água, espaço amplo, roteiro em mãos, posicionamento do tripé, posicionamento a câmera, limpeza do local, higienização e melhor horário para iniciar a gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve iniciação da vídeo aula com o professor apresentando o som em que irá ser utilizado para a gravação. Dando sequência na contagem dos passos preocupando-se com o tempo necessário para que o aluno consiga acompanhar. E assim por diante. Para frente e para trás, direita e esquerda, a aula vai acontecendo de forma simples e objetiva. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças urbanas: conheça a origem e história desta manifestação cultural (dci.com.br)	

PLANO DE AULA 11

TEMA:43 Dançar e Correr três	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Auxiliar o aluno a uma busca do aperfeiçoamento da sua dança evitando desta forma machucados, lesões, fraturas, cortes em seu corpo. Desde que ele reconheça o fator principal de valorizar todas as dicas dadas pelo professor. Sendo assim, o futuro positivo será alcançado de forma bem certa.	
OBJETIVO GERAL: Orientar a criança com 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.	
PROCEDIMENTOS: Elaborar o roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos da aula Top Rock em execução. Após isto, diagnosticar o espaço ideal para a execução da aula, tais como: ambientização adequada, som exclusivo ao estilo de dança e a forma correta de apresentação dos passos do professor.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Inicia-se com a palavra do professor. Em seguida ele apresenta aos alunos o a sequência dos passos do Popping. Apresentando a original como fundamento essencial da dança. Dando continuidade na aula, segue de exercícios ritmados com a música. Passos simples e de fácil aprendizado com a contagem sequencial de forma pausada para a que haja uma melhor memorização do aluno. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos	

compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças Urbanas – Le Rêve Dança (lerevedanca.com.br)

PLANO DE AULA 12

TEMA:44 Dançar e Correr quatro	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Extrair e aplicar as diferenciações de passos que juntos formam a coreografia como um todo. Estilo original e criativo. Memorização e desenvolvimento em parceria com o professor. Onde, juntamente com o aluno, ele se conecta artisticamente fazendo com que a energia e a liberdade da dança encham seu interior com coisas boas e puras.	
OBJETIVO GERAL: 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:Rádio portátil, pen drive, toalha, garrafa d'água, espaço amplo, roteiro textual, posicionamento do celular para captação das imagens, esperar o melhor momento para iniciar o trabalho juntamente com o tempo necessário para finalização.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:O professor inicia perguntando para as crianças como elas estão, se realmente estão preocupados e se cuidando referente ao vírus Covid-19. Em seguida ele aperta o play do rádio para que dê início à prática da dança. Diante dos passos simples, criativos e de fácil entendimento as crianças irão se mostrar mais 'soltas' juntamente com o professor. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças Urbanas – Sindicato dos Profissionais de Dança / RJ (spdrj.com.br)	

PLANO DE AULA 13

TEMA:45 Dançar e Correr cinco	**Turma:**1º ao 5º ano
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: Caracterizar o estilo, este 'passo' ou 'movimento' como fator principal da apresentação do dançarino (aluno) em suas performances, onde muitas vezes são utilizados em mostras de artes, festas de fim de ano ou encontros artísticos escolares (caça talentos).	
PROCEDIMENTOS: Buscar a elaboração do roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos de forma facilitada e bem executada. Diagnosticar o espaço ideal para a execução da aula, tais como: ambientização adequada, som exclusivo ao estilo de dança e a forma correta de apresentação dos passos do professor.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breves palavras do professor parabenizando todas as crianças que estão realizando as aulas. "É isso aí". Expressão utilizada pelo professor simbolizando que está tudo dentro dos conformes. Crianças se cuidando e praticando as aulas remotas. O professor inicia a prática da dança de forma objetiva e descontraída. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças Urbanas « Evolução Hip Hop (irdeb.ba.gov.br)	

PLANO DE AULA 14

TEMA:46 Dançar e Correr seis	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Salientar o desenvolvimento dos aspectos afetivo e social através da dança. Propiciando ao aluno grandes mudanças seja no seu comportamento interno e externo, principalmente na forma de se expressar e agir. Ao som de Malone as crianças poderão se desenvolver e se	

comunicar socialmente.
OBJETIVO GERAL: Fazer com que os alunos saibam diferenciar um som do outro e que os mesmos estejam sempre preparados para colocarem em pratica tudo que foi ensina nesta vídeo aula. Que o tempo não os distanciem da arte e muito menos daquilo que é bom.
PROCEDIMENTOS: Ambientização do espaço, seleção da música, rádio com bateria 100% carregada, idealização e montagem do roteiro da vídeo aula. Pensar no horário, no enquadramento, na postura do professor e principalmente no seu preenchimento de espaço durante a gravação.
ROTEIRO VÍDEOAULA: 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. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Danças urbanas: um estilo documentado | Manancial - Repositório Digital da UFSM

PLANO DE AULA 15

TEMA:47 Dançar e Correr sete	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Dar suporte aos alunos referente ao estilo (movimento), para que eles se desenvolvam e evoluam juntamente com o professor através da atenção nos passos uma vez que os mesmos são realizados sem o som.	
OBJETIVO GERAL: Fixar a coreografia com as crianças para que elas trabalhem com seus irmãos e familiares. Ensaiando 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.	
PROCEDIMENTOS: Limpar o ambiente a ser utilizado, separar a água, a toalha, o som, o rádio e verificar o melhor horário para iniciar a gravação após ter levantado o roteiro completo incluindo inicio, meio e fim.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve comentário sobre as crianças se cuidarem e para os mesmos não desistirem. Não pararem. Trazer à memória do aluno a importância da aprendizagem deste passo para que futuramente ele consiga, de fato, realizar seus conteúdos na prática de forma satisfatória com boa execução dos elementos acima citados. A forma ideal para realizarem este movimento. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Uma tarde de danças urbanas – Festival Panorama ocupa a Cidade das Artes (labcritica.com.br)	

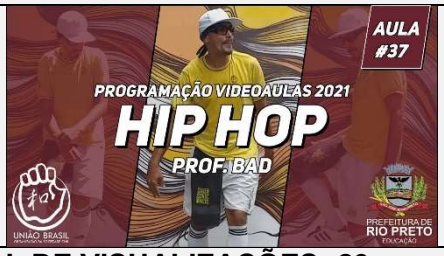
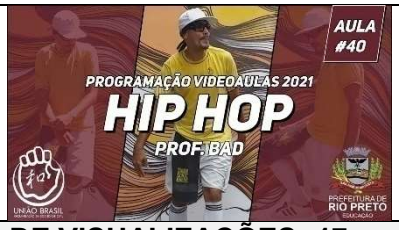
PLANO DE AULA 16

TEMA:48 Dançar e Correr dois	**Turma:**1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: Compartilhar e desenvolver a musicalidade como expressão corporal na educação. Não só para apresentar os conhecimentos específicos da música e da dança, mas também para o reconhecimento do corpo, quais suas possibilidades e limitações.	
OBJETIVO GERAL: Estimular o despertar e a criatividade aprendendo a considerar diferentes passos relacionados ao tema da aula sugerido pelo professor proporcionando momentos que de forma indireta envolvam os sentimentos e entendimentos dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Idealizar cada momento a ser realizados na vídeoaula através dos roteiros, temas, movimentos, sons utilizados, espaço utilizado, ambientização, posicionamento da câmera, sonorização do ambiente no ato da gravação e, por fim, a prática de tudo isso junto.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:O vídeo inicia com o som, em seguida o professor faz uma breve abertura da aula orientando os alunos a dançarem tudo aquilo que foi ensinado nas aulas. Colocando em pratica cada passo, gesto e expressões. Finalizando a aula com uma despedida pra lá de animada pedindo	

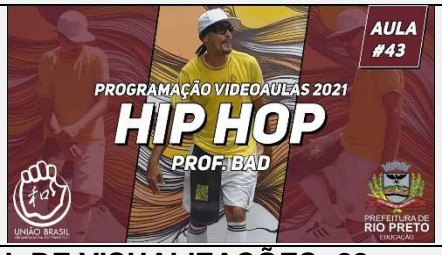
para os alunos compartilharem, comentarem e divulgassem as redes sociais da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 7 motivos para fazer aula de danças urbanas (belas.art.br)

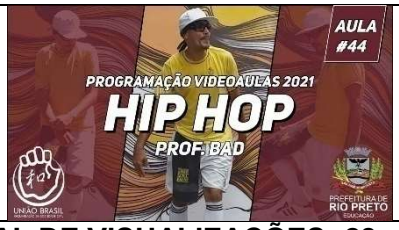
Relatório Mensal Instrutor - Março/ 2021

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 33: NO BALANÇO DO HIP HOP**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=elVcl4-tUTU		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 26	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		**TOTAL DE CURTIDAS: 21**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34: PASSOS DA ARTE UM**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Ae2DjmLJOkk		
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 07	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		**TOTAL DE CURTIDAS: 22**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 35: PASSOS DA ARTE UM**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zE1M0QHYjOE		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 18	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		**TOTAL DE CURTIDAS: 31**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36: BATIDAS E SONS UM**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=SnJBE-eTPLo		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	

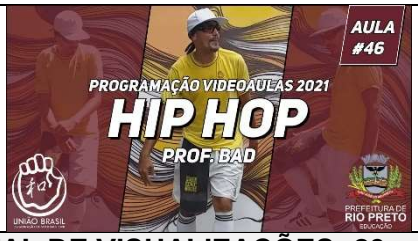
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 37:BATIDAS E SONS DOIS		
	**Link do vídeo:**https://www.youtube.com/watch?v=s5i0eg0Lx94&t=38s		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 12	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 38:DANÇAR E CORRER UM**		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=1vWFEV828LQ		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 39:DANÇAR E CORRER DOIS**		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=6CTLjgxCewE		
	YouTube	Visualização: 08	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 09	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 40:RITIMIZEM-SE**		
	**Link do vídeo:**https://www.youtube.com/watch?v=tPAPc0zwA-I		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 06	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 41:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS UM**		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=GB4Xk6py0Ak&t=80s		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 09	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		**TOTAL DE CURTIDAS: 19**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 42:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS DOIS		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=TiOnyiSXXV8		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 19	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 20	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 43:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS TRÊS		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=9umhqceWsFY&t=52s		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 22	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 44:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS QUATRO		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=0s8SHjmDD90		
	YouTube	Visualização: 08	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 05	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		TOTAL DE CURTIDAS: 21	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 45:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS CINCO		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=EFpNqnd2ZtY		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 21	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 46:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS SEIS		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=XngrFBVW-T0		
	YouTube	Visualização: 08	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 04	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 19	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 47:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS SETE		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=o-uGGqmXUHE		
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 35	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 07	Curtida: 05
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 51		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 48:APRENDA POPPING EM OITO ETAPAS OITO		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=5-V1_tGcbPE		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 16	Curtida: 03
	Instagram	Visualização: 06	Curtida: 07
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 437			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 326			

RETORNO DOS ALUNOS

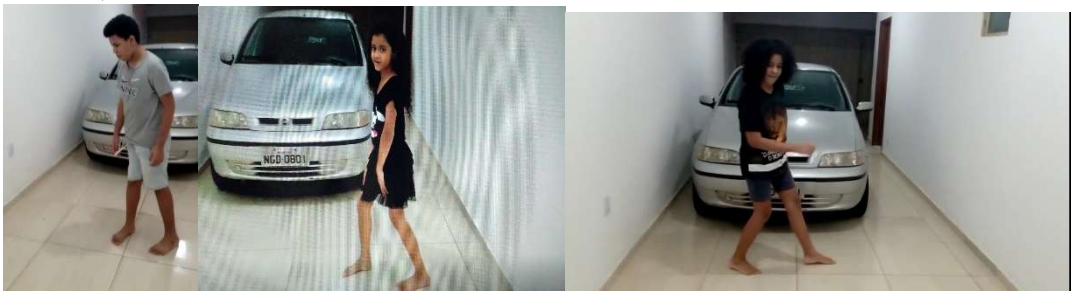
ANNE ELIYZE T2 SANTA CLARA - EDUARDO PONSSIANO T3 SANTA CLARA

THAYLA NICOLE DUARTE 2º B SANTA CLARA

RYAN CARLOS FERREIRA DA SILVA 2º A SANTA CLARA

CARLOS EDUARDO CONSERVA VALENTE SILVA 1º D MARIA FERNANDA CONSERVA VALENTE SILVA 3º C JOAO GABRIEL CONSERVA VALENTE SILVA 4º D SANTA CLARA

IZAQUE RAMOS 7º E VITÓRIA RAMOS 3º F GIOVANA RAMOS 6º C ECO STO ANTONIO



ARTHUR RIBEIRO SIMIONATO 1º ANO/ HEITOR HENRIQUE RIBEIRO SIMIONATO- STA CLARA

DAVI TURMA 3 STA CLARA

RAFAEL TURMA 04

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 01 E 02/03/2021 – MATRÍCULAS 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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Haysllan Laurentino da Silva Possebon	
Oficina: Karatê-Do	
Carga horária semanal: 16 horas	**Carga horária total: 64** horas
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula do1º kihon do kataRohai No Kon
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula do2º kihon do kataRohai No Kon
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula do3º kihon do kataRohai No Kon
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula do4º kihon do kataRohai No Kon
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Revisão dos vídeos gravados e envio dos mesmos para coordenadoria avaliar antes da postagem.
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula do5º kihon do kataRohai No Kon
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula do6º kihon do kataRohai No Kon
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula do7º kihon do kataRohai No Kon
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação doKataRohai No Kon completo
SEXTA-FEIRA 12/03/21	Revisão dos vídeos gravados e envio dos mesmos para coordenadoria avaliar antes da postagem
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula deKumite: técnicas de movimentação
TERÇA-FEIRA 16/03/21	• Reunião pedagógica pelo Google meet Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula de Fundamentos da base Zenkutsu-dachi
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula deFundamentos base Zenkutsu-dachi e GedanBarai
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aulaFundamentos base Zenkutsu-dachi e Oi-zuki
SEXTA-FEIRA 19/03/21	Revisão dos vídeos gravados e envio dos mesmos para coordenadoria avaliar antes da postagem
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da 1ª parte KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula2ª parte KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi

QUARTA-FEIRA 24/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da auladoKataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi completo
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Planejando o objetivo e a proposta a ser atingida com a aula. Gravação da aula de Kumite: kizamizuki e gyakuzuki

Plano de Aula

Educador/ Instrutor (a): Haysllan Laurentino da Silva Possebon	
Oficina: Karatê-Do	
Carga horária semanal: 16 horas	**Carga horária total:** 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/03 à 05/03/21 ● 1º kihon do kataRohai No Kon ● 2º kihon do kataRohai No Kon ● 3º kihon do kataRohai No Kon ● 4º kihon do kataRohai No Kon	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 ● 5º kihon do kataRohai No Kon ● 6º kihon do kataRohai No Kon ● 7º kihon do kataRohai No Kon ● KataRohai No Kon completo	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 ● Kumite: técnicas de movimentação ● Fundamentos da base Zenkutsu-dachi ● Fundamentos base Zenkutsu-dachi e GedanBarai ● Fundamentos base Zenkutsu-dachi e Oi-zuki	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 ● 1ª parte KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi ● 2ª parte KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi ● KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi completo ● Kumite : KizamiZuki e GyakuZuki	

PLANO DE AULA 1

TEMA: 1º kihon do kataRohai No Kon	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o kataRohai No Kon Fracionando em uma sequência de 7 partes.	
OBJETIVO GERAL: Neste primeiro kihon (Treinamento básico) procurei passar para o aluno as técnicas que utilizamos nos primeiros movimentos do kata tendo como foco a base Nekoashi (Base do gato). Utilizamos uma sacola na ponta do bastão para que o aluno possa compreender melhor o posicionamento do bastão, assim aprendemos o movimento de giro a fim da cabeça e ataque lateral.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando os primeiros movimento do kata; - 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;	

-Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu

PLANO DE AULA 2

TEMA: 2º kihon do kataRohai No Kon	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade ao treinamento do kataRohai No Kon dividido em partes para melhor compreensão dos fundamentos de cada movimento .	
OBJETIVO GERAL: Continuação do treinamento do kata de bastão agora passando a cruzada do bastão votando para frente e, em seguida, o movimento de erguer o bastão para fazer o ataque em base KokustuDachi (base com o peso atrás) sendo o ataque na linha do joelho.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando a continuação dos movimentos deste kata dividido em partes; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 3

TEMA: 3º kihon do kataRohai No Kon	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade ao treinamento do kataRohai No Kon dividido em partes para melhor compreensão dos fundamentos de cada movimento .	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar os fundamentos do ataque frontal em Shiko Dachi (Base do urso) passando para Nekoashi (base do gato), assim desenvolvendo o ataque na cabeça avançando no ataque circular na costela trabalhando a troca de pegada ensinada no vídeo de fundamentos básico de Kobudo.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando a continuação dos movimentos deste kata dividido em partes; - 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 ; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 4

TEMA: 4º kihon do kataRohai No Kon	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade ao treinamento do kataRohai No Kon dividido em partes para	

melhor compreensão dos fundamentos de cada movimento .
OBJETIVO GERAL: Trabalhei a Base SagiAshiDachi (Base do pé da garça) no qual os alunos trabalham a postura e equilíbrio ao realizar o ataque com bastão circular na altura do joelhos, assim, passando em seguida para o ataque frontal na cabeça seguido na costela. Neste kihon procurei dar ênfase na base, pois é uma postura nova para os iniciantes.
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando a continuação dos movimentos deste kata dividido em partes; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu

PLANO DE AULA 5

TEMA: 5º kihon do kataRohai No Kon	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade ao treinamento do kataRohai No Kon dividido em partes para melhor compreensão dos fundamentos de cada movimento .	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar KokutsuDashi (postura com peso na perna de trás) fazendo a defesa com o bastão invertido na frente do rosto e reforçando o trabalho de SagiAshi (base do pé da garso) por se tratar de uma postura avançada.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando a continuação dos movimentos deste kata dividido em partes; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 6

TEMA: 6º kihon do kataRohai No Kon	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade ao treinamento do kataRohai No Kon dividido em partes para melhor compreensão dos fundamentos de cada movimento .	
OBJETIVO GERAL: Mostrar o movimento de troca de bastão avançando ao ataque frontal com mão invertida da perna, assim fazendo uma sequência de três movimentos alternando esquerda e direita.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; -Executando a continuação dos movimentos deste kata dividido em partes; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu

PLANO DE AULA 7

TEMA: 7º kihon do kataRohai No Kon	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade ao treinamento do kataRohai No Kon dividido em partes para melhor compreensão dos fundamentos de cada movimento .	
OBJETIVO GERAL: Concluindo essa sequência, chegamos para o ultimo Kihon do kata. Fizemos um movimento adaptado para os alunos executarem para não acontecer intercorrências. Dessa maneira, fizemos o giro correto em um ângulo de 360º graus, porém comente com o corpo, sem movimentar o bastão.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando a continuação dos movimentos deste kata dividido em partes; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 8

TEMA: KataRohai No Kon completo	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Juntar os fundamentos dos kihons trabalhados nas aulas anteriores para formar o kata. Ressaltando que cada movimento foi treinado separado para obtermos uma melhor compreensão.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o kata (Forma) que será muito utilizado em apresentacoes e exame de grau superior, possui uma variedade de bases onde o aluno possa praticar as bases e tranbalhar sua coordenação motora por conta do usa do bastão que aumenta o grau de dificuldade e Executando com postura, respiração, força e tempo correto	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;	

- Praticando o kata de maneira correta com respiração, força e tempo; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu

PLANO DE AULA 9

TEMA: Kumite: técnicas de movimentação	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a movimentação de luta	
OBJETIVO GERAL: Mostrar para os alunos duas movimentações que são mais utilizadas em competição: saltitar para frente e para trás no qual temos o objetivo de utilizar socos, tanto com mão da frente ou com a de trás. Esta postura aumenta minha velocidade, saltitar para cima e para baixo, essa postura facilita o trabalho de chutes com perna da frente ou a de trás.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento 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 luta com explicações detalhadas; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Fundamentos da base Zenkutsu-dachi	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar fundamentos básicos da base.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a maneira correta de realizar a base Zenkutsu-Dachi (base com peso na perna da frente) alinhando o pé da frente reto e pé de trás em 45º graus, assim não deixando o joelho da frente passar do meio do pé, alinhando nariz com nó da faixa.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Praticando a base ZenkutsuDachicom base nos fundamentos corretos; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Fundamentos base Zenkutsu-dachi e GedanBarai	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os fundamentos da base em defesa	
OBJETIVO GERAL: Mostrar para os alunos a preparação correta da defesa GedanBarai (defesa de nível baixo) junto com a base para fazer um trabalho correto de quadril e preparação dos braços.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Treinando a defesa em base; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Fundamentos base Zenkutsu-dachi e Oi-zuki	**Turma:** 1° ao 5°
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os fundamentos básicos do soco em base	
OBJETIVO GERAL: Mostrando para o aluno como fazer o soco em base trabalhando a puxada da mão na cintura e desferindo o ataque em linha reta no meio da barriga levando em consideração a aula de base praticada anteriormente.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento 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 soco com base; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 13

TEMA: 1ª parte KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Dividir o kata em uma sequência de duas partes para melhor entendimento do aluno	
OBJETIVO GERAL: Nesse primeiro momento irei trabalhar cada movimento para que o aluno possa memorizar as direções: giro, avanço e recuo.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;	

- Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Praticando a 1ª parte do kata; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu

PLANO DE AULA 14

TEMA: 2ª parte KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Continuação da sequência do kata.	
OBJETIVO GERAL: Finalizando o kata dando ênfase no giro onde os alunos demonstram mais dificuldade. Dessa maneira irei trabalhar de maneia lúdica e de fácil entendimento.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Praticando a 2ª parte do kata; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

PLANO DE AULA 15

TEMA: KataKihonZenkutsuDachi Dai Ichi completo	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Executar o kata juntando as duas sequências que foram divididas para melhor compreensão dos movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Realizar o kata com força, respiração e tempo o correto. Lembrando, sempre, dos fundamentos feitos nas outras aulas com a base, ataque e defesa.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Previa do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Praticando o kata com força, velocidade e respiração; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

UNIÃO 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 16

TEMA:Kumite: KizamiZuki e GyakuZuki	**Turma:** 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Demonstrar a execução correta dos ataque básicos de luta para os alunos realizarem em casa.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar os fundamentos básicos da luta para possíveis competições que são os mais utilizados Zuki (soco frontal) e GyakuZuki (soco com mão contraria da perna). Assim, os alunos irão tendo a noção em aplicar esses socos com a movimentação mostrada em aulas anteriores e irão aprender a ter estratégia de luta.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento, 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; - Comprimento 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 Ataque utilizados em competição; - 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; -Comprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-HaShitoRyu	

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Haysllan Laurentino da Silva Possebon			
OFICINA: Karatê-Do			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 17: 1º kihon do kata Rohai No Kon**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/1dMCjjVsTdg		
	YouTube	Visualização: 63	Curtida: 14
	Facebook União Brasil	Visualização: 38	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 11	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 112		**TOTAL DE CURTIDAS: 31**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 18: 2º kihon do kata Rohai No Kon**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/nF2PO8TAJbo		
	YouTube	Visualização: 26	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 14	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 42		**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 19: 3º kihon do kata Rohai No Kon**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/YRqA0ltwx1k		
	YouTube	Visualização: 23	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:1	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 20: 4º kihon do kata Rohai No Kon		
	Link do vídeo:https://youtu.be/IjBkbYMmUAc		
	YouTube	Visualização: 29	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 20	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:1	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:50		TOTAL DE CURTIDAS:17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 21: 5º kihon do kata Rohai No Kon)		
	Link do vídeo:https://youtu.be/9ViANx0fhK8		
	YouTube	Visualização: 23	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:4	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 38		TOTAL DE CURTIDAS:17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 22: 6º kihon do kata Rohai No Kon		
	Link do vídeo:https://youtu.be/9ViANx0fhK8		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:6	Curtida:4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:36		TOTAL DE CURTIDAS:16	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 23: 7º kihon do kata Rohai No Kon		
	Link do vídeo:https://youtu.be/xxN1BnXgHV4		
	YouTube	Visualização: 25	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 24	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:1	Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:50		TOTAL DE CURTIDAS: 16	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 24: Kata Rohai No Kon completo		
	Link do vídeo:https://youtu.be/uTj3jtfjf0E		
	YouTube	Visualização: 28	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 25	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 55		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

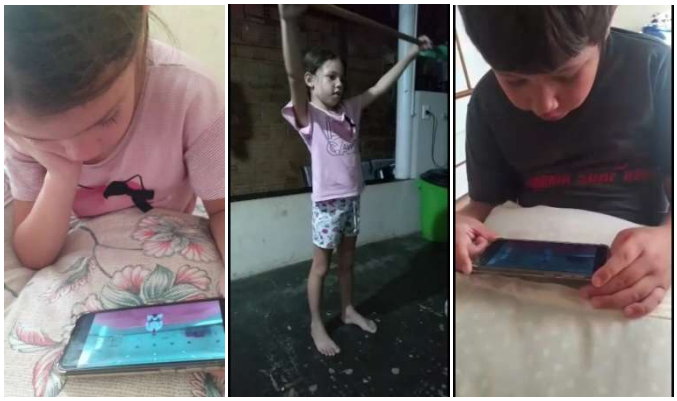
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 25:Kumite: técnicas de movimentação		
	Link do vídeo:https://youtu.be/vRdeBwjS2g4		
	YouTube	Visualização: 28	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 15	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 3

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 26: Fundamentos base Zenkutsu-dachi**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/w6NNyFwhuCs		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:1	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:28		**TOTAL DE CURTIDAS:14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 27: Fundamentos base Zenkutsu-dachi e Gedan Barai**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/72bklZleZZc		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 54	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:77		**TOTAL DE CURTIDAS:17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 28:Fundamentos base Zenkutsu-dachi e Oi-zuki**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/iHbz8DxbWHY		
	YouTube	Visualização: 22	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 18	Curtida: 12
	Instagram	Visualização:1	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:41		**TOTAL DE CURTIDAS:17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 29:1ª parte Kata Kihon Zenkutsu Dachi Dai Ichi**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/iHbz8DxbWHY		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 24	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:1	Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:45		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 30: 2ª parte Kata Kihon Zenkutsu Dachi Dai Ichi**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/T2qyJgavZn8		
	YouTube	Visualização: 23	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 22	Curtida: 12
	Instagram	Visualização:2	Curtida:4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:47		**TOTAL DE CURTIDAS:20**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 31:Kata Kihon Zenkutsu Dachi Dai Ichi completo**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/T7bO48TpS04		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 18	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:2	Curtida:4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:38		**TOTAL DE CURTIDAS:18**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 32: Kumite: kizami zuki e gyaku zuki		
	Link do vídeo:https://youtu.be/PL-fCL11NZg		
	YouTube	Visualização: 31	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 30	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:2	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 63		**TOTAL DE CURTIDAS: 18**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 804			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 279			

RETORNO DOS ALUNOS

José 3º ano- ECO



Anne Elyze Dias Brito 2º ano/ Eduardo Ponssiano Dias 3º ano - ECO

Davi 1º 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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando a Introdução/Covid-19”
TERÇA-FEIRA 22/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando a Respiração/Covid-19”
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando as Dobras,Reforços/Covid-19”
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Gravação do Vídeo: ‘Ensaiando a Expressão/Covid-19”
SEXTA-FEIRA 05/03/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando a Dicção/Covid-19”
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando o Posicionamento do Microfone/Covid-19”
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando a Movimentação/Covid-19”
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Completo/Covid-19”
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Introdução/Projetando Rimas”
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Respiração/Projetando Rimas”
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Dobras/Projetando Rimas”
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Expressão/Projetando Rimas”
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Dicção/Projetando Rimas”
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Posicionamento do Microfone/Projetando Rimas”
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Movimentação/Projetando Rimas”
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaiando/Completo/Projetando Rimas”
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

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

RELATÓRIO MENSAL
(REFERÊNCIA- MARÇO/2020) – TERMO DE COLABORAÇÃO N° 21/2019
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES
Coordenador Cientifico: João Eduardo Remaeh
Carga horária semanal: 20 horas

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

- Configuração do computador do saguão do planetário para acesso as imagens da ISS (estação espacial internacional);
- Acompanhamento da equipe do corte de grama e paisagismo da prefeitura no CIECC;
- Verificação do laboratório de Biologia e limpeza de microscópios;
- Organização do saguão do planetário;
- Limpeza dos telescópios em exposição no saguão do planetário (parte ótica e mecânica);
- Acompanhamento da troca das barras anti pânico para abertura das portas do CIECC;
- Verificação do serviço feito nas barras anti pânico para abertura das portas do CIECC;
- Acompanhamento do técnico (Luís), para localização do painel de força responsável pelas luzes de emergência do CIECC;
- Conserto da fechadura da sala da coordenação do saguão do planetário;
- Acompanhamento do técnico (Luís), para instalação das luzes de emergência no saguão do planetário;
- Verificação de funcionamento e limpeza dos microscópios do laboratório de Biologia;
- Verificação do funcionamento e ajustes do sintetizador de voz da máquina do planetário;
- Organização da mostra de informática do saguão do planetário;
- Limpeza do telescópio exposto no saguão do planetário, (ótica e mecânica);
- Verificação do perímetro do CIECC, e alambrados;
- Acompanhamento dos serviços de instalação das luzes de emergência no planetário.

São José do Rio Preto, 31/03/2021

Plano de Aula

(REFERENCIA- FEVEREIRO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03 à 05/03/21 ● "Ensaiando a Introdução/Covid-19" ● "Ensaiando a Respiração/Covid-19" ● "Ensaiando as Dobras,Reforços/Covid-19" ● 'Ensaiando a Expressão/Covid-19"	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 ● "Ensaiando a Dicção/Covid-19" ● "Ensaiando o Posicionamento do Microfone/Covid-19" ● "Ensaiando a Movimentação/Covid-19" ● "Ensaiando/Completo/Covid-19"	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 ● "Ensaiando/Introdução/Projetando Rimas" ● "Ensaiando/Respiração/Projetando Rimas" ● "Ensaiando/Dobras/Projetando Rimas" ● "Ensaiando/Expressão/Projetando Rimas"	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 ● "Ensaiando/Dicção/Projetando Rimas" ● "Ensaiando/Posicionamento do Microfone/Projetando Rimas" ● "Ensaiando/Movimentação/Projetando Rimas" ● "Ensaiando/Completo/Projetando Rimas"	

PLANO DE AULA 1

TEMA: "Ensaiando a Introdução/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Aperfeiçoar a Apresentação	
OBJETIVO GERAL: Conquistar a atenção do público e estimular a criatividade	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A INTRODUÇÃO", Podemos chegar e entrar todo mundo junto e um pegar o microfone e já fazer a introdução, ou podemos bolar uma encenação e entrar fazendo um teatro e referente a canção, mostrando cenas que diz respeito a mensagem da música, e depois a batida (Beat/Instrumental) entra e começamos a cantar. Vou fazer os dois exemplos, olhem isso…"Ficou legal né a introdução com encenação, então vamos fazer assim combinado? Bora ensaiar aí, qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Vivendo de Improviso (Pedro Improvisador)	

PLANO DE AULA 2

TEMA: "Ensaiando a Respiração/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Ter fôlego suficiente para transmitir melhor a mensagem	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o raciocínio e cuidar da saúde vocal	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A RESPIRAÇÃO", temos que aprender respirar na hora certa, se não perde o fôlego e aí compromete a performance da música e da mensagem, então vou mostrar pra vocês na prática onde respirar, observem toda vez que eu erguer o dedo é a hora que estou respirando ok? Viram aí né, então agora vão ensaiando isso aí na casa de vocês, e qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Biorki	

PLANO DE AULA 3

TEMA: "Ensaiando as Dobras,Reforços/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Palavras e Frases quando são "reforçadas de forma correta" causam mais impacto sonoro, e transmite melhor a mensagem	
OBJETIVO GERAL: Causar impacto, e transmitir a mensagem com mais eficácia, principalmente em quem está cantando	
PROCEDIMENTOS: Rádio boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "ENSAIAR AS DOBRAS/REFORÇOS". Toda música tem aquelas partes nas rimas chamam mais atenção e quando conseguimos acertar as dobras/reforços nessas palavras ou frases, o impacto sonoro que isso causa é considerável, mas tem que saber fazer do jeito certo e bem em cima, bem encaixado pra soar legal aos ouvidos e a mensagem chegar com mais impacto para quem está ouvindo, então vou mostrar como faz e aí vocês vão ensaiando também ok? Bora ensaiar aí, qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Helião RZO	

PLANO DE AULA 4

TEMA: "Ensaiando a Expressão/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Uma Música cantada com expressão, traz convicção , transmitir esperança, força etc	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a performance da apresentação e também extrair dentro de cada	

coração essa força, essa vontade e alegria de viver
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A EXPRESSÃO". Pois a uma grande diferença quando colocamos expressão, tanto na voz (Cantando com firmeza e alegria), quanto na expressão corporal também, vou mostrar alguns exemplos, então bora praticar aí, qualquer dúvida deixem nos comentários, uma abraço e até a próxima aula
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Criolo

PLANO DE AULA 5

TEMA: "Ensaiando a Dicção/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Ter uma boa Dicção é fundamental, essencial para o melhor entendimento das mensagens	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver uma boa Dicção e também uma boa Oratória	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A DICÇÃO" então vou mostrar um jeito, um método que já obtive bons resultados, é o seguinte, vocês tem que pronunciar cada sílaba, cada palavra abrindo bem a boca e pronunciá-las completamente, abrindo bem a boca e colocando expressão, vai ajudar muito, tenho certeza, então bora treinar aí, vão ensaiando a música inteira ok? qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Renan Inquérito	

PLANO DE AULA 6

TEMA: "Ensaiando o Posicionamento do Microfone/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Se o Microfone não capta bem o áudio, o público não consegue entender as mensagens	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o raciocínio e a atenção	
PROCEDIMENTOS: Rádio boombox e microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como	

interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "ENSAIAR O POSICIONAMENTO DO MICROFONE", numa apresentação com expressão é inevitável não mexer a cabeça e o corpo, então quero que vocês aprendam como manusear o microfone juntamente com a cabeça, mantendo o microfone na direção da boca sempre, então vou mostrar como faz e aí vocês vão ensaiando também ok? qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Helião RZO

PLANO DE AULA 7

TEMA: "Ensaiando a Movimentação/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Movimentar - se prende a atenção do público	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver uma apresentação Dinâmica, estimular o raciocínio e criatividade	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A MOVIMENTAÇÃO", uma apresentação Dinâmica com uma boa movimentação, é atrativo para quem está assistindo, desperta e prende a atenção do público, então vou mostrar aqui nessa aula como se movimentar e conduzir uma apresentação. Bora praticar aí? Vão ensaiando isso aí também, e qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Racionais	

PLANO DE AULA 8

TEMA: "Ensaiando/Completo/Covid-19"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Praticar os ensinamentos numa única performance para saber se estão aptos	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o raciocínio, a atenção e a criatividade	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos começar pela música "Covid-19"...Nessa aula vamos "FAZER UM ENSAIO COMPLETO", praticar tudo de uma vez as orientações das aulas anteriores, pois numa apresentação precisamos estar aptos para uma apresentação completa, então bora lá, vou fazer aqui, observam como faço e agora vão praticando na casa de vocês , qualquer dúvida deixem nos comentários. Um abraço e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MV Bill	

PLANO DE AULA 9

TEMA: "Ensaiando/Introdução/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Aperfeiçoar a apresentação	
OBJETIVO GERAL: Conquistar a atenção do público e estimular a criatividade	
PROCEDIMENTOS: Rádio boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos agora trabalhar isso na música "PROJETANDO RIMAS"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A INTRODUÇÃO", Podemos chegar e entrar todo mundo junto e um pegar o microfone e já fazer a introdução, ou podemos bolar uma encenação e entrar fazendo um teatro e referente a canção, mostrando cenas que diz respeito a mensagem da música, e depois a batida (Beat/Instrumental) entra e começamos a cantar. Vou fazer os dois exemplos, olhem isso…"Ficou legal né a introdução com encenação, então vamos fazer assim combinado? Bora ensaiar aí, qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Pedro Improvisador	

PLANO DE AULA 10

TEMA: "Ensaiando/Respiração/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Ter fôlego suficiente para transmitir melhor a mensagem	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o raciocínio, e cuidar da saúde vocal	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos agora trabalhar isso na música "PROJETANDO RIMAS"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A RESPIRAÇÃO", temos que aprender respirar na hora certa, se não perde o fôlego e aí compromete a performance da música e da mensagem, então vou mostrar pra vocês na prática onde respirar, observem toda vez que eu erguer o dedo é a hora que estou respirando ok? Viram aí né, então agora vão ensaiando isso aí na casa de vocês, e qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Biorki	

PLANO DE AULA 11

TEMA: "Ensaiando/Dobras/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Palavras e Frases quando são "reforçadas de forma correta" causam mais impacto sonoro, e transmite melhor a mensagem	
OBJETIVO GERAL: Causar impacto, e transmitir a mensagem com mais eficácia, principalmente em quem está cantando	

PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos agora trabalhar isso na música "PROJETANDO RIMAS"...Nessa aula vamos "ENSAIAR AS DOBRAS/REFORÇOS". Toda música tem aquelas partes nas rimas chamam mais atenção e quando conseguimos acertar as dobras/reforços nessas palavras ou frases, o impacto sonoro que isso causa é considerável, mas tem que saber fazer do jeito certo e bem em cima, bem encaixado pra soar legal aos ouvidos e a mensagem chegar com mais impacto para quem está ouvindo, então vou mostrar como faz e aí vocês vão ensaiando também ok? Bora ensaiar aí, qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Helião RZO

PLANO DE AULA 12

TEMA: "Ensaiando/Expressão/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Uma Música cantada com expressão, traz convicção , transmitir esperança, força etc	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a performance da apresentação e também extrair dentro de cada coração essa força, essa vontade e alegria de viver	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos agora trabalhar isso na música "PROJETANDO RIMAS""...Nessa aula vamos "ENSAIAR A EXPRESSÃO". Pois a uma grande diferença quando colocamos expressão, tanto na voz (Cantando com firmeza e alegria), quanto na expressão corporal também, vou mostrar alguns exemplos, então bora praticar aí, qualquer dúvida deixem nos comentários, uma abraço e até a próxima aula	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Criolo	

PLANO DE AULA 13

TEMA: "Ensaiando/Dicção/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Ter uma boa Dicção é fundamental, essencial para o melhor entendimento das mensagens	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver uma boa Dicção e também uma boa Oratória	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se	

fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos trabalhar isso agora na música "PROJETANDO RIMAS" Nessa aula vamos "ENSAIAR A DICÇÃO" então vou mostrar um jeito, um método que já obtive bons resultados, é o seguinte, vocês tem que pronunciar cada sílaba, cada palavra abrindo bem a boca e pronunciá-las completamente, abrindo bem a boca e colocando expressão, vai ajudar muito, tenho certeza, então bora treinar aí, vão ensaiando a música inteira ok? Qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Renan Inquérito

PLANO DE AULA 14

TEMA: "Ensaiando/Posicionamento do Microfone/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Se o Microfone não capta bem o áudio, o público não consegue entender as mensagens	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o Raciocínio e a atenção	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos agora trabalhar isso na música "PROJETANDO RIMAS"...Nessa aula vamos "ENSAIAR O POSICIONAMENTO DO MICROFONE", numa apresentação com expressão é inevitável não mexer a cabeça e o corpo, então quero que vocês aprendam como manusear o microfone juntamente com a cabeça, mantendo o microfone na direção da boca sempre, então vou mostrar como faz e aí vocês vão ensaiando também ok? Qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Mestre P (P.MC)	

PLANO DE AULA 15

TEMA: "Ensaiando/Movimentação/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Movimentar-se prende a atenção do público	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver uma apresentação Dinâmica, estimular o raciocínio e criatividade	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos agora trabalhar isso na música "PROJETANDO RIMAS"...Nessa aula vamos "ENSAIAR A MOVIMENTAÇÃO", uma apresentação Dinâmica com uma boa movimentação, é atrativo para quem está assistindo, desperta e prende a atenção do público, então vou mostrar aqui nessa aula como se	

movimentar e conduzir uma apresentação. Bora praticar aí? Vão ensaiando isso aí também, e qualquer dúvida deixem nos comentários, abraço, na próxima aula continuaremos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Racionais

PLANO DE AULA 16

TEMA: "Ensaiando/Completo/Projetando Rimas"	**Turma:** 1°,2°,3°,4° e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Praticar os ensinamentos numa única performance para saber se estão aptos	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o raciocínio, a atenção e a criatividade	
PROCEDIMENTOS: Rádio Boombox e Microfone	
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 mas muito importante. Criamos/Elaboramos três músicas já né, as músicas são: "Covid-19"/ "Projetando Rimas"/ "Ano Novo, Rima Nova". Então me digam, e se fossemos fazer uma apresentação agora, como iríamos chegar? Como iríamos nos comportar? Como interagir com o público? É isso que vamos ver e aprender, vamos trabalhar isso por tópicos, e deixar as músicas prontas para uma apresentação, vamos saber exercer nossa própria performance ok, Vamos trabalhar isso agora na música "PROJETANDO RIMAS" Nessa aula vamos "FAZER UM ENSAIO COMPLETO", praticar tudo de uma vez as orientações das aulas anteriores, pois numa apresentação precisamos estar aptos para uma apresentação completa, então bora lá, vou fazer aqui, observam como faço e agora vão praticando na casa de vocês , qualquer dúvida deixem nos comentários. Um abraço e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: MV Bill	

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): José Roberto Augusto			
OFICINA: Hip Hop / Rap			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 33: "Ensaiando a Introdução/Covid-19"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/z3VZWvge8kA		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		**TOTAL DE CURTIDAS: 18**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34: "Ensaiando a Respiração/Covid-19**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/4-Qs53u9LAs		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		**TOTAL DE CURTIDAS: 21**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 35: Ensaiando as Dobras, Reforços/Covid-19"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/3cM2CQTucBM		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36: "Ensaiando a Expressão/Covid-19"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/VBBHF-L25wM		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 37: "Ensaiando a Dicção/Covid-19"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/y7aGasfAuPs		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		**TOTAL DE CURTIDAS: 22**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 38: "Ensaiando o Posicionamento do Microfone/Covid-19"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/DUwbcHgW7o0		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº "Ensaiando a Movimentação/Covid-19"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/zFU9upYlaKE		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 40: "Ensaiando/Completo/Covid-19"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/sWnOhGxYF9E		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 41: "Ensaiando a Introdução/Projetando Rimas"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/fgwNPGxBaYY		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 42: "Ensaiando a Respiração/Projetando Rimas"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/ytGFBjFBmeA		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 6
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		**TOTAL DE CURTIDAS: 19**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 43: "Ensaiando as Dobras, Reforços/Projetando Rimas"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/8hu2lyRBPEE		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 44: "Ensaiando a Expressão/Projetando Rimas"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/FNHMIM0aFIo		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 45: "Ensaiando a Dicção/Projetando Rimas"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/w5lyYIs7krA		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		**TOTAL DE CURTIDAS: 18**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 46: "Ensaiando o Posicionamento do Microfone/Projetando Rimas"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/2Gvn2K3tL18		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 25	Curtida: 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		**TOTAL DE CURTIDAS: 27**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 47: "Ensaiando a Movimentação/Projetando Rimas"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/UatARTxb9W0		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		**TOTAL DE CURTIDAS: 25**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 48: "Ensaiando/Completo/Projetando Rimas"**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/iy--wNiSh5A		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		**TOTAL DE CURTIDAS: 23**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 303			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 302			

RETORNO DOS ALUNOS

Yago Henrique Paixão GaridoCristian Henrique Trevisan de Carvalho
Turma 4 –T- Escola Paul Percy HarrisTurma 4-T- Escola Paul Percy Harris

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 05 / 03 / 2021

Entrega das Apostilas/ Matrícula e Rematrícula no Núcleo da Escola Paul Percy Harris

UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karate-do	
Carga horária semanal: 16 horas	**Carga horária total:** 64 horas

	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
	1º SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 01/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata, Matsukaze parte I”.
TERÇA-FEIRA 02/03/21	- Entrega de material pedagógico - Gravação da aula “Kihon de kata, Matsukaze parte II”.
QUARTA-FEIRA 03/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata, Matsukaze parte III”.
QUINTA-FEIRA 04/03/21	- Entrega de material pedagógico - Gravação da aula “Kihon de kata, Matsukaze parte IV”.
SEXTA-FEIRA 05/03/21	
	2º SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Treinamento de maegueri”.
TERÇA-FEIRA 09/03/21	- Gravação da aula “Kata Matsukaze, parte I”.
QUARTA-FEIRA 10/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kata Matsukaze, parte II”.
QUINTA-FEIRA 11/03/21	- Gravação da aula “Kihon de mawashi gueri”.
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
	3° SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kumite”.
TERÇA-FEIRA 16/03/21	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Treinamento de equilíbrio”.
QUARTA-FEIRA 17/03/21	- Gravação da aula “Aquecimento”.
QUINTA-FEIRA 18/03/21	- Gravação da aula “Treinamento de defesas básicas no kumite”.
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
	4° SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata, técnicas de mão aberta”.
TERÇA-FEIRA 23/03/21	- Gravação da aula “Kihon de kata”.
QUARTA-FEIRA 24/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Mawate na base Zenkutsu”.
QUINTA-FEIRA 25/03/21	- Gravação da aula “Kihon de kumite”.
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

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

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Luana Cardoso dos Santos	
OFICINA: Karate-do	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	**CARGA HORARIAL MENSAL:** 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/03 à 05/03/21 • Kihon de kata, Matsukaze parte I • Kihon de kata, Matsukaze parte II • Kihon de kata, Matsukaze parte III • Kihon de kata, Matsukaze parte IV	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 • Treinamento de maegueri • Kata Matsukaze, parte I • Kata Matsukaze, parte II • Kihon de mawashi gueri	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 • Kihon de kumite • Treinamento de equilíbrio • Aquecimento • Treinamento de defesas básicas no kumite	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 • Kihon de kata, técnicas de mão aberta • Kihon de kata • Mawate na base Zenkutsu • Kihon de kumite	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Kihon de kata, Matsukaze parte I	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menoscomplexas na hora da execução do kata.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas paraposteriormente utilizá-las dentro do kata Matsukaze.	
PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula damelhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Na nossa aula de hoje vamos trabalhar o kihon, kihon é um treinamento de algumas técnicas. 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. Vamos para o kihon de kata, o kata para quem não sabe é uma luta imaginária. Kamai. Hoje vamos fazer um kihon do kata Matsukaze, para posteriormente aprendermos o kata. Vamos fazer a nekoashi, para os dois lados e com a mão da defesa shuto uke. Uma mão fica na linha da barriga e a outra lá na frente. Na hora de girar, o pé que está na frente é quem realiza primeiro o movimento. Vamos fazer uma vez para cada lado e depois retornar ao kamai. Muito bem! A próxima técnica do nosso kata vai ser na base kokutsu, coloca uma perna para o lado e na mesma direção, as duas mãos puxam o rikite. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem, pessoal! Essas técnicas de hoje são do próximo kata que iremos aprender, treinem bastante! E não se esqueçam de mandar fotos pra sensei de vocês	

realizando essa aula! Osu! Até a próxima, pessoal!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Kihon de kata, Matsukaze parte II	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menoscomplexas na hora da execução do kata.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas paraposteriormente utilizá-las dentro do kata Matsukaze.	
PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula damelhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, 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 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 dar continuidade ao kihon de kata (luta imaginária). Kamai. Agora encolhe e abre a perna para o lado, essa é a postura que paramos na aula passada. Daqui, vai virar a perna que esta esticada e fazer dois zuki. Essa base que formou agora é chikodachi, as duas pernas possuem a mesma pressão, o mesmo peso. Cada hora vai trocar o lado. Ok? A segunda técnica, faremos a base zenkutsu dachi com o movimento de braço com as mãos esticadas em “X”. Cada hora uma mão e uma perna ficam a frente. Agora, acrescentaremos mais um movimento a esse, a mão que esta em cima vai puxar e fechar trazendo-as em direção ao peito e depois esticando para o lado. Muito bem! Kamai. Conseguiram aprender os movimentos? Espero que sim! Treinem bastante! Não se esqueçam de mandar fotos e vídeos de vocês realizando as atividades. Curtam e compartilhem nossos vídeos! Osu! Até a próxima, pessoal!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Kihon de kata, Matsukaze parte III	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menoscomplexas na hora da execução do kata.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas paraposteriormente utilizá-las dentro do kata Matsukaze.	
PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula damelhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, 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 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. Bom, na aula de hoje vamos fazer um kihon de kata. As técnicas de hoje são um pouco mais avançadas, vamos partir da posição da técnica de nekoashi e uma perna fica no chão e a outra sobe e se apoia outra, desta maneira. Um pé só vai ficar no chão. E junto com esse movimento vamos fazer o de braço, uma mão fica a frente e a outra vai bater no antebraço, as duas abertas. Certo? Vamos fazer	

o movimento devagar agora, a mão da frente fica na altura do rosto. Equilibrem-se! Agora vamos fazer a mesma coisa do outro lado. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora vamos acrescentar mais um movimento a essa postura, o pé que está apoiado na perna vai para o chão fazendo a postura de kokutsu dachi, e a mão que estava no antebraço vai fazer um soco para frente, gira os pés e vamos fazer outro soco com a mão que estava no rikite. Muito bem! Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!Bom, espero que tenham gostado da aula pessoal. Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Até a próxima!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 4

TEMA: Kihon de kata, Matsukaze parte IV	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: As técnicas foram passadas e separadas em grupos para que fiquem menoscomplexas na hora da execução do kata.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é fazer com que o aluno aprenda novas técnicas paraposteriormente utilizá-las dentro do kata Matsukaze.	
PROCEDIMENTOS: As técnicas do kata foram estudadas pela professora e divididas por aula damelhor maneira para que os alunos conseguissem aprendê-las.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, criançada! Como vocês estão? Espero que bem! Vamos lá para uma aula de karatê? Eu sou a sensei Luana e espero que gostem da nossa aula de hoje. Na aula vamos continuar trabalhando um kihon de kata, o kata é a luta imaginária e o kihon é o treinamento disso. 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. Bom, no vídeo anterior paramos na postura de kokutsu e fazendo dois movimentos de braço. Hoje daremos continuidade e acrescentaremos mais dois movimentos ao que já realizamos. Kamai. Kokutsu dachi fazendo um soco, em seguida gira as pernas para o outro lado fazendo soco de novo. O próximo movimento, a mão esquerda vai abrir e ficar a frente e no último movimento a mão que está aberta vai em direção ao braço (bíceps) e a outra realiza um soco. A cada movimento a perna troca de direção. Muito bem! Decoraram a sequencia? No próximo movimento vamos parar na postura de soco gyaku zuki, a perna que esta a frente vai para o lado fazendo um giro junto a mão fazendo um gancho em baixo e subindo do lado da cabeça, os pés fazem a postura de hachiji dachi. Difícil, pessoal? O karatê-do é a prática, quanto mais praticamos melhor ficamos. Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Kihon de maegueri	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o golpe maegueri.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é ensinar duas formas de executar o chute maegueri, trabalhando o equilíbrio, coordenação motora e força.	
PROCEDIMENTOS: Primeiro foi ensinado o golpe com a perna que está atrás, logo após o outro com a perna da frente. No final pudemos juntar os dois para que o aluno consiga assimilar a diferença entre eles.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, criançada! Como vocês estão? Espero que bem! Vamos lá para	

uma aula de karatê? Eu sou a sensei Luana e espero que gostem da nossa aula de hoje.
Na aula de hoje vamos treinar um golpe de kumite, que é a parte de luta do karatê. Nosso golpe de hoje é um golpe de perna, mais conhecido como maegueri. No karatê temos vários chutes, o que faremos hoje é o chute reto. Repitam comigo o nome dele: Maegueri! Vamos lá! Kamai. Sempre iniciamos com a postura de luta, uma perna na frente e outra atrás, chamada kamai te. Nós temos o kizami maegueri e o maegueri que é o que vamos começar. O chute é com a perna de trás, primeiro passo é levantar o joelho a frente, depois estica a perna e retorna novamente para a guarda. No chute do karatê não podemos deixar a perna na frente, temos que puxá-la. Isso se chama rikiashi. Vamos fazer o chute um pouco mais rápido agora. Troca à perna! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!
Agora vamos fazer o mesmo chute, porém com a perna que esta na frente, ou seja, o kizami maegueri. Vai puxar a perna que está na frente e levantar o joelho fazendo o chute, colocando todo o peso na perna que está atrás. Vamos lá! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora vamos misturar os dois chutes, em cada contagem vai fazer a perna de trás e a perna da frente, certo? Muito bem! Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Aprenderam o chute? Espero que sim! Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); https://www.youtube.com/watch?v=U3KxTSadA7A

PLANO DE AULA 6

TEMA: Kata Matsukaze, parte I	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar aos alunos um novo kata, chamado Matsukaze.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é elevar o nível técnico dos alunos com movimentosdiferentes 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. Também foi dividido em duas partes, para que o aluno consiga gravar melhor a sequência sem que fique muita informação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana, vamos para uma aula de karatê? 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 começar o kata matsukaze, esse kata tem um grau de dificuldade um pouquinho mais devido aos seus movimentos mais complexos e que não estamos tão acostumados a fazer. Nas aulas anteriores fizemos um kihon preparatório, então tudo o que aprendemos lá vamos trazer agora para dentro do kata, dessa sequência. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Nome; Matsukaze. Nawate. Kamai. Esse kata, diferente dos outros começa para o lado direito. Encolhe e prepara as mãos para fazer a nekoashi com o movimento de shuto uke, agora vai abrir a perna da frente fazendo a base kokutsu e puxando as duas mãos para o rikite. Vamos fazer tudo novamente! Depois vai virar a perna no mesmo lugar fazendo a base chiko dachi seguida de dois socos. Muito bem! Agora, vai avançar com a perna direita e fazendo o movimento de morote com o braço. Traz a mão no peito e abre para o lado. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! E ai, conseguiram aprender até essa parte? Espero que sim! Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha.	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Kata Matsukaze, parte II	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar aos alunos um novo kata, chamado Matsukaze.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é elevar o nível técnico dos alunos com movimentosdiferentes 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. Também foi dividido em duas partes, para que o aluno consiga gravar melhor a sequência sem que fique muita informação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Na aula de hoje vamos terminar o kata Matsukaze. 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. Nós paramos nessa parte, então vamos dar a continuidade, mas antes vamos relembrar o que já fizemos. Daqui, vamos fazer a nekoashi com o shuto uke para o lado esquerdo três vezes. Agora, vai ficar com o apoio de um pé somente, o outro fica apoiado na perna, a mão esticada na frente do corpo e a outra no antebraço. Depois vai abrir a perna na base kokutsu, fazendo um soco, após isso outro soco e girando as pernas trocando a direção, troca a direção novamente abrindo uma mão e puxando a outra no rikite, e depois na última troca de direção vamos levar a mão que estava à frente ao bíceps fazendo um soco com a outra. Agora vamos virar para as costas fazendo o mawate, e vai repetir todos os movimentos que fizemos do outro lado. Agora vamos fazer o movimento de defesa guedan barai para frente, e avançar um oi zuki. Em seguida vai andar para trás trocando a direção, fazendo uma guedan barai seguida de um gyaku zuki e um maegueri. Vamos repetir isso três vezes. O último movimento vai movimentar a perna da frente, fazendo um giro e com o braço um gancho passando por baixo e subindo em seguida. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Standart kata Saito-ha.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Kihon de mawashi gueri	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar e melhorar o golpe mawashi.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é ensinar duas formas de executar o chute mawashi gueri, trabalhando o equilíbrio, coordenação motora e força.	
PROCEDIMENTOS: Primeiro foi ensinado o golpe com a perna que está atrás, logo após o outro com a perna da frente. No final pudemos juntar os dois para que o aluno consiga assimilar a diferença entre eles.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, galera! Como vocês estão? Todo mundo bem? Espero que sim! Eu sou a sensei Luana e vamos para uma aula de karatê? Preparados? 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 o golpe mawashi que é um movimento de kumite, que é a parte de luta do karatê. O mawashi, diferente do maegueri é um chute circular, e a parte que vai acertar o alvo é a parte de cima do pé, que nós chamamos no karatê de “peito do pé”. Kamai te, posição de luta.	

Vamos começar com o mawashi, que é com a perna que está atrás. Levantou o joelho já girando o quadril e também o pé que está de apoio no chão enquanto o outro pé vai fazer o movimento de esticar e retornar. É muito importante o giro do pé para que o quadril possa girar também e realizar o movimento corretamente. Muito bem! Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora faremos o kizami mawashi que é o golpe com a perna da frente. O chute é o mesmo, mas agora o faremos com a perna que está na frente. O giro acontece no pé que está posicionado atrás. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Conseguiram fazer esse chute? Podemos fazer ele tanto na altura chudan (peito) ou na altura jodan (cabeça). Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=CDGhLVIqXEo&list=RDQMIRibPSX_-qs&start_radio=1; https://www.youtube.com/watch?v=cUPTKOyfb7Q

PLANO DE AULA 9

TEMA: Kihon de kumite	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Melhorar a lateralidade no golpe kizami zuki.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula, além de treinar a lateralidade do aluno no golpe kizami zuki é ensinar também qual é o lado esquerdo e qual é o lado direito, pois muitos ainda confundem e tem muita dificuldade em saber qual o lado correto.	
PROCEDIMENTOS: Essa aula foi planejada pela sensei diante da dificuldade dos alunos em distinguir lado direito e esquerdo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Eu sou a sensei Luana. Vamos para uma aula de karatê? Vamos para o nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta:Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Para nossa aula precisaremos de dois cones, ou duas garrafas, o que tiverem ai em casa. Para aquecer nosso corpo, vamos movimentar lateral de um cone para o outro. Muito bem! Agora, vamos correr até a frente e retornar, de um cone para o outro também. Respira e descansa um pouco! No próximo movimento vamos deslocar para a lateral, porém quando chegar ao cone vai agachar e tocar a mão no cone. Certo? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora que já aquecemos, vamos aos golpes. Kamai te. Vamos fazer o golpe kizami zuki trocando a direção dos cones, fazendo o golpe de um lado e do outro. Porém vai ter o comando do lado correto que tem que realizar o golpe primeiro. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Gostaram da aula? Espero que sim! Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Treinamento de equilíbrio	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o equilíbrio dos alunos.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é melhorar o equilíbrio dos alunos para a realização de movimentos no karatê e na sua vida cotidiana.	
PROCEDIMENTOS: Nessa aula utilizamos cones para demarcar o espaço onde seria feito os exercícios.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, criançada! Como vocês estão? Preparados para uma aula de karatê? Eu sou a sensei Luana. Vamos lá? 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 pouco uma coisa que é muito importante dentro do karatê, que é o equilíbrio. Pra muitos golpes nós ficamos apoiados com apenas um pé, movimentos de giros, então para isso é muito importante que tenhamos um bom equilíbrio. No primeiro exercícios pegaremos uma corda, ou pode fazer uma risca no chão e vamos andar em cima da corda, com um pé e depois o outro e tomando muito cuidado para não sair e pisar fora. Vamos lá! E depois vai voltar fazendo a mesma coisa, porém, andando de costas. Muito bem! E ai, conseguiram fazer sem cair? Agora para o próximo exercício vamos precisar de um cone, ou chinelo, qualquer coisa para marcar o espaço. Vai ficar com uma perna para cima e a outra apoiada no chão. Agora vamos saltar para o outro lado dos cones trocando a perna que esta erguida com a que está apoiada no chão. Equilibra! Muito bem! Vai continuar com o mesmo movimento de perna, porém, vamos acrescentar um chute reto (maegueri). Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! E ai, pessoal, como está o equilíbrio? Espero que bom! Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!

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

PLANO DE AULA 11

TEMA: Aquecimento	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o condicionamento físico dos alunos.	
OBJETIVO GERAL:O Objetivo dessa aula é fazer com que os alunos realizem exercícios que vãocontribuir para um melhor desempenho nos treinamentos do karatê.	
PROCEDIMENTOS:A aula foi planejada baseada em movimentos que fazemos dentro do karatê, alguns com um grau um pouco maior de dificuldade.	

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, galera! Como vocês estão? Espero que bem! Eu sou a sensei Luana e hoje vamos para uma aula de karatê. Para iniciar vamos fazer 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.
Na aula de hoje vamos trabalhar um pouco de fortalecimento, vamos fazer uma série de exercícios para que a gente fique mais forte e consiga melhorar o nosso desempenho dentro das aulas. Ok? O primeiro é o polichinelo, vamos fazer quinze vezes. Muito bem! O próximo é a alternância de perna, coloquem a mão no chão e vamos trocar as pernas de lugar quinze vezes. Respira! Agora vamos abrir e fechar as pernas, quinze vezes! O próximo, pra deixar nossos braços fortes, é a flexão de braço, vamos fazer dez vezes. Muito bem! Agora vamos fazer o abdominal abraçando as pernas. Não pode colocar as mãos no chão! Conseguiram? O próximo vai tocar a mão no calcanhar, quinze vezes. E o último, vai elevar o joelho. Muito bem! Gostou pessoal? Se quiser podem repetir mais vezes. Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!

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

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treinamento de defesas básicas no kumite.	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar e aprimorar a defesa dos alunos no kumite.	

OBJETIVO GERAL:O Objetivo dessa aula é ensinar técnicas de defesas do kumite para os alunos.
PROCEDIMENTOS: As defesas foram ensinadas uma a uma e no final para aumentar o grau de dificuldade acrescentamos um movimento de ataque.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, 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 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 fazer um treino de kumite que é luta do karatê. Mais especificamente vamos trabalhar as defesas básicas da luta, ok? Vamos lá! Kamai te. Primeira defesa vai abrir a mão a frente e deslocá-la para o lado. Como se estivesse tirando um mosquito do rosto. Agora vamos acrescentar um ataque (gyaku zuki) a essa defesa, a mão que está atrás faz o golpe. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! A próxima é em nível baixo, seria igual a guedan barai que fazemos no kata. Muito bem! Agora vamos acrescentar também o golpe gyaku. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Conseguiram aprender as defesas? Espero que sim! .Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 13

TEMA: Kihon de kata, técnicas de mão aberta.	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar técnicas diferente das que os alunos já estão acostumados, que são com as mãos fechadas.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é trabalhar técnicas de mãos abertas, fazendo com que exija maior concentração, coordenação motora e atenção do aluno na realização das mesmas.	
PROCEDIMENTOS:A aula foi planejada baseada em movimentos que temos dentro dos katas, alguns com um grau um pouco maior de dificuldade.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, criançada! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Na aula de hoje vamos trabalhar técnicas de mãos abertas. 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. A primeira técnica que vamos fazer é uma que já estamos mais acostumados, o shuto uke. Uma mão fica na barriga e a outra lá na frente com os dedos bem colados, a base é a zenkutsu dachi. Cada vez que avançar as mãos trocam de lugar. Muito bem! Agora vamos fazer só o movimento de braço, para melhorar a técnica. Kamai. Essa técnica que acabamos de realizar chama-se shuto uke. Agora vamos pra uma técnica que se chama teisho, a força se localiza no “calcanhar” da mão, como chamamos no karatê, a mão fica virada para frente e com os dedos um pouco flexionados. Vamos acrescentar a base kokutsu a esse movimento de teisho, os pés só vão trocar a direção. Muito bem! E a última técnica de mão aberta vai ser o Kakete, uma mão fica posicionada na barriga com a palma da mão para baixo e a outra mão fica estendida na frente como se estivesse pegando algo. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do	

KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 14

TEMA: Kihon de kata	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar aos alunos técnicas de diversos katas.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é trabalhar diferentes técnicas de katas em uma sequência para que expanda o conhecimento do aluno dentro do karatê e também a atenção, coordenação motora e lateralidade.	
PROCEDIMENTOS: As técnicas foram explicadas e executadas de maneira mais lenta para que depois pudessem ser feitas mais rápidas. As técnicas foram retiradas de alguns katas específicos e montadas em uma sequência.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá, criançada! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem. Eu sou a sensei Luana. Vamos paramais uma aula de karatê? Na aula de hoje vamos trabalhar técnicas de mãos abertas. 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. Hoje vamos trabalhar um kihon de kata, vamos fazer técnicas aleatórias de vários katas para melhorar nossa técnica e também a coordenação motora. O primeiro movimento é do kata pinan nidan, vamos fazer a mão como se fosse um martelo, ela vai subir um pouco e despois descer ficando alinhada com o cotovelo. Junto a essa técnica vamos fazer também a base nekoashi. Vai avançar e recuar! Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! A próxima técnica também é de um começo de um kata, o pinan yondan. As duas mãos vão ficar abertas, uma vai ficar a frente e a outra na linha da cabeça, bem próxima à sobrancelha. Na troca de base, vai abaixar as duas mãos trazendo-as perto da cintura e invertendo a posição e tudo isso na base nekoashi. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! A terceira técnica é do kata pinan Sandan, vamos estar em kamai e em seguida avançar fazendo um nukite com a base de zenkutsu dachi e depois só girar os pés para trás fazendo uma kokutsu puxando a mão na linha do glúteo. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Mawate na base Zenkutsu.	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Ensinar a troca de direção na base Zenkutsu.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é além de trabalhar a troca de direção na base zenkutsu também melhorar a lateralidade do aluno e coordenação motora, já que este kihon exige isso.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram ensinados de forma verbal, para depois serem ensinados da forma visual de maneira bem lenta para um bom entendimento das técnicas.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, 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 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. Hoje vamos trabalhar um kihon de kata, e mais especificamente o mawate, que é a troca de direção das bases. Iniciaremos pela base zenkutsu dachi que já estamos mais acostumados a ela. Nessa	

base, vocês vão aprender que movimentamos sempre a perna que está mais livre de peso, que nesse caso é a perna que está atrás. Vai jogar a perna para o lado e fazer o giro para as costas. Agora vamos acrescentar algumas técnicas de braço, primeira será a guedan barai, vai fazer o mawate junto com a defesa. Agora vamos acrescentar mais um movimento. Após a defesa vamos avançar na base fazendo um oi zuki e em seguida fazendo o mawate novamente. Conseguiram aprender o mawate? Espero que sim! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.

PLANO DE AULA 16

TEMA: Kihon de kumite	**Turma:**1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Melhorar agilidade e coordenação motora dos alunos.	
OBJETIVO GERAL:O objetivo dessa aula é através dos cones melhorar a coordenação motora e agilidade dos alunos, além de também trabalharmos o movimento do chute.	
PROCEDIMENTOS: Nessa aula utilizamos vários cones, ou algum outro objeto para trabalharmos amovimentação de kumite em volta como um obstáculo e um centro.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E ai, galerinha! Como vocês estão? Espero que bem. Eu sou a sensei Luana. Vamos para uma aula de karatê? Para a nossa aula de hoje vamos precisar de cones ou vidros de detergente, garrafas, o que vocês conseguiram arrumar ai em casa. 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. Posicionem os objetos da mesma forma que a sensei posicionou e pra começar vamos fazer um zig e zag sem trombar nos cones, em? Conforme melhorar a coordenação, pode aumentar a velocidade. O próximo movimento é o salto por cima dos cones, tentem saltar com os pés juntos. Muito bem! Agora, vamos fazer de frente para o cone e voltar de costas contornando os cones. Conseguiram? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! No próximo exercício vamos utilizar apenas um cone, faremos um trabalho para melhorar o chute, somente vai levantar a perna de um lado para o outro subindo o máximo possível o joelho. Muito bem! Troca a perna! Kamai. Agora, vamos esquecer o cone e fazer o mesmo movimento de perna, porém soltando o chute e esticando a perna. Não se esqueçam de girar muito bem a perna que está de apoio no chão. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Não deixem de curtir, comentare compartilhar nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocêsrealizando nossas atividades, tá ok? Um beijo! Oss! Muito obrigada eaté a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do KyoshiUbiratan de Souza Lima (7º Dan).	

UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Luana Cardoso dos Santos			
OFICINA: Karate-do			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 33:** Kihon de kata, matsukaze parte I		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=pYi90a4zIrQ&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=33		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 2	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34:** Kihon de kata, matsukaze parte II		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=9xmGVxgasLo&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=34		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		**TOTAL DE CURTIDAS: 22**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 35:** Kihon de kata, matsukaze parte III		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=VV46AWX243g&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=35		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 15
	Instagram	Visualização: 2	Curtida:7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36:** Kihon de kata, matsukaze parte IV		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=b4hGIpHRtOQ&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=36		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 15
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		**TOTAL DE CURTIDAS: 23**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 37: Treinamento de maegueri**		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=XbSbnXvAxik&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=37		
	YouTube	Visualização: 22	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 83	Curtida: 16
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 106		**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 38: Kata Matsukaze, parte I		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=ztDAnuTOlHw&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=38		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 14
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		**TOTAL DE CURTIDAS:23**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 39: Kata Matsukaze, parte II		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=afbG-yjBo0c&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=39		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 14
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		**TOTAL DE CURTIDAS:23**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 40: Kihon de Mawashi geri		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=atnY3LA-YoI&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=40		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		**TOTAL DE CURTIDAS: 23**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 41: Kihon de kumite		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=zPblAr4j3Fg&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=41		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:17		**TOTAL DE CURTIDAS: 23**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 42: Treinamento de equilíbrio		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=CZ-fj77645I&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=42		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		**TOTAL DE CURTIDAS:16**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 43: Aquecimento		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=tSn4UudrVGs&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=43		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 13

	Instagram	Visualização: 2	Curtida:8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:14		**TOTAL DE CURTIDAS: 23**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 44: Treinamento de defesas básicas no kumite**		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=WKaWcc882Fg&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=44		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 45: Kihon de kata, técnicas de mão aberta**		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=nZ7J5Rm0FWo&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=45		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:17		**TOTAL DE CURTIDAS:16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 46: Kihon de kata**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=HGYXn7Sdgh4&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=46		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 47: Mawate na base zenkutsu**		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=l3oiQOZfexI&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=47		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 48: Kihon de kumite**		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=TrZHAFYkuSo&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=48		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		**TOTAL DE CURTIDAS: 11**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 367			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 314			

RETORNO DOS ALUNOS

Heitor Henrique Ribeiro Simionato, 3º ano/ Arthur Ribeiro Simionato, 1º ano.

Thayla Nicole Duarte de Lima, 2º ano/ Maryah Emanuelle Ramos dos Santos, 4º ano.

Rafael José Duran Silva, 3º ano/ Davi Artur Pereira dos Santos

João Gabriel Conserva Valente Silva, 4º ano/ Maria Fernanda Conserva Valente Silva, 3º ano/ Carlos Eduardo Conserva Valente Silva, 1º ano.

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 04/03 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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03/21	Pesquisa e estudo das técnicas, treinamento, ensaio e vídeo teste e em seguida gravação da vídeo Técnicas da corda bamba adaptada.
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Entrega de material impresso e rematrículas.
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Entrega de material impresso e rematrículas.
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Pesquisa e estudo dos movimentos e das técnicas da corda bamba, treinamento, vídeo teste e em seguida gravação da vídeo Corda bamba adaptada com cabo de vassoura parte1.
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Pesquisa de novas técnicas, treinamento dos movimentos com a corda bamba adaptada e vídeo teste. Em seguida gravação da vídeo aula Corda bamba adaptada com cabo de vassoura parte 2.
	2º SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Pesquisa de movimentos, treinamentos das técnicas de equilibrismo com bastão, ensaio e vídeo teste. Gravação da vídeo aula Técnica de equilibrismo com bastão.
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Entrega de material impresso e rematrículas.
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Estudos e pesquisa de novos movimentos de equilibrismo, treinamento e ensaio para depois a gravação da vídeo Equilibrismo com bastão parte 1.
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Treino dos movimentos de equilibrismo com bastão, vídeo teste para corrigir possíveis erros e gravação da vídeo aula Equilibrismo com bastão parte 2.
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
	3° SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Estudo sobre os movimentos do desafio de equilibrismo, preparação do material utilizados na aula e gravação da vídeo aula Desafio de equilibrismo com bastão.
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Reunião pedagógica no Google Meet, com 1:00 hora de duração
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Preparação do cenário, treinamento de novos movimentos de fortalecimento para arte circense, teste para a gravação da vídeo aula. Em seguida gravação da vídeo aula Treino de fortalecimento para arte circense parte 1.
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Pesquisa e estudo dos movimentos de treinamento de fortalecimento, treinamento, vídeo teste e em seguida gravação da vídeo Treino de fortalecimento para arte circense parte 2.
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
	4° SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Confecção e treinamentos dos movimentos com claves adaptadas, e gravação da vídeo da aula Confecção e técnica de malabares com claves adaptadas.
TERÇA-FEIRA 23/03/21	

QUARTA-FEIRA 24/03/21	Pesquisa de novos movimentos malabares com claves, gravação de vídeo teste e em seguida gravação da vídeo aula Malabares com claves adaptada parte 1.
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Planejamento para a gravação da vídeo aula, estudo de movimentos de malabares com claves adaptadas e gravação da vídeo Malabares com claves adaptada parte 2.
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (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 01/03 à 05/03/21 • Aula 25 Técnicas da corda bamba adaptada. • Aula 26 Corda bamba adaptada com cabo de vassoura parte 1. • Aula 27 Corda bamba adaptada com cabo de vassoura parte 2.	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 • Aula 28 Técnica de equilibrismo com bastão. • Aula 29 Equilibrismo com bastão parte 1. • Aula 30 Equilibrismo com bastão parte 2.	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 • Aula 31 Desafio de equilibrismo com bastão. • Aula 32 Treino de fortalecimento para arte circense parte1. • Aula 33 Treino de fortalecimento para arte circense parte2	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 • Aula 34 Confecção e técnica de malabares com claves adaptadas. • Aula 35 Malabares com claves adaptadas parte 1. • Aula 36 Malabares com claves adaptadas parte 2.	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Aula 25 Técnicas da corda bamba adaptada.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Eles andam em uma corda bamba, sem nenhum apoio. Só de pensar, a ideia pode dar calafrios aos menos aventureiro	
OBJETIVO GERAL: aumentar as técnicas de clown dos alunos, misturando duas atividades em uma única aula. Trabalhando o equilíbrio na corda bamba, atenção, noção de espaço em meio a tudo isso interpretando o seu clown nessa atividade divertida, como eu sempre falo para o clown não existe o certo ou errado e sim o divertido o alegre e o respeito a cima de tudo.	
PROCEDIMENTOS: Arrumação do cenário, treinamento da técnica, escolha de figurino e maquiagem, materiais utilizados para a gravação e a própria gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,professor de arte circense. E hoje vamos trabalhar técnicas da corda bamba adaptada, explicação e demonstração dasatividades e em seguida execução dos movimentos. Mais uma vez o professor espera que vocêsestejam bem se cuidando e aguardo vocês a nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:http://www.fedec.eu/file/220/download. Acessado em 01/03/2021. https://www.correiobraziliense.com.br/app/noticia/cidades/2009/02/22/interna_cidadesdf,81706/corda-	

bamba-de-circo-vira-esporte-radical.shtml acessado em 0/03/2021.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Aula 26 Corda bamba adaptada com cabo de vassoura parte 1.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Equilibrismo é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicas que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio.Alguns exemplos exibições (normalmente circenses) de equilibrismo são a manipulaçãode malabares, balizas, monociclo, perna de pau, funambulismo (corda bamba), devil sticks ealgumas 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 pararealização da aula, treinamento dos movimentos. Gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,professor de arte circense. E hoje vamos trabalhar equilíbrio na corda bamba adaptada com cabo de vassoura, vamos precisar de um cabo de vassoura. Explicação e demonstração dasatividades e em seguida execução dos movimentos. Mais uma vez o professor espera que vocêsestejam bem se cuidando e aguardo vocês a nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:ttp://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168 acessado em 04/03/2021. https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7__U&list=WL&index=25 acessado em 04/03/2021.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Aula 27 Corda bamba adaptada com cabo de vassoura parte 2.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Equilibrismo é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicas que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio. Alguns exemplos exibições (normalmente circenses) de equilibrismo são a manipulação de malabares, balizas, monociclo, perna de pau, funambulismo (corda bamba), devil sticks e algumas acrobacias.	
OBJETIVO GERAL: Os objetivos específicos foram desenvolver e utilizar a intuição, criatividade, imaginação, improvisação. Desenvolver corporal por meio da arte circense do malabarismo de lançamento, melhorar a autoestima e confiança de cada aluno; possibilitar a criança identificar as possibilidades de movimentos do próprio corpo, o equilíbrio, a coordenação motora (corpo) e de manipulação (mãos).	
PROCEDIMENTOS: Separando os matérias necessários para realização da vídeo aula, vídeo teste para melhorar a iluminação, áudio e correção de movimentos. Gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje trago algumas atividades de equilibrismo com o nosso cabo de vassoura. Eu vou abordar com vocês hoje equilíbrio. Explicação e execução da atividade. Mais vez espero quevocês tenham gostado e feliz dia das crianças e espero vocês na nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www2.unesp.br/portal#!/noticia/13500/arte-circense-na-escola-malabares-e-equilibrismo/ acessado em 0 05/03/2021. https://pt.wikipedia.org/wiki/Equilibrismo acessado em 05/03/2021. https://www.youtube.com/watch?v=buxDHjhWrOU&t=225s acessado em 05/03/2021.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Aula 28 Técnica de equilibrismo com bastão.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA:traves de mais uma brincadeira muito divertida, os alunos podem vivenciar alguns experiencias da arte circense. Com o equilibrismo de objetos.	
OBJETIVO GERAL: Movimentos corporais associados ao equilibrar; Vivenciar situações de equilíbrioestático, 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, professor de arte circense. E hoje nossa aula vamos conhecer algumas técnicas de equilibrismo com bastão. Explicação e execução da atividade proposta. Espero que vocês tenham gostado, espero que vocês estejam fazendo nossas aguardo vocês na nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ttp://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168 acessado em 08/03/2021.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Aula 29 Equilibrismo com bastão parte 1.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Equilibrismo é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicasque envolvem a capacidade de manter o equilíbrio.	
OBJETIVO GERAL: Os objetivos específicos foram desenvolver e utilizar a intuição, criatividade, imaginação, improvisação. Desenvolver corporal por meio da arte circense do malabarismo de lançamento, melhorar a autoestima e confiança de cada aluno; possibilitar a criança identificar as possibilidades de movimentos do próprio corpo, o equilíbrio, a coordenação motora (corpo) e de manipulação (mãos).	
PROCEDIMENTOS: Escolha do material a ser equilibrado, testes, treinos, ensaios para aperfeiçoar osmovimentos. Gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. Vamos dar continuidade nos nossos vídeos de equilibrismo, para o nosso equilíbrio vamos continuar a usar nosso cabo de vassoura, vai lá pegar o de vocês que o professor espera. Explicação e execução da atividade proposta. Mais uma vezespero que vocês estejam bem e aguardo vocês na nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Equilibrismo#:~:text=Alguns%20exemplos%20exibi%C3%A7%C3%B5es%20(normalmente%20circenses,devil%20sticks%20e%20algumas%20acrobacias. Acessado em 10/03/2021.	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Aula 30 Equilibrismo com bastão parte 2.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Equilibrismo é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicas que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio.Alguns exemplos exibições (normalmente circenses) de equilibrismo são a manipulaçãode malabares, balizas, monociclo, perna de pau, funambulismo (corda bamba), devil sticks ealgumas 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,professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade nos nossos exercícios de equilíbrio com o cabo de vassoura, explicação e demonstração dasatividades e em seguida execução dos movimentos. Mais uma vez o professor espera que vocêsestejam bem se cuidando e aguardo vocês a nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ttp://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168 acessado em 11/03/2021. https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7__U&list=WL&index=25 acessado em 11/03/2021.

PLANO DE AULA 7

TEMA: Aula 31 Desafio de equilibrismo com bastão.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA:através do desafio testar as habilidades dos alunos nas aulas já passadas e melhorando aonde eles têm dificuldades.	
OBJETIVO GERAL:ajudar os alunos através dos desafios que é uma atividade muito divertida. Que eles consigam de uma forma lúdica praticar todas as técnicas já ensinando nas vídeos aula, mostrando para eles que eles são capazes de fazer todas as técnicas ensinadas.	
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,professor de arte circense. E hoje vamos trago um desafio super legal para vocês e para esse desafio ainda vamos precisar do nosso cabo de vassoura, explicação e demonstração dasatividades e em seguida execução dos movimentos. Mais uma vez o professor espera que vocêsestejam bem se cuidando e aguardo vocês a nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:ttp://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168 acessado em 1503/2021. https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7__U&list=WL&index=25 acessado em 15/03/2021.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Aula 32 Treino de fortalecimento para arte circense parte1.	**Turma:**3º,4º e 5º 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 saúdes decorrentes do sedentarismo.	
OBJETIVO GERAL: Além de aumentar a força muscular e melhorar o desempenho motor, aparticipação regular de crianças e de adolescentes em programas de treinamento de força podefacilitar 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,professor de arte circense. E hoje vamos trabalhar alguns exercícios de fortalecimento para a artecircense, explicação dos movimentos e das técnicas que vão ser realizados na nossa aula,	

execução ecorreção dos movimentos propostos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem se cuidando eaguardo vocês na nossa próxima aula com mais novidades para vocês. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos

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 17/03/2021.
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 17/03/2021.

PLANO DE AULA 9

TEMA: Aula 33 Treino de fortalecimento para arte circense parte2.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA:Tão importantes quanto os exercícios que ajudam o cérebro e o corpo da criança a trabalharem juntos (confira nossa seleção de artigos sobre normalização) são os exercícios quefortalecem a musculatura do pescoço, abdômen, pernas, olhos, braços e dedos. Cada parte do corpodesempenha 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 dosmovimentos e gravação de vídeo teste e em seguida gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,professor de arte circense. E na nossa aula de hoje vamos 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 movimentosjuntos com os alunos. Bom pessoal mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando eaguardo vocês na nossa próxima aula, até mais. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:http://comoeducarseusfilhos.com.br/blog/fortalecer-musculatura-do-core-ajuda-prevenir-dificuldades-de-aprendizado/ acessado em 18/03/2021.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Aula 34 Confecção e técnica de malabares com claves adaptadas.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.

JUSTIFICATIVA: Clave é um instrumento de malabarismo muito conhecido e um dos mais difíceis de serem jogados. Quem já foi num circo já deve ter visto as pessoas fazerem malabarismo com esse tipo de instrumento. As claves tem um formato de um pino de boliche só que com medidas diferentes. É pratica sempre com 3 ou mais, em algumas apresentações esse tipo de malabarismo se mistura com outros, como o malabarismo com bolas.

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

PROCEDIMENTOS: Separando os matérias necessários para realização da vídeo aula, vídeo teste para melhorar a iluminação, áudio e correção de movimentos. Gravação da vídeo aula.

ROTEIRO VÍDEOAULA:bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,professor de arte circense. E hoje trago algumas atividades de malabares com claves que são parecidas com pinos de boliche, e para a nossa confecção vamos precisar de dois pedaços de cabo de vassoura mais ou menos com 30cm cada um, duas garrafinhas de água de 500ml e fita durex. Eu vou ensinar vocês a confeccionar suas próprias claves. Explicação e execução da atividade. Mais vez espero quevocês tenham gostado e feliz dia das crianças e espero vocês na nossa próxima aula. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://joventude.wordpress.com/2011/11/26/claves/ acessado em 22/03/2021. https://www2.unesp.br/portal#!/noticia/13500/arte-circense-na-escola-malabares-e-equilibrismo/ cessado em 22/03/2021.

PLANO DE AULA 11

TEMA: Aula 35 Malabares com claves adaptadas parte 1.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA:O malabarismo pode ser definido como a arte de manipular objetos com agilidade e precisão. Estes objetos são itens que o artista usa para fazer o malabarismo, o qual pode ser feito com bolas, clavas, argolas etc.	
OBJETIVO GERAL:A prática do malabarismo aumenta a flexibilidade, a força e a coordenaçãomotora. 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. Omalabarismo introduz o praticante em uma busca pela respiração saudável e o ritmo.	
PROCEDIMENTOS:estudos dos exercícios, treinamento e separação dos materiais utilizados paraaula, teste de iluminação e som e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,professor de arte circense. E na nossa aula de hoje vamos trabalhar malabares com claves adaptas. Explicação das técnicas e exercícios propostos para realizaçãoda aula, execução dos movimentos juntos com os alunos. Bom pessoal mais uma vez espero quevocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula, até mais. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e curtirem, comentarem os vídeos	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.infoescola.com/artes/malabarismo/ acessado em 24/03/2021.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Aula 36 Malabares com claves adaptadas parte 2.	**Turma:**3º,4º e 5º anos.
JUSTIFICATIVA: Ampliar as possibilidades expressivas dos participantes, com o aprendizado de técnicas circenses de malabarismo.	
OBJETIVO GERAL: Os malabares tem como principal objetivo trabalhar a coordenação entre objetos manipulados no ar. Além disso, é um trabalho de concentração, destreza e habilidade manual. Exibeextrema habilidade e destreza de movimentos de corpo, com habilidade para controlar situaçõesdifíceis ou adversas.	
PROCEDIMENTOS:pesquisar movimentos novos com bolinhas de malabares, treinar os movimentos a ser realizados nas gravações, vide teste e em seguida gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:bom dia pessoal tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas,professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade nos nossos malabares com claves adaptadas,primeiro vamos dar uma relembrada nos nossos exercícios já realizados nosvídeos anteriores. Explicação dos novos movimentos e execução dos movimentos propostos na aula.Mais uma vez pessoal espero que vocês estejam bem e se cuidando e aguardo vocês na nossapróxima aula. Até. Finalização da aula pedindo para as crianças visitarem as páginas da União Brasil e	

curtirem, comentarem os vídeos
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://batuquedogato.com.br/atracoes/malabaristas/ acessado em 25/03/2021. https://docplayer.com.br/9545496-Bolas-ao-alto-malabarismo-com-bolinhas-de-painco-para-adolescentes.html acessado em 25/03/2021.

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

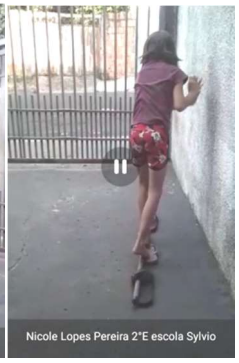
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Lucas Carolino da Silva Junior			
OFICINA: Arte Circense			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 48 horas	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 25 Técnica da corda bamba adaptada.		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=NhVKj0A7qoQ&list= PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=25		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 14	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 26 Corda bamba adaptada com cabo de vassourap. 1		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6EzCk9dVrVk&list= PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=26		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 28	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 23	Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 63		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 27 Corda bamba adaptada com cabo de vassoura p. 2		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=56wLxHI1izE&list= PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=27		
	YouTube	Visualização: 24	Curtida: 05
	Facebook União brasil	Visualização: 09	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 28 Técnica de equilibrismo com bastão.		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=YJfIBGtD2lo&list= PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=28		
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 08	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		**TOTAL DE CURTIDAS: 20**	

PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 29 Equilibrismo com bastão parte 1.		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=N_tZZ7zJ1V8&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=29		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 05
	Facebook União brasil	Visualização: 05	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		**TOTAL DE CURTIDAS: 21**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº**30Equilibrismo com bastão parte 2.		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=18cNnxBd6-U&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=30		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 07	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 08
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		**TOTAL DE CURTIDAS: 18**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 31 Desafio de equilibrismo com bastão.		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=hZ8qCmYPSUk&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=31		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 03
	Facebook União brasil	Visualização: 09	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		**TOTAL DE CURTIDAS: 22**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 32Treinamento de fortalecimento para arte circense p.1		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=2xzwTVXmw30&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=32		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		**TOTAL DE CURTIDAS: 22**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 33 Treinamento de fortalecimento para arte circense p. 2		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=aG41Nc9t9yk&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=33		
	YouTube	Visualização: 08	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 14	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 03	Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 34 Confecção e técnicas de malabares com clave adaptada.		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=M1jnb06uFQ4&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=34		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 05	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08		**TOTAL DE CURTIDAS: 12**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 35 Malabares com claves adaptada parte 1.		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=TVwoXVeHoYc&list=7PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=35		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 05	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº** 36 Malabares com claves adaptada parte 2.		
	Link do vídeo:https://www.youtube.com/watch?v=P0BzrW3w4kw&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=36		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 05	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 281			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 233			

RETORNO DOS ALUNOS

Nicolas Lopes Pereira 2°ano



Nicole Lopes Pereira 2° ano

Vitoria Ramos 3°ano

IsaqueRamos/ Giovana Ramos/ Vitoria Ramos

UNIÃO 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- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03/21	Gravação da aula parte 1 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do armlock (chave de braço)
TERÇA-FEIRA 22/03/21	Gravação da aula parte 2 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do omoplata(chave de braço)
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Gravação da aula parte 3 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do triangulo(estrangulamento)
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Gravação da aula posição da guarda fechada Kimura (chave de braço)
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Realização de matricula escola E.M Paul percy harris
	2º SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Realização de matricula escola E.M Paul percy Harris Gravação da aula raspagem da guarda fechada (tesoura)
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Gravação da aula movimentação de raspagem (inversão)
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Gravação da aula raspagem da guarda fechada
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Gravação da aula transição da guarda fechada para a guarda aberta
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
	3° SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Gravação da aula movimentação da guarda borboleta
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Reunião pedagógica pela plataforma Google Meet Gravação da aula raspagem utilizando os ganchos
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Gravação da aula exercícioseducativos para mobilidade no quadril
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Gravação da aula raspagem da guarda fechada partindo para finalização do armlock
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
	4° SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Gravação da aula posição do armlock (chave de braço)
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Gravação da aula exercícios educativos para reposição de guarda
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Gravação da aula de aquecimento
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Gravação da aula de alongamento
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

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

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Paulo Emilio Santos Galviolli	
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 • Parte 1 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do armlock (chave de braço) • Parte 2 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do omoplata (chave de braço) • Parte 3 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do triangulo (estrangulamento) • Posição da guarda fechada Kimura (chave de braço)	
Plano de aula 2º semana de 08/02 à 12/02/21 • Raspagem da guarda fechada (tesoura) • Movimentação de raspagem (inversão) • Raspagem da guarda fechada • Transição da guarda fechada para guarda aberta	
Plano de aula 3º semana de 15/02 à 19/02/21 • Movimentação da guarda borboleta • Raspagem utilizando os ganchos • Exercícios educativos para mobilidade no quadril • Raspagem da guarda fechada partindo para finalização no armlock	
Plano de aula 4º semana de 22/02 à 26/02/21 • Posição do armlock (chave de braço) • Exercícios educativos para reposição de guarda • Aula de aquecimento • Aula de alongamento	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Parte 1 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do armlock (chave de braço)	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa uma vídeo aula 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 umadas principais posições de luta o armlock. Alem de trabalhar a parte técnica essas atividades tambémestimulam as habilidades motoras como: resistência, equilíbrio, noção espacial, coordenação motora eflexibilidade	
PROCEDIMENTOS: Feito vídeo teste, estudo para possíveis materiais foi gravado a aula ensinando aposição 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 amrlock que e uma das principais chaves de braçoutilizando no jiu jits. Pessoal para aula de hoje vamos precisar de tapete para reduzir o impacto e torna a aula mais confortável. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Parte 2 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do omoplata(chave de braço)	**Turma:**4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa uma vídeo aula ensinando umaposição de jiu jitsu omoplata (chave de ombro) partindo da guarda fechada.
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica do aluno, melhorar os ataques de guarde trabalhando umadas principais posições de luta o omoplata. Alem de trabalhar a parte técnica essas atividades tambémestimulam as habilidades motoras como: resistência, equilíbrio, noção espacial, coordenação motora eflexibilidade
PROCEDIMENTOS: Feito a preparação do material e do ambiente onde seria gravada a aula, foi feitovídeo teste para melhora na qualidade do video. foi gravado a aula da chave de ombro omoplataembasado no conhecimento passado pelo mestre 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 omoplata que e uma das principais chaves de ombro utilizado no jiu jitsu. Pessoal para aula de hoje vamos precisar de tapete para reduzir o impacto e torna a aula mais confortável. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 3

TEMA: Parte 3 seqüência do ataque triplo da guarda fechada posição do triangulo(estrangulamento)	**Turma:**4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Com o intuito de levar para os alunos do projeto posições de jiu jitsu para estaremrealizando em casa.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar técnicas de luta e variações de golpes dentro da guarda fechada,ensinar o triangulo que uma posição de estrangulamento e muito comum durante a luta. Alem de trabalhar os aspectos técnicos os alunos ao realizarem os exercícios também desenvolvem ashabilidades motoras.	
PROCEDIMENTOS: Feito roteiro da aula, vídeo teste, preparação do ambiente e material foi gravadoa aula da posição do triangulo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos dar continuidade nas posições da guarda fechada trabalhando o ataquetriangulo, que e um estrangulamento partindo da guarda fechada. Para aula de hoje vamos precisar de um tapete para reduzir o impacto. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Posição da guarda fechada Kimura (chave de braço)	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar uma atividade ligada ao jiu jitsu, para os alunos do projeto estar realizando emcasa, para se manter ativo com bons pensamento.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica de guarda fechada dos alunos também despertando o auto - controle, concentração e também as habilidades motoras como : coordenação motora, agilidade,equilíbrio, lateralidade e flexibilidade	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação de ambiente e material utilizado foi gravado a aula deposição de guarda fechada Kimura (chave de braço)	
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 guarda fechada Kimura uma posição muito comumdurante a luta do jiu jitsu por isso e muito importante trabalharmos essa posição. Para aula de hoje vamos precisar do auxilio do responsável para realizar a atividade. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://online.graciebarra.com.br/?msg=not-logged-in

PLANO DE AULA 5

TEMA: Raspagem da guarda fechada (tesoura)	**Turma:** 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa uma vídeo aula ensinando umaposição de jiu jitsu raspagem da guarda fechada.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica do aluno, melhorar as raspagens e ataques da guarda fechadae também trabalhar algumas habilidades motoras como : raciocínio, tempo de reação, concentração eequilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Feito estudos da posição e de possíveis materiais para se utilizar na aula foigravado o vídeo de raspagem da guarda fechada (tesoura) embasado nos conhecimento adquiridocom o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola galera espero que todos estejam bem professor Paulo de jiu jitsu daunião Brasil em mais uma vídeo aula. Pessoal na aula de hoje vamos trabalhar uma posição de raspagem. Lembrando que raspagem equando eu estou por baixo aplico determinado movimento fazendo a inversão da posição e caindo porcima. Como material para aula de hoje vamos precisar de um travesseiro ou almofada e um tapetepara reduzir o impacto. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Movimentação de raspagem (inversão)	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa atividades ligadas ao jiu jitsu,aulas lúdicas e divertidas. Que mantém as crianças com boas atividades fora das ruas e longe dasdrogas	
OBJETIVO GERAL: Dar continuidade as posições de raspagem da guarda, que e muito importantepara o desenvolvimento do jiu jitsu e também levar uma atividade fisica segura e que trabalhe orepertorio motor.	
PROCEDIMENTOS:após ensaios preparação do ambiente e material foi gravado a aula de raspagemda guarda	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar uma raspagem que tem uma variação de ir para ascostas do adversário, se for defendida da abertura para outra posição que caímos na montada entãoacaba sendo um ataque duplo. Para aula de hoje vamos precisar do auxilio do responsável, irmão ou amigo que esteja na sua casa. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Raspagem da guarda fechada	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Com o intuito de levar uma atividade segura para os alunos do projeto, dandocontinuidade nas posições de raspagem da guarda fechada.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar variações de posições da guarda fechada, na aula foi ensinada umaraspagem. E alem de estar melhorando a parte técnica do aluno essas posições também estimulam odesenvolvimento das habilidades motoras como : coordenação motora, equilíbrio, agilidade eflexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Feito vídeo teste, montagem do material e ambiente que foi feito o vídeo.	

Foigravada a aula de raspagem partindo da guarda fechada. Aula embasada no livro do mestre Fabio Gurgel manual pessoal do jiu jitsu
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal na aula de hoje vamos dar continuidade nas aulas de raspagem e ataque da guardafechada. Como material para aula vamos precisar de um travesseiro ou almofada e um tapete parareduzir o impacto. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos 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 8

TEMA: Transição da guarda fechada para a guarda aberta	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa atividades ligadas ao jiu jitsu,para se manterem ativos entretidos com coisas boas fora da rua.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar para os alunos uma maneira segura de abrir a guarda para atacar oadversário posição muito comum e importante para oaprendizado do jiu jitsu	
PROCEDIMENTOS: Após a realização do roteiro, feito ensaios, preparação do ambiente foi gravado aaula de transição da guarda fechada para a guarda aberta.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar a transição da guarda fechada para guarda aberta emuito importante saber como vai fazer essa transição para o adversário não passa a nossa guarda. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Movimentação da guarda borboleta	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar atividades para os alunos do projeto que estão em casa, atividades que façamos alunos interagirem com a família e que proporcione a evolução do jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a técnica de luta dos alunos trabalhando movimentos específicos deraspagem com os ganchos e também levar uma atividade física para as crianças realizarem em casa.	
PROCEDIMENTOS:feita a preparação do ambiente, material e roteiro foi gravada a a vídeo aula demovimentação de raspagem com os ganchos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula, na aula de hoje vamos trabalhar movimentações de raspagem com os ganchos, muitaconcentração para realizar atividade, atento nos detalhes para não perde nada. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos 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 10

TEMA: Raspagem utilizando os ganchos	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar a cultura das artes marciais para os alunos do projeto que estão em casadevido a pandemia	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a técnica de luta do alunos trabalhando movimentos específicos deraspagem com os ganchos e também levar uma atividade física para as crianças realizarem em casa.	
PROCEDIMENTOS:feita a preparação do ambiente, material e roteiro foi gravada a a vídeo aula	

demovimentação de raspagem com os ganchos
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula, na aula de hoje vamos trabalhar movimentações de raspagem com os ganchos, muitaconcentração para realizar atividade, atento nos detalhes para não perde nada. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos 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 11

TEMA: Exercícioseducativos para mobilidade no quadril	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar um vídeo aula para os alunos que estão em casa ligadas ao jiu jitsu para semanterem conectados com as atividades do projeto.	
OBJETIVO GERAL: Propor uma aula de atividade fisica para os alunos que estão em casa, nessemomento a pratica esportiva tem ajudado muito as crianças que estão em isolamento devido apandemia, atividade que trabalhe o sistema cardiorrespiratório e o fortalecimento do corpo	
PROCEDIMENTOS: Feito roteiro, ensaios e preparação do ambiente foi gravado a aula de exercícios educativos para mobilidade no quadril.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula, na aula de hoje vamos trabalhar exercícios educativos para mobilidade no quadril habilidades necessária para a pratica do jiu jitsu. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://online.graciebarra.com.br/?msg=not-logged-in	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Raspagem da guarda fechada partindo para finalização do armlock	**Turma:**4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto uma atividade de jiu jitsu que de continuidade asposições de guarda fechada.	
OBJETIVO GERAL: Relembrar posições de guarda, melhorar a técnica de luta de costa pro chão,desenvolver habilidades motoras como: coordenação motora, equilíbrio, agilidade e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS:feito o roteiro da aula embasado no conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos foi gravado a aula de ataque da guarda fechada	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola galera professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal na aula de hoje vamos dar continuidade ao trabalho de guarda fechada e seus ataques,na posição de hoje vamos atacar a chave de braço armlock Como material para utilizar na aula vamos precisar de uma almofada para simular o adversário e umtapete para reduzir o impacto. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Posição do armlock (chave de braço)	**Turma:**4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Disponibilizar vídeo aula para os alunos do projeto que estão em casa se manterem conectados com as oficinas do projeto se ocupando com coisas boas.	
OBJETIVO GERAL:O armlock e uma das chaves de braço mais conhecidas do jiu jitsu e de extremaimportância para o desenvolvimento do aluno dentro da luta, alem de aprender a técnica o alunodesenvolve as habilidades motoras necessárias para realizar o exercício. Auxiliando também aconcentração e disciplina	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do roteiro e ambiente foi gravado a aula da posição armlock aula embasada nos conhecimentos do mestre Mauro Santos	

ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula, pessoal na aula de hoje vamos trabalhar a posição do armlock partindo da guarda fechada uma posição básica e de extrema importância para o desenvolvimento dentro do jiu jitsu. Para aula de hoje vamos precisar do auxilio do responsável, irmão ou amigo que esteja na sua casa.Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 14

TEMA: Exercícios educativos para reposição de guarda	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Levar para os alunos do projeto que estão em casa atividades ligadas ao jiu jitsu,para se manterem ativos entretidos com coisas boas fora da rua.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a guarda dos alunos melhorando os fundamentos de luta por baixo composições simples e fáceis de realizar. Alem de estimular o desenvolvimento motor trabalhando alateralidade, coordenação motora, equilíbrio, agilidade e forca	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do material e ambiente foi gravado a vídeo aula deeducativos de reposição de guarda	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula, na aula de hoje vamos trabalhar os educativos de reposição de guarda um fundamento deextrema importância para o desenvolvimento dentro do jiu jitsu. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Aula de aquecimento	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Toda sessão de atividade física deve incluir um período de aquecimento comduração mínima de 3 minutos e máxima de 10 minutos. Os movimentos realizados nessesperíodos devem envolver os grupos musculares ou funções que serão utilizadas na parteprincipal	
OBJETIVO GERAL:O aquecimento antes da atividade tem como meta adaptarprogressivamente o corpo, sua musculatura, suas articulações e suas funções as demandas mais intensa a que o organismo será submetido na parte principal da aula.	
PROCEDIMENTOS: Feito estudos, foi passado exercício de aquecimento que tem como foco osgrupos musculares que serão utilizados durante a vídeo aula . Exercícios fáceis de seremrealizados e simples para que os alunos realizem atividades em casa	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal espero que todos estejam bem professor Paulo de jiu jitsu em mais uma vídeo aula.Pessoal na aula de hoje vai ser voltada para o aquecimento essa aula vai ser de referencia para as próximas, então antes de fazer a outra aula vocês irão voltar nessa e fazer o aquecimentoantes da parte principal.Vamos fazer o polichinelo para trabalhar o corpo todo, depois vamos fortalecer as pernas com o agachamento, vamos para o chão agora vamos fazer a flexão de braço os alunos que nãotiverem forca podem colocar o joelho no chão para auxiliar o movimento e para finalizar vamosfazer o abdominal. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Gomes de Mattos, Mauro e Garcia neira, Marcos – Educaçãofísica na adolescência construindo conhecimento na escola , 6º edição Phorte Editora Bela vista São Paulo	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Aula de alongamento	**Turma:**1º a 5º Ano

JUSTIFICATIVA:O alongamento antes ou depois do treino e de extrema importância para proteger os músculos e articulações .
OBJETIVO GERAL:os benefícios do alongamento são: Proporciona o bem estar físico emental, Estimula o desenvolvimento da percepção do próprio corpo, Reduz a probabilidade de desenvolver lesões musculares, restringem os riscos de disfunções da coluna, melhora a postura, Diminui a tensão muscular, suaviza a irritabilidade muscular e estimula o cérebro a liberar a serotonina, o hormônio do bem estar
PROCEDIMENTOS: Feito estudos, foi passados exercícios de alongamento simples e fáceis deserem realizados e proporcionando uma atividade saudável para o aluno fazer em sua casa .
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu espero que todos estejam bem. Na aula de hoje vamos trabalhar o alongamento que e de extrema importância para proteger osmúsculos e articulações durante a atividade e essa aula servira de referencia para as próximasaulas então quando acabar as aulas volta nesse vídeo e fazer os alongamentos de maneiracorreta. Vamos alongar as pernas e ir subindo para articulações musculaturas dos membrossuperiores. Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para curtirem e comentaram os vídeos da União Brasil.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Graber, Kim tradutor Abreu Almeida, Marcelo- Educação física e atividades para o ensino fundamental, Amgh editora Ltda. Porto alegre Rs

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A):Paulo Emilio Santos Galviolli			
OFICINA: Jiu Jitsu			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 33: Parte I da sequência do ataque triplo**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=xOxGNkISNT		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 15	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 36		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34: Parte II da sequência do ataque triplo**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=1YA5wATFxLo&		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:15	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 35: Parte III da sequência do ataque triplo**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=VFwb-wdi_Is&li		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36: Posição Kimura**		

	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=5SXSEdv5gKs&lis		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº37 : Movimentação de raspagem**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=6Vp2RqG_ULI		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 38: Movimentação de raspagem inversão**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=r7O7vJ_pYf0&list=		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 39: Raspagem partindo da guarda fechada**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=_dKW6pBrxl4&list=		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 40: Guarda fechada para aberta**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=C9EZA		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 41: Guarda borboleta partindo para chave de braço**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=lrxe-VDlDYE&list=PL		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 42: Raspagem da guarda gancho**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=ypUTSku2zqY		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 2

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10	**TOTAL DE CURTIDAS: 13**

PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 43: Exercícios educativos para mobilidade no quadril**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=WM4hjWmNX1w		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:10		**TOTAL DE CURTIDAS:13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 44: Finalização do armlock chave de braço**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=UePV6AfVmM		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:		**TOTAL DE CURTIDAS:**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 45: Guarda fecha posição do armlock**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=-WItDpk0		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:2	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:12		**TOTAL DE CURTIDAS:13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 46: Exercícios educativos para reposição de guarda**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=lww997m07yo&list		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 47: Aula de aquecimento**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=pvvBNuUCW8w&lis		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 48: Aula de alongamento**		
	Link do vídeo:www.youtube.com/watch?v=J16wW-dX_CY&		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		**TOTAL DE CURTIDAS: 13**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 254			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 212			

RETORNO DOS ALUNOS

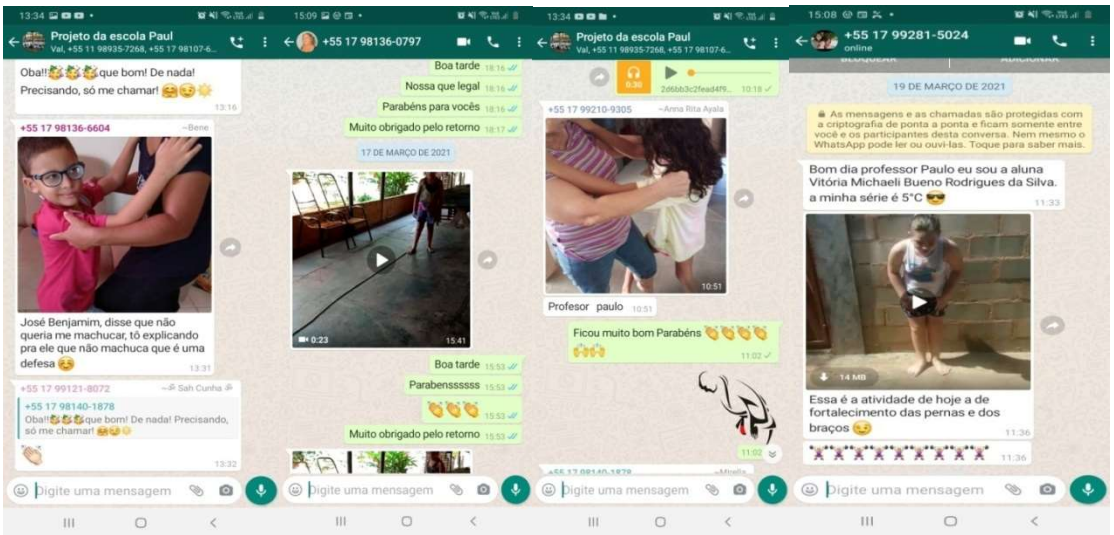


foto 1 : Jose benjamim escola E.M Paul Percy / Foto 2 :Thayla Nicole Duarte turma 2 Santa clara/ Foto 3 : Michaeli Bueno turma 5 Santa clara

Aluno: Rafael Jose Duran / Santa clara

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 05/03 Escola Paul Percy Harris DIA:08/03

UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03/21	Coleta do material necessário: 10 tampinhas de três cores diferentes e três vasilhas das mesmas cores das tampinhas. Disposição do material numa mesa, colocando as três caixas coloridas uma ao lado da outra e treino de distância. Teste de foco e iluminação e gravação da vídeo aula "**pega tampinhas coloridas".**
TERÇA-FEIRA 02/03/21	- Realização de rematrícula no núcleo Santa Clara.
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Inicialmente foram dispostas duas cadeiras com distância de aproximadamente três metros entre uma e outra. Em seguida, foi feito um furo num copinho de plástico e passado um barbante por dentro do copinho. Foi realizado teste de enquadramento e foi gravada a aula **"Desafio do copinho – trabalho pulmonar"**
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Escolha de local relativamente amplo para a realização do exercício, teste de enquadramento e de iluminação e coleta dos materiais (uma bola que possa quicar e uma toalha de banho grande). Em seguida foi gravada a vídeo aula "**Brincadeira da rede Móvel".**
SEXTA-FEIRA 05/03/21	- Realização de rematrícula no núcleo Santa Clara.
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Inicialmente foi necessário providenciar uma bexiga com um pouco de água e um cabo de vassoura e, em seguida, foram dispostas duas cadeiras com distância de cerca de dois metros entre uma e outra e colocado o cabo de vassoura. A bexiga foi amarrada num barbante, sendo que o barbante foi amarrado no cabo de vassoura. Foram dispostas garrafas pet em volta da bexiga e, em realizado teste de enquadramento. Por fim, foi realizada a gravação da vídeo aula "**boliche aéreo".**
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Inicialmente foram confeccionadas duas petecas utilizando uma bola de papel, pano e barbante para amarrar. Em seguida houve a escolha do local da gravação, onde foram dispostos dois baldes e, finalmente, foi gravada a vídeo aula "**peteca ao alvo".**
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Escolha de local adequado, teste de enquadramento e luminosidade, coleta do material necessário (almofadas), ensaio da atividade e, por fim, gravação da vídeo aula: "**ponte de equilíbrio".**
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Escolha de local adequado para a realização da atividade, teste de enquadramento e iluminação, coleta dos materiais (dois cadarços de tênis e duas tampinhas), ensaio e gravação da vídeo aula: **"Corda bamba".**
TERÇA-FEIRA	- Reunião pedagógica pelo google meet;

16/03/21	
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Escolha do melhor local para a gravação (mesa), teste de iluminação e enquadramento, disposição dos materiais utilizados em cima da mesa (copinhos, lápis de cor e régua) e gravação da vídeo aula: **Equilíbrio com Régua".**
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Escolha de local adequado para a gravação, teste de enquadramento, coleta dos materiais (um fio para desenhar o círculo e uma bola que quica), ensaio e gravação da vídeo aula: "**Tapabol".**
SEXTA-FEIRA 19/03/21	- Feriado
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Em primeiro lugar foi escolhido um local parecido com uma pista de bocha, no caso um corredor. Em seguida foram coletados os materiais necessários (bolinhas de duas cores diferentes e um bola para servir de "bolin"). Finalmente foi realizado teste de enquadramento e feita a gravação da vídeo aula: **"Bocha em casa".**
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Coleta dos materiais necessários (copinhos descartáveis, um balde, garrafinhas pet e uma bandeja), disposição dos materiais em local amplo, teste de enquadramento, ensaio da atividade e gravação da vídeo aula: "**Brincadeira do Garçom".**
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Escolha de local adequado para a gravação, coleta de materiais necessários (quatro garrafas pet de 500 ml), teste de enquadramento e iluminação, ensaio e finalmente gravação da vídeo aula: "**Corrida estacionária".**
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR: RAFAEL DE OLIVEIRA NAIME	
OFICINA: INICIAÇÃO ESPORTIVA	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12horas	**CARGA HORARIAL MENSAL:** 48 horas
Plano de aula 1º semana de 01/03 a 05/03/2021 • Pega tampinhas coloridas; • Desafio do Copinho (trabalho pulmonar) • Brincadeira da Rede móvel;	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/2021 • Boliche aéreo; • Peteca ao alvo; • Ponte de equilíbrio;	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/2020 • Corda bamba; • Equilíbrio com régua; • Tapabol;	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/2020 • Bocha em casa; • Brincadeira do garçom • Corrida estacionária	

PLANO DE AULA 1

TEMA:PEGA TAMPINHAS COLORIDAS	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:o intuito da aula foi promover a diversão e recreação utilizando materiais que os alunos possuem em casa, no caso, tampinhas de garrafa pet e potinhos coloridos, mas sem esquecer do trabalho de atenção e coordenação motora que são exigidos para a execução dos movimentos.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, agilidade, atenção, campo de visão e disputa.	
PROCEDIMENTOS:coleta do material necessário: 10 tampinhas de três cores diferentes e três vasilhas das mesmas cores das tampinhas. Disposição do material numa mesa, colocando as três caixas coloridas uma ao lado da outra e treino de distância. Teste de foco e iluminação e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início com saudação aos alunos; - Exposição sobre os benefícios da atividade; - Demonstração dos materiais a serem utilizados (tampinhas vermelhas, verdes, amarelas) e vasilhas da mesma cor das tampinhas. - Explicação de possíveis adaptações do material; - Explicação de como realizar a atividade e regras; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Conversa sobre a atividade realizada; - Contagem das tampinhas que foram acertadas; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/7sGnwTbX_is	

PLANO DE AULA 2

TEMA:DESAFIO DO COPINHO – TRABALHO PULMONAR	**Turma:**1º a 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 um trabalho pulmonar, cardíaco e de musculatura facial.	
OBJETIVO GERAL:realização de trabalho pulmonar, controle, força, precisão e agilidade.	
PROCEDIMENTOS:inicialmente foram dispostas duas cadeiras com distância de aproximadamente três metros entre uma e outra. Em seguida, foi feito um furo num copinho de plástico e passado um barbante por dentro do copinho. Foi realizado teste de enquadramento e foi gravada a aula, amarrando-se o barbante com o copinho nas duas cadeiras.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação sobre o trabalho de parte pulmonar; - Demonstração dos materiais (barbante e copinho); - Demonstração de como fazer o furo no fundo do copo, de como passar o barbante e de como amarrar o barbante nas cadeiras; - Demonstração de como assoprar no copinho sem usar as mãos; - Realização da atividade (assoprando no copinho para que ele ande no barbante); - Conversa sobre possíveis adaptações e disputa; - Despedida e encerramento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/JcRfsPwfxoM	

PLANO DE AULA 3

TEMA:BRINCADEIRA DA REDE MÓVEL	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:visando principalmente a recreação, mas sem esquecer a introdução esportiva, já que utiliza bola e “rede”, a aula visou trazer ao aluno uma brincadeira com objetos que ele já possui em	

casa e que pode ser realizada de forma segura e divertida dentro de casa. Embora a recreação seja o intuito principal, não se deixou de lado o estímulo à coordenação, lateralidade e atenção.
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, agilidade, atenção, recreação, movimento lateralidade.
PROCEDIMENTOS:escolha de local relativamente amplo para a realização do exercício, teste de enquadramento e de iluminação e coleta dos materiais (uma bola que possa quicar e uma toalha de banho grande). Em seguida foi gravada a vídeo aula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação sobre os benefícios da atividade; - Demonstração dos materiais (uma toalha e uma bola que quica); - Demonstração das regras; - Realização do exercício com pessoa convidada; - Comentários sobre a atividade; - Demonstração de como realizar a atividade sozinho; - Encerramento e despedida.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/G-9pFyZ2QY4

PLANO DE AULA 4

TEMA:BOLICHE AÉREO	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:o estímulo físico e o trabalho de pontaria e força foram os principais focos dessa aula, que mais uma vez utilizou apenas objetos que os alunos já possuem em suas casas, sem esquecer da recreação e diversão que a aula traz.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, controle de força, precisão e coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS:inicialmente foi necessário providenciar uma bexiga com um pouco de água e um cabo de vassoura e, em seguida, foram dispostas duas cadeiras com distância de cerca de dois metros entre uma e outra e colocado o cabo de vassoura. A bexiga foi amarrada num barbante, sendo que o barbante foi amarrado no cabo de vassoura. Foram dispostas garrafas pet em volta da bexiga e, em realizado teste de enquadramento. Por fim, foi realizada a gravação da vídeo aula, demonstrando a bexiga derrubando as garrafas pet.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Introdução e conversa com os alunos; - Explicação sobre os benefícios do exercício; - Demonstração dos materiais utilizados; - Demonstração da montagem do exercício; - Realização da atividade, devendo a bexiga derrubar as garrafas pet; - Conversa sobre possíveis adaptações; - Finalização com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=I39lc4LuNF8	

PLANO DE AULA 5

TEMA:PETECA AO ALVO	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:foi realizada uma versão diferente da tradicional brincadeira da peteca, de forma que o aluno consiga tanto confeccionar a peteca em casa como realizar o exercício com materiais fáceis e acessíveis.	
OBJETIVO GERAL:trabalhar precisão, mira, coordenação, controle de força, habilidade, agilidade e disputa	
PROCEDIMENTOS:inicialmente foram confeccionadas duas petecas utilizando uma bola de papel, pano e barbante para amarrar. Em seguida houve a escolha do local da gravação, onde foram dispostos dois baldes e, finalmente, foi gravada a vídeo aula com pessoa convidada.	

ROTEIRO VÍDEOAULA: - Introdução com saudação aos alunos; - Conversa sobre a atividade; - Demonstração dos materiais e de como confeccionar a peteca, com possíveis adaptações; - Explicação das regras; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Comentários sobre a atividade; - Despedida e encerramento.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:aula realizada com os conhecimentos do professor.

PLANO DE AULA 6

TEMA:PONTE DE EQUILÍBRIO	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:visando procurar atividades que possam ser praticadas dentro de casa, especialmente nesse período de isolamento, a aula visou a recreação, sem deixar de incentivar o exercício aeróbico, o trabalho pulmonar e cardíaco e a disputa.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, percepção corporal, equilíbrio, precisão, técnica e disputa.	
PROCEDIMENTOS:escolha de local adequado, teste de enquadramento e luminosidade, coleta do material necessário (almofadas), ensaio da atividade e, por fim, gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início com saudação e conversa; - Demonstração do material (duas almofadas por pessoa); - Explicação de possíveis adaptações; - Demonstração das regras e de como realizar; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Conversa com os alunos; - Despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.instagram.com/p/CLwv9ojgHDi/	

PLANO DE AULA 7

TEMA:CORDA BAMBA	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:o estímulo físico foi o ponto principal do presente vídeo, mas sem deixar de lado a simplicidade e a ludicidade. Os materiais simples e de fácil acesso tornam a aula mais divertida, além da facilidade de sua execução.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, membros inferiores, agilidade, atenção, recreação, disputa, lateralidade.	
PROCEDIMENTOS:escolha de local adequado para a realização da atividade, teste de enquadramento e iluminação, coleta dos materiais (dois cadarços de tênis e duas tampinhas), ensaio e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início com conversa; - Demonstração dos materiais a serem utilizados; - Explicação dos benefícios da atividade; - Explicação de como realizar o exercício; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Conversa sobre a atividade realizada; - Finalização com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/OgIYDKTV6nE	

PLANO DE AULA 8

TEMA:EQUILÍBRIO COM RÉGUA	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: como o próprio nome diz, a aula visou trabalhar o equilíbrio e a coordenação motora fina da criança, mas de uma forma simples e que pode ser feita em casa, de uma maneira divertida e fácil. Foram utilizadas apenas materiais de fácil acesso como copinhos, lápis e régua.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação motora fina, controle de força e movimento, agilidade, atenção, disputa.	
PROCEDIMENTOS:escolha do melhor local para a gravação (mesa), teste de iluminação e enquadramento, disposição dos materiais utilizados em cima da mesa (copinhos, lápis de cor e régua) e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início com conversa; - Explicação sobre os benefícios da atividade; - Demonstração dos materiais e possíveis substituições; - Demonstração de como dispor os materiais; - Demonstração de como realizar a atividade; - Realização da atividade demonstrando possibilidade de disputa; - Conversa com os alunos; - Despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/vU-uoltzDfM	

PLANO DE AULA 9

TEMA:TAPABOL	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:visando o exercício físico, principalmente aeróbico, o professor tentou criar uma atividade lúdica e com materiais de fácil acesso, que possa ser realizada pelos alunos mesmo dentro de suas casas.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, agilidade, reação, movimentação de corpo, lateralidade.	
PROCEDIMENTOS:escolha de local adequado para a gravação, teste de enquadramento, coleta dos materiais (um fio para desenhar o círculo e uma bola que quica), ensaio e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Abertura com conversa; - Demonstração de materiais utilizados; - Demonstração de como montar a atividade; - Explicação dos benefícios e das regras; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Demonstração de como realizar a atividade sozinho; - Conversa e encerramento com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.instagram.com/p/CG8xA6JAadw/	

PLANO DE AULA 10

TEMA:BOCHA EM CASA	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:assim como na aula anterior, visou-se a utilização de materiais de fácil acesso, todavia, essa aula trouxe conceitos e regras de um esporte muito tradicional, a bocha. Foi possível explicar como o esporte funciona, além de regras básicas, de uma forma simples e possível de ser reproduzida em casa.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, controle de força, precisão, técnica, atenção disputa e recreação.	
PROCEDIMENTOS:em primeiro lugar foi escolhido um local parecido com uma pista de bocha, no caso um corredor. Em seguida foram coletados os materiais necessários (bolinhas de duas cores	

diferentes e um bola para servir de “bolin”). Finalmente foi realizado teste de enquadramento e feita a gravação da vídeo aula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Introdução falando também sobre as aulas passadas; - Conversa com os alunos; - Explicação de onde realizar a atividade; - Demonstração dos materiais utilizados (bolinhas de duas cores diferentes e uma bola maior de papel); - Explicação de possíveis adaptações; -Explicação das regras do jogo e de como jogar em casa; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Contagem das bolinhas e explicação sobre a vitória; - Encerramento e despedida.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/Ti_FNsHFrcI

PLANO DE AULA 11

TEMA:BRINCADEIRA DO GARÇON	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:inicialmente voltada para a recreação, a aula ajuda e muito a trabalhar o equilíbrio e a coordenação motora fina das crianças, além de estimular a atenção e a agilidade.	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação motora fina, percepção, concentração, agilidade, atenção, disputa, recreação.	
PROCEDIMENTOS:coleta dos materiais necessários (copinhos descartáveis, um balde, garrafinhas pet e uma bandeja), disposição dos materiais em local amplo, teste de enquadramento, ensaio da atividade e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos, com conversa; - Explicação sobre os benefícios da brincadeira; - Demonstração dos materiais necessários; - Explicação de como realizar a atividade; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Demonstração de possíveis adaptações; - Conversa e encerramento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/Yjp20VFh1yM	

PLANO DE AULA 12

TEMA:CORRIDA ESTACIONÁRIA	**Turma:**1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA:o principal objetivo da aula foi incentivar a prática de exercícios físicos, no caso aeróbicos, mas de uma forma lúdica e divertida, além de segura e prática, pois a aula pode ser realizada dentro de casa e com materiais de fácil acesso, sem esquecer da estimulação da capacidade de atender a comandos (principal trabalho da aula).	
OBJETIVO GERAL:trabalho de coordenação, agilidade, condicionamento físico, atenção aos comandos, concentração e recreação.	
PROCEDIMENTOS:escolha de local adequado para a gravação, coleta de materiais necessários (quatro garrafas pet de 500 ml), teste de enquadramento e iluminação, ensaio e finalmente gravação da vídeo aula com criança convidada e contando com pessoa convidada para das os comandos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação dos benefícios da atividade; - Explicação sobre os materiais necessários;	

- Explicação sobre como realizar a atividade; - Realização da atividade com criança convidada, ouvindo os comandos de adulto convidado; - Conversa; - Encerramento.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://youtu.be/R0G3UNBsDg8

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Rafael de Oliveira Naime			
OFICINA: Iniciação Esportiva			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL: 48 horas**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 25: Pega tampinhas coloridas**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ZNd4Qv2WzWo		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 6
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 17
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		**TOTAL DE CURTIDAS: 28**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 26: Desafio dos copinhos**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/T0UQ5XLfW1w		
	YouTube	Visualização: 30	Curtida: 9
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 16
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		**TOTAL DE CURTIDAS: 30**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 27: Rede móvel**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/FGJ0rNvah3Y		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 7
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 17
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		**TOTAL DE CURTIDAS: 29**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 28: Boliche aéreo**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/CJhVG3ULuZE		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 8
	Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 19
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		**TOTAL DE CURTIDAS: 32**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 29: Peteca ao alvo		
	Link do vídeo:https://youtu.be/7FWeQzt3A7k		
	YouTube	Visualização: 28	Curtida: 9
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 17
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 30: Ponte de equilíbrio		
	Link do vídeo:https://youtu.be/Pge3CPvdooI		
	YouTube	Visualização: 19	Curtida: 6
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 18
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 29	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 31: Corda Bamba		
	Link do vídeo:https://youtu.be/N0C-msBPxRI		
	YouTube	Visualização: 19	Curtida: 7
	Facebook União brasil	Visualização: 2	Curtida: 17
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 29	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 32: Equilíbrio com régua		
	Link do vídeo:https://youtu.be/QLXK-aXLzPk		
	YouTube	Visualização: 19	Curtida: 7
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 17
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 29	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 33: Tapa bol		
	Link do vídeo:https://youtu.be/LMnyatYQivM		
	YouTube	Visualização: 23	Curtida: 8
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 18
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 34: Bocha no corredor		
	Link do vídeo:https://youtu.be/IW4iFrQj-s0		
	YouTube	Visualização: 23	Curtida: 7
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 17
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 29	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 35: Brincadeira do garçom		
	Link do vídeo:https://youtu.be/tYQ4uBhxBjI		
	YouTube	Visualização: 33	Curtida: 8
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 19
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 47		TOTAL DE CURTIDAS: 32	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 36: Corrida estacionária		
	Link do vídeo:https://youtu.be/9cQvvkmiLrM		
	YouTube	Visualização: 29	Curtida: 8
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 17
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		TOTAL DE CURTIDAS: 31	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 372			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 360			

RETORNO DOS ALUNOS

Rafael José Duran Silva, 4ano, Núcleo Santa Clara

Heitor Henrique Ribeiro Simionato 3 ano - Arthur Ribeiro Simionato 1 ano, Núcleo Santa Clara

Carlos E. Conserva Valente Silva 1°D/ João Gabriel Conserva Valente Silva 4°D/ Maria Fernanda Conserva Valente Silva 3°C- Núcleo Santa Clara

Carlos Eduardo Conserva Valente Silva 1°D/ João Gabriel Conserva Valente Silva 4°D/ Maria Fernanda Conserva Valente Silva 3°C- Núcleo Santa Clara

Emerson Mossi, 5 ano/ Thayla Nicole Duarte de Lima, 2°B-Núcleo Santa Clara

Breno Henrique da Silva Zanolini. 5 ano/ Davi Artur Pereira dos Santos 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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor: Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: HIP-HOP- Modalidade Breaking	
Carga horária semanal: 16 horas	**Carga horária total:** 64horas
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/03/21	Matriculas e rematrículas realizadas na Escola de Competências Roberto Rollembergdas 08has 16h.
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Planejamento das aulas da semana; Preparação para gravação da vídeoaula, regulagem do som e tripé, preparação da playlist, Gravação da aula: Movimento Hand Down (mão para baixo)
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Preparação, regulagem do som e do tripé, treino do movimento e gravação da vídeoaulaMerengue(movimento da dança latina).
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Matriculas e rematrículas realizadas na ECO- Santo Antônio das 8h às 16h, Busca ativa dos alunos (via telefone)
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Treino, preparação, regulagem do som e do tripé, preparação da playlist, Filmagem da aula:movimento The W (O w)
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Matriculas e rematrículas realizadas na Escola de Competências Roberto Rollembergdas 8h às 16h
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Planejamento das aulas da semana; Organização do espaço, checagem do som e do tripé, preparação de playlist, Filmagem da aula:movimento Dolphin Dive(mergulho do golfinho).
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Treino do movimento, checagem dos equipamentos, separar a música na playlist, Filmagem da aula:movimento Suhuffle kick (chute embaralhado)
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Treino dos passos a serem trabalhados nesta aula, preparação e checagem do som e tripé, separação da música na playlist, gravação da vídeoaula: Movimento Baby Freeze (bebe congelado)
SEXTA-FEIRA 12/03/21	Organização do espaço, treino do movimento, conferência dos equipamentos, gravação da vídeoaula: Movimento Kip Up (descansar) e Movimento Spider (aranha).
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Planejamento das aulas da semana; Treino e gravação da vídeoaula: Movimento Zulu Spin(volta, céu) com combinação one leg (um passo)
TERÇA-FEIRA 16/03/21	*Reunião pedagógica online pelo Google Meet. Preparação, regulagem do tripé, regulagem do som, preparação de playlist, filmagem da aula: Movimento Combo, frezee the chair (congelar na cadeira)
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Treino, checagem dos equipamentos e gravação da vídeoaula domovimento Freeze Head Elbow(congelar cabeça e cotovelo)
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Treino do movimento, preparação, regulagem do tripé, checagem no som e filmagem da aula:movimento Zulu Spin + Cc (volta, céu+ cc)
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA	Planejamento das aulas da semana. Preparação, regulagem do tripé, checagem

22/03/2021	do som, preparação da playlist e filmagem da aula: movimento Octopus(polvo)+Hook(trancar).
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Treino e filmagem da aula: movimento Floor Rocks(pedras no chão)
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Treino do movimento, regulagem do tripé, conferencia no som, separar música na playlist, filmagem da aula:movimento Lock'n Loand(carga de bloqueio).
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Repasse dos movimentose gravação da vídeoaula: movimento Pivot (pivô)
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR : Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
OFICINA: Hip -Hop modalidade breaking	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/03 à 05/03/21 • Movimento Hand Down (mão para baixo) • Movimento Merengue (movimento da dança latina); • Movimento the w (o "w").	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 • Movimento Dolphin Dive (mergulho do golfinho) • Movimento Suhuffle kick (chute embaralhado) • Movimento Baby Freeze (bebe congelado) • Movimento Kip Up (descansar) • Movimento Spider (aranha).	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 • Movimento Zulu Spin(volta, céu) com combinação one leg(um passo) • Movimento Combo, frezee the chair(congelar na cadeira) • Movimento Freeze Head Elbow(congelar cabeça e cotovelo) • Movimento Zulu Spin + Cc (volta, céu+ cc)	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 • Movimento Octopus(polvo)+Hook(trancar) . • Movimento Floor Rocks(pedras no chão), combinação Hook(trancar)+ Running Men (homem correndo) • Movimento Lock'n Loand(carga de bloqueio) • Movimento Pivot (pivô)	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Movimento Hand Down (mão para baixo)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Acrescentar em cada aula uma variação, combinação, extensão de passos e movimentos diferentes para ampliar seu repertorio na modalidade.	
OBJETIVO GERAL: Levar aos alunos novos passos, adequando o corpo para intervenções de movimentos de impulsão e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook e ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King, oficina hip	

hop,modalidade Breaking para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46 aquecimento e alongamento prepare o grupo de vocês e voltem para essa atividade que eu vou estar aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês,não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Leal, Sérgio José de Machado, *Acorda hip-hop! Despertando um movimento em Transformação*, Rio de Janeiro, Aeroplano Editora, 2007.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Movimento Merengue (movimento da dança latina)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Colocar em sincronia movimentos aleatórios de forma organizada em uma única sequência.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar elasticidade, flexibilidade, força, resistência tanto nos membros inferiores quanto superiores, coordenação motora e ritmo.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação com os materiais a serem utilizados durante, figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46 aquecimento e alongamento prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Leal, Sérgio José de Machado, *Acorda hip-hop! Despertando um movimento em Transformação*, Rio de Janeiro, Aeroplano Editora, 2007.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Movimento the w (o “w”)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Desenvolver as habilidades corporais por meio da dança.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar lateralidade, noção de espaço, coordenação motora, flexibilidade dos membros inferiores e superiores.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação com os materiais a serem utilizados durante a gravação, figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil.	

2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46 aquecimento e alongamento prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Leal, Sérgio José de Machado, *Acorda hip-hop! Despertando um movimento em Transformação*, Rio de Janeiro, Aeroplano Editora, 2007.

PLANO DE AULA 4

TEMA: Movimento Dolphin Dive (mergulho do golfinho)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Desenvolver diversos estilos de movimentos, nesta atividade vamos explorar o espaço usando somente, tórax, pernas, braços e cintura.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar um dos movimentos fundados na modalidade esportiva, mais especificamente o vôlei, dentro da dança Breaking.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46 aquecimento e alongamento prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ferreira, Vítor, “Dar corpo à juventude: o corpo jovem e os jovens nos seus corpos”.2011. p.257-275.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Movimento Suhuffle kick (chute embaralhado)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Fazer a junção de dois movimentos, que não é muito comum em outras modalidades de dança, mas no hip-hop é usado há décadas.	
OBJETIVO GERAL: Expor para os alunos os movimentos corporais inspiradas na movimentação de corredor olímpico, trabalhando o swing das partes inferiores do corpo como pernas e cintura.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês	

e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Chang, Jeff (2005), *Can't stop won't stop: a history of the hip-hop generation*, New York, St. Martin's Press.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Movimento Baby Freeze (bebe congelado)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA:A execução de combinações com o baby freeze é um processo que inicia -se pós Footwork levando a uma concepção evolutiva que amplia o conhecimento dentro da modalidade breaking.	
OBJETIVO GERAL: Despertar a consciência que o corpo precisa para encontrar o eixo e a postura para o equilíbrio e assim realizar a combinação de pernas.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Simões, José Alberto de Vasconcelos (2010), *Entre a rua e a internet. Um estudo sobre o hip-hop português*, Lisboa, Imprensa de Ciências Sociais.	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Movimento Kip Up (descansar)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Mesclar passos, junto, e pós ao Footwork é louvável, como também as acrobacias que vem do mundo circense.	
OBJETIVO GERAL: Executar uma combinação de movimentos estendendo para outra variação, tornando a session mais elaborada com um grau a mais de dificuldade. Trabalhando, também, impulsão, força e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês bora lá. Explicação detalhada dos	

movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: FREITAS, Elaine Daniely Miranda. : O Ápice do b.boy no breaking. Curso de licenciatura plena em dança. Belém. 2013.

PLANO DE AULA 8

TEMA: Movimento Spider (aranha).	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Apresentar a técnica de combinação e execução do movimento proposto oferendo um leque opções na session do b.boy ou b.girl.	
OBJETIVO GERAL: Descobrir a mobilidade do corpo com os fundamentos do footwork, redirecionar a consciência corporal do aluno na busca da facilidade de aprendizagem a partir de estímulos diferentes, tanto das pernas como dos braços.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:VIANNA, K. *O corpo e possíveis formas de manifestação em movimento*. Educação com Arte. Série Idéias. nº. 31. São Paulo: FDE, 2004.	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Movimento Zulu Spin(volta, céu) com combinação one leg(um passo)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Aprimorar a mobilidade do corpo com o fundamento do footwork e combinação de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Movimentar, redirecionar a consciência corporal do aluno na busca da facilidade de aprendizagem a partir de estímulos diferentes.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de	

compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:*O corpo e possíveis formas de manifestação em movimento*. Educação com Arte. Série Idéias. nº. 31. São Paulo: FDE, 2004. VIANNA, K. *A dança*. São Paulo: Siciliano, 1990.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Movimento Combo, frezee the chair(congelar na cadeira)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Sincronizar de um a três movimentos tornando um combo de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Explorar as diversas possibilidades do corpo em movimento alcançando e aplicando repetidas vezes a combinação com variações gerando força, equilíbrio, impulsão.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46 aquecimento e alongamento prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Scarpato, Marta Thiago Se 76 O corpo cria, descobre e dança com Laban e Freinet I Marta Thiago Scarpato. – Campinas, SP: (s. n.), 1999.	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Movimento Freeze Head Elbow(congelar cabeça e cotovelo)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma combinação de movimentos dos membros superiores e inferiores na execução do freeze.	
OBJETIVO GERAL: Consiste em transmitir técnica na execução do movimento corporal com combinações e variações mostrando para o aluno que é possível, através da técnica, realizar os movimentos .	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação com os materiais a serem utilizados durante a gravação, figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: FREITAS, Vanilto Alves de (1977). O Processo de Transmissão da	

Breakdance: Técnicas Corporais Presentes na Dança do Movimento Hip-Hop. Uberlândia, 2004.

PLANO DE AULA 12

TEMA: Movimento Zulu Spin + Cc (volta, céu+ cc)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os movimentos corporais do aluno, através do que está sendo proposto no passo a passo gerando uma combinação de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Agregar novos movimentos a performance do dançarino, explorando espaço, tempo, e coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação com os materiais a serem utilizados durante a gravação, figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: FREITAS, Vanilto Alves de (1977). O Processo de Transmissão da Breakdance: Técnicas Corporais Presentes na Dança do Movimento Hip-Hop. Uberlândia, 2004**.**	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Movimento Octopus(polvo)+Hook(trancar)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Aumentar o campo de atuação do dançarino com sequência diversificadas de diferentes movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar impulsão, lateralidade, fortalecer os braços, coordenação motora, noção de espaço, equilíbrio e o campo criativo.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação com os materiais a serem utilizados durante a gravação, figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
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, 2013	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Movimento Floor Rocks(pedras no chão), combinação Hook(trancar)+ Running Men (homem correndo)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Preparar o aluno para a execução de movimentos que exigem um grau de dificuldade maior, tanto de locomoção quanto na execução.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar espaço, peso, fluxo e equilíbrio buscando facilidade para permanecer e dominar as bases propostas.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação com os materiais a serem utilizados durante a gravação, figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
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, 2013	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Movimento Lock'n Loand(carga de bloqueio)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Colocar em prática os exercícios das aulas passadas combinando movimentos gerando uma sessão mais extensa e com agilidade.	
OBJETIVO GERAL: Preparar o aluno fisicamente para a execução desses movimentos aumentando o grau de dificuldade conectando todas as combinações em uma sessão.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação com os materiais a serem utilizados durante a gravação, figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: HASELBACH, Bárbara. Dança, Improvisação e Movimento. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1989	

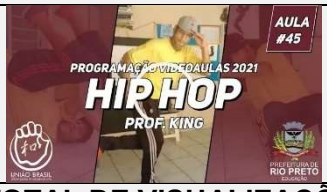
PLANO DE AULA 16

TEMA: Movimento Pivot (pivô)	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade ao campo criativo trabalhando duas combinações para ampliar o campo de conhecimento em relação aos movimentos do breaking.	
OBJETIVO GERAL: Incluir movimentos de expressão corporal agregando ao foot work, assim possibilitando ao aluno autonomia para a criação de diferentes combinações a partir dessa base.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1°Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King oficina hip hop modalidade Breaking, para mais uma atividade para você, aluno do primeiro ao quinto ano e para os demais que tem acompanhado nossas atividades remotas.Obrigado por curtir compartilhar e comentar nossas aulas essa é uma iniciativa da secretaria de educação de São José do Rio Preto em parceria Qual a união Brasil. 2° Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação ou movimento, espero que vocês se divirtam com essa atividade e também coloquem em prática na dança de vocês, mas antes se dirigiam para plataforma do YouTube assistam aula 46, aquecimento e alongamento, prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou esta aguardando vocês borá lá. Explicação detalhada dos movimentos a serem realizados na aula de hoje. 3° Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês, não deixe de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuida e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: ULLMAN, Lisa. Domínio Do Movimento/Rudolf Laban; Ed. Organizada por Lisa Ullman. [Tradução: Anna Maria Barros de Vecchi e Maria Silva Mourão Neto; Revisão técnica: Anna Maria Barros De Vecchi]. São Paulo: Summus, 1978	

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ Instrutor: 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 33: (**Movimento hand Down**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/dwz7A3WTuDY		
	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:6	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:31		**TOTAL DE CURTIDAS:16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34: (Movimento latino merengue)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/g9e98e_3KgY		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:22		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	

PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 35: (**The W**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/P9lRMVbpqjs		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:20		**TOTAL DE CURTIDAS:14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36: (**Kip Up**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/7WBSrRfhknk		
	YouTube	Visualização:13	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:23		**TOTAL DE CURTIDAS:16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 37: (**Dolphin Dive**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/oXAQ_YG-48w		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		**TOTAL DE CURTIDAS:16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 38: (**Shuffle kick**)**		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:14		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 39: (**Baby freeze**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/EmxySX3Uqow		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		**TOTAL DE CURTIDAS:17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 40: (**Spider**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/iABtmYjiIBI		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:12		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	

PRINT DO VÍDEO	**Aula nº41: (** zulu spin**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/7DJ8rqbUHAY		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 3	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:12		**TOTAL DE CURTIDAS:16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 42: (**Freeze the chair**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/298_ArNgQwU		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		**TOTAL DE CURTIDAS:17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 43: (** movimento pivot**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/L567iCvV_qk		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 44: (**"Freeze passo a passo head elbow**")**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/L58dddHK_pE		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização:4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:2	Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		**TOTAL DE CURTIDAS:14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 45: (**"Movimento zulu spin + c.c."**)**		
	**Link do vídeo:**		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 5
	Facebook União Brasil	Visualização: 2	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:2	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		**TOTAL DE CURTIDAS:18**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 46: (**"Movimentos Octopus+Hook+w"**)**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/jbgizf3CU2Q		
	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 2	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:3	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:20		**TOTAL DE CURTIDAS:17**	

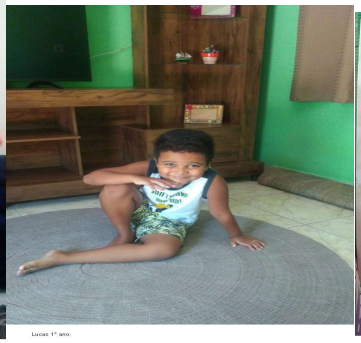
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 47: ("Hook+running men+C, c")**		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:4	Curtida:2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		**TOTAL DE CURTIDAS:15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 48: (" movimento lock'n load")**		
	Link do vídeo: https://youtu.be/-DUw9tkimv0		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 5
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:13	Curtida:3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:38		**TOTAL DE CURTIDAS:17**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 300			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas:254			

RETORNO DOS ALUNOS

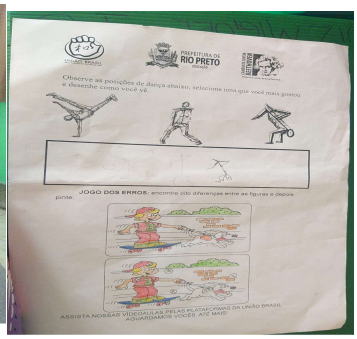
ALUNOS DA ECO

Alunos: Escola Paul Percy Harris

Anna Rita 1° ano.



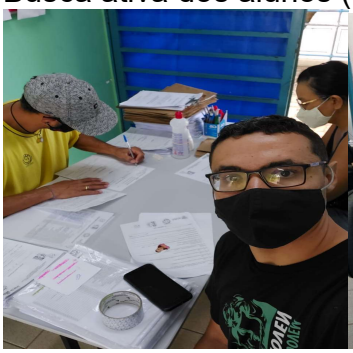
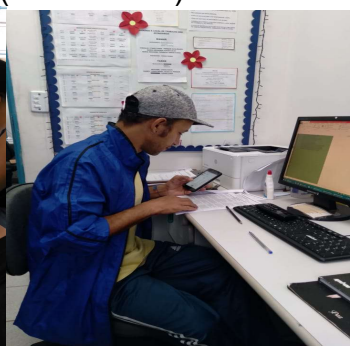
Lucas 1° ano.



LUCAS 1° ANO

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 01 /03 /2021 . 04/03/2021.Matriculas e rematrículas realizadas na ECO Santo Antonio–Busca ativa dos alunos (via telefone)

DIA:06/03/2021. Matriculas e rematrículas realizadas na ECO Santo Antonio–Busca ativa dos alunos (via telefone)

UNIÃO 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- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 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 01/03/21	Planejamento das aulas da semana com estudos, pesquisas e roteiro para cada aula. https://www.youtube.com/watch?v=HkgMv6B7XOs / https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis(Acessado em: 01/03/2021)
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Escadinha de agilidade 1**
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Escadinha de agilidade**
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Oficina de cone parte 1** *Matrícula e rematrícula dos alunos no Núcleo Santo Antonio- ECO
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Oficina de cone parte 2**.
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Planejamento das aulas da semana com estudos, pesquisas e roteiro para cada aula. https://www.youtube.com/watch?v=4AyjO1v2dTQ *Matricula e rematrícula dos alunos no Núcleo Santa Clara
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Oficina com cone de papel**.
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Oficina com cone caixa de leite**.
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Oficina com cone de espuma 1**.
SEXTA-FEIRA 12/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Oficina com cone de espuma 2**.
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Planejamento das aulas da semana com estudos, pesquisas e roteiro para cada aula. https://www.youtube.com/watch?v=4AyjO1v2dTQ / https://www.youtube.com/watch?v=YYKuXxoIxZg Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação

	do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Oficina de cone com pacote de café**.
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Circuito de agilidade 1.**
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Circuito de agilidade 2**.
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Circuito de agilidade 3**.
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Planejamento das aulas da semana com estudos, pesquisas e roteiro para cada aula. https://www.youtube.com/watch?v=01eJjOWZq5E&list=RDCMUCOjFXelmG58TfVWYgvP82mQ&start_radio=1&t=20 https://www.youtube.com/watch?v=NhWqlv-aiVk
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **exercício de agilidade e coordenação**.
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Exercício de óculo manual 1**.
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Exercício de óculo manual 2**.
SEXTA-FEIRA 26/03/21	Foi realizado a organização do espaço, verificação do melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio, correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula: **Exercício de óculo manual 3**

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Roberto Aparecido Leal	
OFICINA: Badminton	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas
Plano de aula 1º semana de 01/03 à 05/03/21 • Escadinha de agilidade 1 • Escadinha de agilidade 2 • Oficina de cone parte 1 • Oficina de cone parte 2	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 • Oficina com cone de papel • Oficina com cone de caixa de leite • Oficina de cone com pacote de café • Oficina com cone de espuma 1	

Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 • Oficina com cone de espuma 2 • Exercício de agilidade e coordenação 1 • Exercício de agilidade e coordenação 2 • Exercício de agilidade e coordenação 3
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 • Exercício de agilidade e coordenação 4 • Exercicio de óculo manual 1 • Exercicio de óculo manual 2 • Exercicio de óculo manual 3,

PLANO DE AULA 1

• **TEMA:Escadinha de agilidade 1**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Utilizar materiais que sejam de fácil acesso para que as crianças consigam confeccionar os objetos usados em aula e tenham o seu próprio material.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar e desenvolver a criatividade da criação de objetos, autoestima, coordenação óculo manual, reciclagem de materiais e consciência ecológica.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Escadinha de agilidade 1.** Para que as nossas atividades tenham mais qualidade vocês vão precisar dos seguintes materiais: papelão, barbante, tesoura, régua e tesoura. Na 1ª parte vamos cortar o papelão com comprimento 35 centímetros por 4 de largura, na 2ª parte iremos fazer 2 furos em cada ponta do papelão, na 3ª parte vamos passar o barbante nos furos de cada papelão deixando uma distancia entre eles de 35 centímetros, na 4ª parte faz o mesmo procedimento anterior na outra ponta do papelão. Valeu crianças curta, compartilhem e comentar os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=HkgMv6B7XOs	

PLANO DE AULA 2

• **TEMA:Escadinha de agilidade 2**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Utilizar materiais que sejam de fácil acesso para que as crianças consigam confeccionar os objetos usados em aula e tenham o seu próprio material.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar e desenvolver a criatividade da criação de objetos, autoestima, coordenação óculo manual, reciclagem de materiais e consciência ecológica.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Escadinha de agilidade 2.** Para que as nossas atividades tenham mais qualidade vocês vão precisar dos seguintes materiais: bambu ou ripa, barbante e retalho. Na 1ª parte vamos cortar o bambu com comprimento 35 centímetros por 4 de largura, na 2ª parte iremos fazer um gargalho em cada ponta do bambu, na 3ª parte vamos amarrar o barbante no gargalho de cada bambu deixando uma distância entre eles de 35 centímetros, na 4ª parte faz o mesmo procedimento anterior na outra ponta do bambu. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=HkgMv6B7XOs	

PLANO DE AULA 3

• **TEMA:Oficina de cone parte 1**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Confeccionar alguns instrumentos utilizados em aula por meio de alguns materiais recicláveis para que as crianças possam obter esse material e utilizar quando necessário.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação óculo manual, pro atividade, consciência ecológica, atenção e autoestima.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina de cone parte 1,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte apresentação da importância de fazer os cones em casa sem custo, na 2ª parte falei sobre quais materiais que iremos utilizar para as oficinas seguintes, na 3ª parte falei em detalhes de cada cone com diferentes tipos de materiais e dica onde adquirir os mesmo. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis	

PLANO DE AULA 4

• **TEMA:Oficina de cone parte 2**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Confeccionar alguns instrumentos utilizados em aula por meio de alguns materiais recicláveis para que as crianças possam obter esse material e utilizar quando necessário.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação óculo manual, pro atividade, consciência ecológica, atenção e autoestima.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina de cone parte 2,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte apresentação da importância de fazer os cones em casa sem custo, na 2ª parte falei sobre quais materiais que iremos utilizar para confeccionar o molde para todos os cones, na 3ª parte falei em detalhes como fazer as medidas do molde no papel, na 4ª falei sobre os procedimentos para recortar o molde no papel e passar para o papelão. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis	

PLANO DE AULA 5

• **TEMA:Oficina com cone de papel**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Confeccionar alguns instrumentos utilizados em aula por meio de alguns materiais recicláveis para que as crianças possam obter esse material e utilizar quando necessário.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação óculo manual, pro atividade, consciência ecológica, atenção e autoestima.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina com cone de papel,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte apresentação da importância de fazer os cones em casa sem custo, na 2ª parte falei em detalhes como fazer as medidas do molde no papel, na 3ª eu realizei os procedimentos de recortar o molde no papel, na 4ª etapa expliquei em detalhes como finalizar o cone com fita adesiva, cola branca ou grampeador.Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis

PLANO DE AULA 6

• **TEMA:Oficina com cone de caixa de leite**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Confeccionar alguns instrumentos utilizados em aula por meio de alguns materiais recicláveis para que as crianças possam obter esse material e utilizar quando necessário.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação óculo manual, pro atividade, consciência ecológica, atenção e autoestima.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina com cone de caixa de leite,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte apresentação da importância de fazer os cones em casa sem custo, na 2ª parte falei em detalhes como fazer molde na **caixa de leite**, na 3ª parte eu realizei os procedimentos de recortar o molde **caixa de leite**, na 4ª etapa expliquei em detalhes como finalizar o cone costurando com linha e agulha, sugeri, também, finalizar com fita adesiva ou grampeador. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis	

PLANO DE AULA 7

• **TEMA:Oficina de cone com pacote de café**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Confeccionar alguns instrumentos utilizados em aula por meio de alguns materiais recicláveis para que as crianças possam obter esse material e utilizar quando necessário.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação óculo manual, pro atividade, consciência ecológica, atenção e autoestima.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina com cone de pacote de café,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte apresentação da importância de fazer os cones em casa sem custo, na 2ª parte falei em detalhes como fazer molde no **pacote de café**, na 3ª parte eu realizei os procedimentos de recortar o molde no **pacote de café** (vazio, lavado e limpo), na 4ª etapa expliquei em detalhes como finalizar o cone costurando com linha e agulha, e sugeri, também, finalizar com fita adesiva ou grampeador. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis	

PLANO DE AULA 8

• **TEMA:Oficina com cone de espuma 1**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Confeccionar alguns instrumentos utilizados em aula por meio de alguns materiais recicláveis para que as crianças possam obter esse material e utilizar quando necessário.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação óculo manual, pro atividade, consciência ecológica, atenção e autoestima.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer um **com cone de espuma 1,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte apresentação da importância de fazer os cones em casa sem custo, na 2ª parte falei em	

detalhes como fazer molde **com cone de espuma 1**, na 3ª parte eu realizei os procedimentos de recortar o **cone de espuma 1**, na 4ª etapa expliquei em detalhes como finalizar o cone costurando com linha e agulha e sugeri também finalizar com fita adesiva ou grampeador. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis

PLANO DE AULA 9

• **TEMA:Oficina com cone de espuma 2**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Confeccionar alguns instrumentos utilizados em aula por meio de alguns materiais recicláveis para que as crianças possam obter esse material e utilizar quando necessário.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação óculo manual, pro atividade, consciência ecológica, atenção e autoestima.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer um **com cone de espuma 2,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte apresentação da importância de fazer os cones em casa sem custo com material que podemos encontrar em **Ponto de Apoio**, na 2ª parte falei em detalhes como fazer molde **com cone de espuma** , na 3ª parte eu realizei os procedimentos de recortar o **cone de espuma** , na 4ª etapa expliquei em detalhes como finalizar o cone costurando com linha e agulha, e sugeri, também, finalizar com grampeador. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=2J8rf4DBMis	

PLANO DE AULA 10

• **TEMA:Exercicio de agilidade e coordenação 1**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Oferecer as crianças atividades que elas possam estar realizando em casa trabalhando os membros de seu corpo.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação de membros inferiores, agilidade, óculo pedal, noção espacial e noção temporal.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar **Exercicio de agilidade e coordenação 1,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte falei da importância de fazer os exercícios para melhorar a coordenação de membros inferiores. Na 2ª parte falei das 4 etapas dos exercícios que serão realizados, na 3ª parte o João Pedro fez as 4 etapas dos exercícios sendo: **1** – corrida entre os cones, **2**- deslocamento de frente e costa nos cones, **3-**zig zag entre o cones, **4-**zig zag de costa nos cones. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=_XlzZ-p358g https://www.youtube.com/watch?v=oVzGGgl1IAY	

PLANO DE AULA 11

• **TEMA:Exercicio de agilidade e coordenação 2**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Oferecer as crianças atividades que elas possam estar realizando em casa trabalhando os membros de seu corpo.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação de membros inferiores, agilidade, óculo pedal, noção	

espacial e noção temporal.
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar **Exercicio de agilidade e coordenação 2,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte falei da importância de fazer os exercícios para melhorar a coordenação de membros inferiores. Na 2ª parte falei das 4 etapas dos exercícios que serão realizadas como uma brincadeira usando os exercícios do vídeo anterior. **Obs:** em cada exercício realizado eu e o João Pedro tínhamos que pegar a peteca no final do trajeto e trazer dentro do bambolê no início do exercício. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=_XlzZ-p358g https://www.youtube.com/watch?v=oVzGGgl1lAY

PLANO DE AULA 12

• **TEMA:Exercicio de agilidade e coordenação 3**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Oferecer as crianças atividades que elas possam estar realizando em casa trabalhando os membros de seu corpo.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação de membros inferiores, agilidade, óculo pedal, noção espacial e noção temporal.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar **Exercicio de agilidade e coordenação 3,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte falei da importância de fazer os exercícios para melhorar a coordenação de membros inferiores. Na 2ª parte falei das etapas dos exercícios que serão realizados. No 1º exercícioo João Pedro realizou o circuito saltando sobre as barras de frente com as duas pernas, em seguida salta na diagonal com uma das pernas sobre a barra, assim sucessivamente até acabar a primeira parte. Na 2ª parte ele fez o sapateado nos bambolês e o zig zag entre dois cones, na 3ª parte ele realizou o circuito juntando a 1ª e 2ª parte. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=oVzGGgl1lAY https://www.youtube.com/watch?v=c56tmcB0JfE	

PLANO DE AULA 13

• **TEMA: Exercicio de agilidade e coordenação 4**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Oferecer as crianças atividades que elas possam estar realizando em casa trabalhando os membros de seu corpo.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação de membros inferiores, agilidade, óculo pedal, noção espacial e noção temporal.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar **Exercicio de agilidade e coordenação 4,** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte falei da importância de fazer os exercícios para melhorar a coordenação de membros inferiores. Na 2ª parte falei das etapas dos exercícios que serão realizados. No 1º exercícioo João Pedro realizou o exercício o skip lateral sobre os cone chinês da direita para a esquerda em seguida salta do penúltimo cone para no último cone com uma das pernas na lateral, no 2º exercício realizou o mesmo exercício anterior, porém da esquerda para a direita, para finalizar realizou-se, no 3º exercício	

para ambos os lados sem parar. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=YYKuXxoIxZg

PLANO DE AULA 14

• **TEMA:Exercício de óculo manual 1**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar movimentos do badminton utilizando alguns objetos para auxiliar a melhorar a coordenação manual do membro dominante	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver o tempo de reação, noção espacial e agilidade dos membros do corpo.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar **Exercicio de óculo manual 1** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte falei da importância de fazer os exercícios para melhorar a coordenação de membros inferiores. Na 2ª parte falei das etapas dos exercícios que serão realizados. No 1º exercícioo João Pedro realizou o exercício de controlar bexiga com a mão dominante, no 2º exercício realizou o controle da bolinha de plástico, no 3º exercício fez o controle da bolinha de papel, no 4º exercício ele, somente, tocou na peteca que eu joguei na sua frente, no 5º exercício eu joguei as os objetos no forehand dele, depois no backhand, no 6º exercício realizamos os mesmo exercícios anteriores de tocar, porém com a raquete na peteca. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=NhWqlv-aiVk	

PLANO DE AULA 15

• **TEMA:Exercício de óculo manual 2**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar movimentos do badminton utilizando alguns objetos para auxiliar a melhorar a coordenação manual do membro dominante	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver o tempo de reação, noção espacial e agilidade dos membros do corpo.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar **Exercicio de óculo manual 2** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte falei da importância de fazer os exercícios para melhorar a coordenação de membros dominante. Na 2ª parte falei das etapas dos exercícios que serão realizados. No **1º** exercícioo João Pedro realizou o exercício de jogar a bolinha na parede no alto, a meia altura e embaixo pegando com as 2 mãos, no **2º** exercício ele realizou os mesmos exercícios anteriores, porém ele deve pegar a bolinha somente com a mão dominante, no **3º** exercício jogou a bolinha com a mão dominante e pegou a com mão não dominante, no **4º** exercício ele jogou a bolinha na parede e deu uma palma e pegou a bolinha. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=NhWqlv-aiVk	

PLANO DE AULA 16

• **TEMA:Exercicio de óculo manual 3**	**Turma:**1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar movimentos do badminton utilizando alguns objetos para auxiliar a melhorar a coordenação manual do membro dominante	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver o tempo de reação, noção espacial e agilidade dos membros do	

corpo.
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a serem dados nesta aula no site **YOUTUBE**, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão e edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar **Exercicio de óculo manual 3** para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na **1ª** parte falei da importância de fazer os exercícios para melhorar a coordenação de membros dominante. Na **2ª** parte falei das etapas dos exercícios que serão realizados. No **1º** exercícioo João Pedro deveria encaixar a bolinha dentro do cone após eu jogar ela na parede no seu lado direito, **2º**exercícioele deveria encaixar a bolinha dentro do cone após eu jogar ela na parede no seu lado esquerdo, no **3º** exercício ele realizou os mesmo anteriores porem com split step. Valeu crianças curta, compartilhem e comente os vídeos da página do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuidem.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:https://www.youtube.com/watch?v=NhWqlv-aiVk

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Roberto Aparecido Leal		
OFICINA: Badminton		
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	**CARGA HORÁRIA MENSAL: 64** horas	
PRINT DO VIDEO	**Aula nº 01: Escadinha de agilidade 1**	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=a6DbDAK7Gzc&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=33	
YouTube	Visualização: 28	Curtida: 4
Facebook União Brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33	**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 02: Escadinha de agilidade 2**	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=UM_mFC8bKyQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=34	
YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 10
Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16	**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 03:Oficina de cone parte 1**	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=AndvrgzAbxE&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=35	
YouTube	Visualização: 12	Curtida: 1
Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 13
Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24	**TOTAL DE CURTIDAS: 18**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 04: Oficina de cone parte 2		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=iMbYIcFWEgU&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=36		
	YouTube	Visualização: 32	Curtida: 5
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 05: Oficina com cone de papel		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=SBAb1JJptF4&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=37		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 16	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 06: Oficina com cone de caixa de leite		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=_OUIcLtxGRk&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=38		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS:17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 07: Oficina de cone com pacote de café		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=9hNMgoEqeBg&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=39		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 16	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 08: Oficina com cone de espuma 1		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=6ikPr8N_fMY&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=40		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização:3	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 16	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 09: Oficina com cone de espuma 2		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=tiDa6emnS7Y&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=42		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 10: Exercício de agilidade e coordenação 1		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=tiDa6emnS7Y&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=42		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 11: Exercício de agilidade e coordenação 2		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=QQsFXjoEi9o&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=43		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 12: Exercício de agilidade e coordenação 3		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=u-j_JnDrwLQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=44		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 13: Exercício de agilidade e coordenação 4		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=RF_p-qSSTi8&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=45		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 1	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 10	

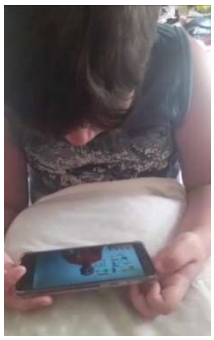
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 14: Exercício de óculo manual 1		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=KcUn5P65Efo&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=46		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 15: Exercício de óculo manual 2		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=0216yXHrBAc&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=47		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 16: Exercício de óculo manual 3		
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=KKQlPI2xvqo&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=48		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeos aulas: 294			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeos aulas: 239			

RETORNO DOS ALUNOS

Carlos Eduardo Conserva Valente Silva 1°D/ Maria Fernanda Conserva Valente Silva 3°C/ João Gabriel Conserva Valente Silva 4°D- Núcleo: Santa Clara

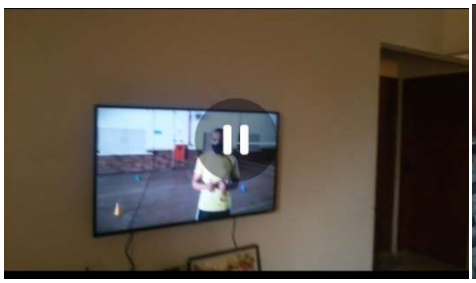
Isaque Ramos Vitória Ramos Borges Silva, 3º ano Giovana Ramos Borges Silva,

Anne Elyze Dias Brito 2º ano/ Eduardo Ponssiano Dias 3º ano- Núcleo: ECO Santo Antonio



Vitória Michaeli Bueno Rodrigues da Silva- Núcleo: Santa Clara.

Maria Clara Nascimento Cruz



Breno Henrique Silva Zanolini – 5º ano - Núcleo: Santa Clara

Heitor Henrique Ribeiro Simionato 3º ano/ Arthur Ribeiro Simionato 1º ano- Núcleo: Santa Clara

Nicolas/ Isa/ Nicole- Núcleo: Eco Santo Antonio

UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- MARÇO/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor : Thiago Prates dos Santos	
Oficina: Dança	
Carga horária semanal: 48 horas	**Carga horária total:** 12 horas
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: Dança das Vogais
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: Shaky Shaky
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Continuação da gravação da vídeoaula: Shaky Shaky 2
QUINTA-FEIRA 04/03/21	
SEXTA-FEIRA 05/03/21	• Matrícula e rematrícula no núcleo Paul
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	• Matrícula e rematrícula no núcleo Santa Clara
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: Variação de Ritmo
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: Desafio Tik Tok
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: Yapo
SEXTA-FEIRA 12/03/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: Shape of you
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Reunião pedagógica pelo Google Meet com a coordenadora/ Continuação da vídeoaula: Shape of you 2
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Continuação da coreografia da vídeoaula: Shape of you 3
QUINTA-FEIRA 18/03/21	
SEXTA-FEIRA 19/03/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: turiquitaca
TERÇA-FEIRA 23/03/21	Ensaio, coreografia e gravação da vídeoaula: YMCA
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Continuação da coreografia e gravação da vídeoaula: YMCA 2
QUINTA-FEIRA 25/03/21	
SEXTA-FEIRA 26/03/21	

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR : Thiago Prates dos Santos	
OFICINA: Dança	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 48 horas	**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 12 horas
Plano de aula 1º semana de 01/03 à 05/03/21 • Dança das Vogais • Shaky Shaky • Shaky Shaky 2	
Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21 • Variação de Ritmo • Desafio Tik Tok • Yapo	
Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21 • Shape of you • Shape of you 2 • Shape of you 3	
Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21 • turiquitaca • YMCA • YMCA 2	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Dança das Vogais	**Turma:**1°,2° e 3° ano.
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a alfabetização por meio da dança promovendo/ aprimorando o conhecimento das vogais.	
OBJETIVO GERAL: Trazer movimentos dinâmicos dando enfoque no desenvolvimento dos membros superiores.	
PROCEDIMENTOS: Foi realizada uma pesquisa para a montagem da coreografia e a gravação com auxilio do tripé e uma caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - dançando os passos na música; - apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própria música < https://www.youtube.com/watch?v=IFm3SRDPZ60 >(acesso em 01/03/2021)	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Shaky Shaky	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Promover aos alunos do projeto, que estão em casa, à oportunidade de se desenvolverem através da dança.	
OBJETIVO GERAL:A atividade tem como objetivo trabalhar coreografia da música.	
PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, ensaio da coreografia e edição do vídeo, checagem da caixa de som e a posição do tripé.	

ROTEIRO VÍDEOAULA: - executando os passos na música; - 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 os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: Just Dance Musica < https://www.youtube.com/watch?v=QXbFvJO85AA&t=69s>(acesso em 02/03/2021)

PLANO DE AULA 3

TEMA: Shaky Shaky 2	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Continuação da aula anterior trabalhando os passos e movimentos dinâmicos que envolvem os membros superiores.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coreografia da música através de uma sequência de movimentos.	
PROCEDIMENTOS: Foi criado um cenário para dar um efeito no fundo do vídeo, ensaio da coreografia e edição do vídeo, checagem da caixa de som e a posição do tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - executando os passos na música; - Apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que será trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: Just Dance Musica < https://www.youtube.com/watch?v=QXbFvJO85AA&t=69s>(acesso em 03/03/2021)	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Variação de Ritmo	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os membrosdo corpo com ritmos diferentes.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar os fundamentos e passos dessa variação de ritmos.	
PROCEDIMENTOS: Para dar um efeito no fundo do vídeo, foi criado um cenário para fazer a coreografia, edição do vídeo, conferência da caixa de som e ajustar a posição do tripé.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - coreografia na integra; - apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que será trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Desafio Tik Tok	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a lateralidade e ritmo trazendo para os alunos um desafio a cada ritmo.	
OBJETIVO GERAL: Essa aula vem trazer passos dinâmicos.	

PROCEDIMENTOS: Para dar um efeito no fundo do vídeo, foi criado um cenário para fazer a coreografia, edição do vídeo, conferência da caixa de som e ajustar a posição do tripé.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - fazendo a coreografia; - apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Yapo	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a coordenação, ritmo com enfoque nos membros superiores.	
OBJETIVO GERAL: Essa dança trabalha a origem africana.	
PROCEDIMENTOS:A aula foi realizada com os utensílios: caixa de som, tripé e tecido para fazer o fundo com croma key, edição da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- Dançando a coreografia; - apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: palavra cantada Musica < https://www.youtube.com/watch?v=rcBvsH7jqnc&t=27s>(acesso em 10/03/2021)	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Shape of you	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Promover aos alunos do projeto, que ainda permanecem em casa, a oportunidade de movimentarem seu corpo.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o fundamento do passo a passo nesse primeiro momento	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, checagem do material utilizado: caixa de som e tripé, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Shape of you 2	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Incentivar os alunos a praticar a dança durante a pandemia.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhando os passos unilateral, ritmo e coordenação.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, checagem do material utilizado: caixa de som e tripé, gravação e edição.	

ROTEIRO VÍDEOAULA: - apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria.

PLANO DE AULA 9

TEMA: Shape of you 3	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar coreografia com ritmo animado para que as crianças tenham prazer em participar da aula.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver passos unilateral, ritmo e coordenação.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, checagem do material utilizado: caixa de som e tripé, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - apresentação do professor; - apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Turiquitaca	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Trazer para as crianças algo bem diferente para que haja interação com a vídeoaula.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar passos que desenvolvam a lateralidade e ritmo.	
PROCEDIMENTOS: Foram utilizados os objetos: caixa de som, tripé e tecido para, após a gravação, fazer a edição da vídeoaula com o fundo com croma key.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - apresentação do professor; - apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: Just Dance	

PLANO DE AULA 11

TEMA:YMCA	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Trazer para as crianças uma coreografia e ritmo musical mais antigo.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a marcha e os fundamentos dessa dança.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, checagem do material utilizado: caixa de som e tripé, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- dançando a coreografia da música; - apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula;	

- instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: Just Dance e Thiago Prates

PLANO DE AULA 12

TEMA:YMCA 2	**Turma:**1º,2º e 3º e 5° ano
JUSTIFICATIVA: Continuação da coreografia da aula anterior.	
OBJETIVO GERAL: Dar continuidade ao passo a passo da coreografia que estamos trabalhando.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, checagem do material utilizado: caixa de som e tripé, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA:- dançando: continuidade da coreografia da música; - apresentação do professor; - apresentação do conteúdo que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar nas redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: Just Dance e Thiago Prates	

Relatório Mensal Instrutor (a)- Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR: Thiago Prates dos Santos			
OFICINA: Dança			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 48 horas		**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 12 horas	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 25 :Dança das Vogais**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/8eGaFluIMOs		
	YouTube	Visualização: 32	Curtida: 6
	Facebook União Brasil	Visualização: 24	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 21	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 77		**TOTAL DE CURTIDAS: 24**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 26 :**Shaky Shaky		
	Link do vídeo:https://youtu.be/0p0yIWvKABc		
	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 24	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 21	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 60		**TOTAL DE CURTIDAS: 21**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 27 :**Shaky Shaky 2		
	Link do vídeo:https://youtu.be/lEyYS8zy4lg		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 30	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 21	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 64		**TOTAL DE CURTIDAS: 23**	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 28: Variação de Ritmo		
	Link do vídeo:https://youtu.be/FaReC5ZGTMk		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 22	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 31	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 69		TOTAL DE CURTIDAS: 22	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 29: Desafio Tik Tok		
	Link do vídeo:https://youtu.be/5-4iWjKDM_M		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 82	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 21	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 117		TOTAL DE CURTIDAS: 20	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 30: Yapo		
	Link do vídeo:https://youtu.be/pFmXRNKlgbo		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 6	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 20	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 31: Shape of you		
	Link do vídeo:https://youtu.be/5kxg8eDEshQ		
	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 44	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 21	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 80		TOTAL DE CURTIDAS: 21	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 32: Shape of you 2		
	Link do vídeo:https://youtu.be/pVD70wPWvVA		
	YouTube	Visualização: 17	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 62	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 7	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 86		TOTAL DE CURTIDAS: 24	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 33: Shape of you 3		
	Link do vídeo:https://youtu.be/pVD70wPWvVA		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 6	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 20	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 34: turiquitaca		
	Link do vídeo:https://youtu.be/yBFKm3BN5mY		
	YouTube	Visualização: 19	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 46	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 69		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 35: YMCA		
	Link do vídeo:https://youtu.be/9MlOQ8OMlBo		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 6	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 36: YMCA 2		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 22	Curtida: 14
	Instagram	Visualização: 23	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 66		TOTAL DE CURTIDAS: 24	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 787			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 256			

RETORNO DOS ALUNOS

Murillo Morais- Santa Clara

Victor- Paul

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 03/03 e 04/03

DIA: 04/03

DIA:05/03

UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO N° 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Wagner Antonio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva e futebol	
Carga horária semanal: 16 horas	**Carga horária total:** 64 horas
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/03/21	Elaboração e gravação do vídeoaula, Preparação Física com chinelos ou tênis.
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Idealização e gravação do vídeoaula, Matéria sobre Edson Arantes do Nascimento conhecido como Pelé 757 gols, Christiano Ronaldo quebro esse Record com 767 gols.
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Montagem e gravação do vídeoaula, Preparação física com chinelos ou tênis fazendo salto.
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Elaboração e gravação do vídeoaula. Preparação Física trabalhando lateralidade e saltos.
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Elaboração e gravação do vídeoaula, Preparação Física com chinelos ou tênis. Essa atividade trabalha coordenação motora, salto, equilíbrio, agachamento.
TERÇA-FEIRA 09/03/21	.Idealização e gravação do vídeoaula, Preparação física com cabo de vassouras.
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Montagem e gravação do vídeoaula Preparação física com cabo de vassouras correr frente e costa passando pelo cabo de vassoura e tiro curto. Entrega Material pedagógico, Rematrícula dos alunos do Projeto.
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Montagem e gravação do vídeoaula Preparação física cabo de vassoura SKIPPING com deslocamento lateral mais tiro curto. Entrega Material pedagógico, Rematrícula dos alunos do Projeto.
SEXTA-FEIRA 12/03/21	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Elaboração e gravação do vídeoaula Preparação física fortalecimento do abdômen jogar a bola na parede.
TERÇA-FEIRA 16/03/21	Reunião pedagógica por vídeo chamada com os Coordenação e instrutores da União Brasil Elaboração e gravação do vídeoaula 4 series de 1 minuto condução mais passe.
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Montagem e gravação do vídeoaula 4 series de 1 minuto passe mais domínio com uma perna de cada vez direita e esquerda.
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Elaboração e gravação do vídeoaula Passe entre 3 cones intercalando pé direita e pé esquerda.
SEXTA-FEIRA 19/03/21	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/03/21	Elaboração e gravação do vídeoaula Salto com mudança direção com chinelos ou tênis.

TERÇA-FEIRA 23/03/21	Idealização e gravação do vídeoaula Condução mais dribles mais pisados fazer formado de triangulo os chinelos ou tênis.
QUARTA-FEIRA 24/03/21	Montagem e gravação do vídeoaula 5 passes mais domínio mais corrida colocar os chinelos ou garrafas de 2 litros em formato de triangulo.
QUINTA-FEIRA 25/03/21	Elaboração e gravação do vídeoaula Conduzir a bola chutar na parede e deixar passar entre as pernas colocar 1 chinelo para limitar o espaço atividade
SEXTA-FEIRA 26/03/21	Divulgação das aulas remotas nas redes sociais da União Brasil

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Wagner Antonio Brito	
OFICINA: Iniciação Esportiva e Futebol	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: _16_ horas	**CARGA HORARIAL MENSAL:** _64_ horas

Plano de aula 1º semana de 01/03 à 05/03/21

- Preparação Física com chinelos ou tênis.
- Matéria sobre Edson Arantes do Nascimento conhecido como Pelé 757 gols, Christiano Ronaldo quebro esse Record com 767 gols.
- Preparação física com chinelos ou tênis fazendo salto.
- Preparação Física trabalhando lateralidade e saltos.

Plano de aula 2º semana de 08/03 à 12/03/21

- Preparação Física com chinelos ou tênis. Essa atividade trabalha coordenação motora, salto, equilíbrio, agachamento.
- Preparação física com cabo de vassouras saltar cabo de vassoura com as duas pernas.
- Preparação física com cabo de vassouras correr frente e costa passando pelo cabo de vassoura e tiro curto.
- Preparação física cabo de vassoura SKIPPING com deslocamento lateral mais tiro curto.

Plano de aula 3º semana de 15/03 à 19/03/21

- Preparação física fortalecimento do abdômen jogar a bola na parede.
- 4 series de 1 minuto condução mais passe.
- 4 series de 1 minuto passe mais domínio com uma perna de cada vez direita e esquerda.
- Passe entre 3 cones intercalando pé direita e pé esquerda.

Plano de aula 4º semana de 22/03 à 26/03/21

- Salto com mudança direção com chinelos ou tênis.
- Condução mais dribles mais pisados fazer formado de triangulo os chinelos ou tênis.
- 5 passes mais domínio mais corrida colocar os chinelos ou garrafas de 2 litros em formato de triangulo.
- Conduzir a bola chutar na parede e deixar passar entre as pernas colocar 1 chinelo para limitar o espaço atividade.

PLANO DE AULA 1

TEMA: Preparação Física com chinelos ou tênis.	**Turma:** 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Demostra a importância da atividade física nesse momento de pandemia com material que criança tem na sua casa.	
OBJETIVO GERAL: Intuito da aula que o aluno treina preparação física para melhorar resistência muscular e respiratória usando apenas tênis ou chinelos.	

PROCEDIMENTOS: Iniciando explicação sobre atividade, depois sobre material que os alunos vão usar na sua casa. Foi demostrado como fazer preparação física com chinelos ou tênis. . Encontrodo melhor ângulo da câmera, feito ensaio depois foi gravação a vídeoaula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudação aos alunos; - Exposição de qual será a atividade; - Exposição do material que será utilizado (tênis ou chinelos) - Explicação de possíveis substituições dos materiais utilizados; - Explicação de como fazer atividade de preparação física colocar dois chinelos próximo um do outro ergue uma perna de cada vez passando por cima dos chinelos e assim com outra perna. - Explicação das regras básicas da preparação física responsável da criança vai marcar 4 x series de 1 minuto, cada serie aluno descansa 40 segundos. -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k

PLANO DE AULA 2

TEMA: Matéria sobre Edson Arantes do Nascimento conhecido como Pelé 757 gols, Christiano Ronaldo quebro esse Record com 767 gols.	**Turma:** 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Essa matéria para mostra o quanto tempo demoro para um jogador de futebol está quebrando record de gols do nosso Pelé.	
OBJETIVO GERAL: Essa pesquisa é de muita importância porque mostra que nosso Edson Arantes aposento com 29 anos. Jogador Christiano Ronaldo com seus 36 anos continua jogando profissionalmente pela Juventus.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando explicação sobre Matéria sobre Edson Arantes do Nascimento depois falando sobre jogador que bateu esse Record de gols Christiano Ronaldo. Encontrado o melhor ângulo da câmera, feito ensaio depois foi gravação a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Saudação aos alunos; - Exposição de qual será assunto abordado; - Exposição do material que será utilizado (informação sobre história do nosso Pelé) - Explicação da última copa do mundo que Pelé jogo que foi 1970, até quantos anos jogo com 29 anos, fez 757 gols, Christiano Ronaldo bateu esse Record com 767 gols.. -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.uol.com.br/esporte/ultimas-noticias/2021/03/14/pele-cristiano-ronaldo-recorde-gols.htm	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Preparação Física com chinelos ou tênis.	**Turma:** 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa atividade requer muito treino e dedicação material que vai usar chinelos ou tênis.	
OBJETIVO GERAL: Essa prática trabalha coordenação motora, flexibilidade, equilíbrio, velocidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado os cones, chinelos ou tênis. Preparação do local colocar ângulo da câmera para iniciar gravação do vídeo aula. Demonstração de como executar atividade saltar com uma perna de cada vez por cima do chinelo e voltar para trás assim fazer mesmo movimento com a outra perna. 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: - Inicio da aula com saudação;	

- Explicação da preparação física com chinelos ou tênis - Explicação das regras já utilizando os chinelos ou tênis - Realização da atividade; - Finalização da aula; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k

PLANO DE AULA 4

TEMA: Preparação Física com chinelos ou tênis abrindo as pernas dentro do espaço aonde é colocado os chinelos ou tênis.	**Turma:** 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno praticar dentro da sua casa, essa atividade proporciona equilíbrio corporal, coordenação motora, lateralidade, flexibilidade e noção espacial.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, força dos membros inferiores, noção espacial, lateralidade e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer preparação física com chinelo ou tênis saltar entre os chinelos ou tênis com uma perna de cada vez depois saltar sobre chinelo do lado direito voltar para centro do chinelo e saltar para trás, fazer o mesmo movimento com a perna esquerda, depois mostrar movimento para que aluno venha entender atividade. Escolha do local adequado para a realização da atividade, preparação do local para fazer a gravação vídeo aula e por fim gravação da aula	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho de equilíbrio corporal, concentração e força dos membros inferiores e lateralidade); - Exposição dos materiais utilizados (chinelos ou tênis); - Demonstração de como fazer preparação física saltar entre os chinelos ou tênis com uma perna de cada vez depois saltar sobre chinelo do lado direito voltar para centro do chinelo e saltar para trás, fazendo mesmo movimento com a perna esquerda; - Realização da atividade; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Preparação Física com chinelos ou tênis.	**Turma:** 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aluno fazer no seu espaço no quintal da sua casa ou até mesmo na sua garagem.	
OBJETIVO GERAL: coordenação motora, força dos membros inferiores, equilíbrio corporal, velocidade, agachamento e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, material usado que foram os cones, chinelos e tênis. Foi feito um ensaio antes de gravar e por fim gravação da aula. Essa prática trabalha saltar entre os chinelos abrindo as pernas fazer 4 series de 1 minuto intervalo de 40 segundos.	
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 ou chinelos saltar entre os chinelos abrindo as pernas fazer 4 series de 1 minuto intervalo de 1 minuto. -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k

PLANO DE AULA 6

TEMA: Preparação Física com dois Cabos de vassouras	**Turma:** 1º ao 5º Ano
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, velocidade, noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre preparação física para melhorar desenvolvimento e velocidade. Demonstração de como fazer preparação física usado 2 tênis correndo para frente passando os tênis voltar posição inicial do lado do tênis, fazer o mesmo movimento trocando os lados, fazer esse movimento 3 series de 1 minuto e intervalo 40 segundos. 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, lateralidade e velocidade); - Exposição dos materiais utilizados (dois tênis); - Demonstração de como fazer preparação física: - Realização da atividade; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/xVb-T_quijY	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Preparação Física com dois cabos de vassouras.	**Turma:** 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Demostra a importância da atividade física nesse momento de Pandemia com material que criança tem na sua casa dois cabos de vassouras.	
OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, força dos membros inferiores, equilíbrio, lateralidade, velocidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre fundamento futebol de campo preparação para melhorar desenvolvimento e velocidade. Demonstração de como fazer preparação física usando 2 cabos de vassouras fazendo 1 salto cada lado cabo de vassoura com as duas pernas e sair com velocidade correndo para frente entre os cabos de vassouras. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito antes depois foi gravado a videoaula.	
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 dois cabos de vassouras fazer um salto em um dos cabos de vassoura voltar ao centro do cabo de vassoura e saltar para outro lado voltar ao centro e correr em velocidade para frente. -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Preparação Física com dois cabos de vassouras formato em V.	**Turma:** 1º ao 5º Ano
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 dores musculares.
OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, equilíbrio corporal, velocidade, movimento de frente e costa tiro curto e noção espacial.
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer preparação física com os dois cabos de vassouras em formato em V fazer movimento de frente e costa passando pelos cabos de vassouras e um tiro curto correr para frente. 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 e velocidade); - Exposição dos materiais utilizados (dois cabos de vassouras); - Demonstração de como fazer preparação física com os dois cabos de vassouras fazer movimento para frente e para trás passando pelos cabos de vassouras e dar um tiro correr entre os cabos de vassouras. - Realização da atividade; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/xVb-T_quijY

PLANO DE AULA 9

TEMA: Preparação física cabo de vassoura SKIPPING com deslocamento lateral mais tiro curto.	**Turma:** 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aluno fazer no seu espaço no quintal da sua casa ou até mesmo na sua garagem.	
OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, saltos, equilíbrio corporal, skipping erguer os pés entre os cabos de vassouras e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre preparação Física para melhorar desenvolvimento e velocidade. Demonstração de como fazer preparação física usando 2 cabos de vassouras fazendo skipping erguer os pés entre os cabos de vassouras salto lado direito voltar para centro dos cabos de vassouras e fazer skipping saltar para lado esquerdo voltar para centro dos cabos de vassouras e dar um tiro curto. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito antes depois foi gravado a videoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Inicio da aula com saudação; - Explicação da preparação física com os cabos de vassouras; - Explicação das regras já utilizando os cabos de vassouras; - Realização da atividade; - Finalização da aula; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/xVb-T_quijY	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Preparação física fortalecimento do abdômen jogar a bola na parede.	**Turma:** 1º ao 5º ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da atividade que o aluno venha melhorar o seu abdômen fortalecendo reto para quando levar uma bolada no abdômen não ficar com falta de ar.	
OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, força no musculo reto do abdômen, equilíbrio corporal, envergadura e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer atividade para fortalecer abdômen reto aluno vai ficar de joelhos flexionados de frente para parede segurando a bola de plástico com as duas mãos jogar a bola na parede levantando o tronco pegando a bola voltando para posição inicial. Professor demostro	

atividade de vagar para aluno entender como deve executar os movimentos. 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 requer muita concentração e flexibilidade, força no abdômen reto e envergadura jogando a bola); - Exposição dos materiais utilizados (toalha e bola); - Demonstração de como fazer atividade ficar com os dois joelhos flexionados de frente para parede levantar o troco jogar a bola na parede pegar a bola quando voltar e voltar para posição inicial; - Realização da atividade; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ABbwZe7rgs8

PLANO DE AULA 11

TEMA:4 series de 1 minuto condução mais passe com chinelo ou tênis.	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aluno fazer no seu espaço no quintal da sua casa ou até mesmo na sua garagem usando bola plástica tênis ou chinelos colocando um do lado dos outros 4 chinelos ou tênis.	
OBJETIVO GERAL: Coordenação motora, equilíbrio corporal, concentração, domínio de bola e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre fundamento de futebol de campo puxando a bola com a perna direita fazendo passe na parede e assim com a outra perna. Demonstração de como fazer atividade puxar com a perna direita tirando dos chinelos e fazer passe na parede com perna esquerda dominar a bola quando voltar e fazer novamente com a perna direita. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito antes depois foi gravado a videoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Inicio da aula com saudação; - Explicação do fundamento de futebol de campo drible com passe; - Explicação das regras já utilizando os chinelos ou tênis; - Realização da atividade; - Finalização da aula; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/xVb-T_quijY	

PLANO DE AULA 12

TEMA:4 series de 1 minuto passe mais domínio com uma perna de cada vez direita e esquerda.	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aluno fazer no seu espaço no quintal da sua casa ou até mesmo na sua garagem matéria usado garrafas de 2 litros ou chinelos.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, força dos membros inferiores, noção espacial, lateralidade e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer fundamento de futebol de campo para melhorar passe e o domínio de bola usar dois chinelos distância 2 metros chutar a bola tirando do chinelo do lado direito e depois que a bola voltar a dominar e puxar para lado esquerdo chutando na parede e dominando a bola 4 series de 1 minuto intervalo de 40 segundos. 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: - Inicio da aula com saudação; - Explicação do fundamento de futebol de campo chutar a bola na parede tirando de o chinelo dominar a bola e fazer do outro lado 4 series de 1 minuto intervalo de 40 segundos; - Explicação das regras já utilizando os chinelos ou tênis; - Realização da atividade; - Finalização da aula; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ABbwZe7rgs8

PLANO DE AULA 13

TEMA: Passe entre 3 cones intercalando pé direita e pé esquerda.	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: O intuito da atividade que o aluno venha melhorar fundamento de domínio mais passe entre os chinelos ou tênis, são colocados 3 um do lado do outro com espaço de 1 metro chinelo do outro.	
OBJETIVO GERAL: Essa prática trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, mira, concentração, lateralidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre fundamento futebol de campo passe entre os 3 chinelos intercalando pé direito e pé esquerdo. Demonstração de como fazer chutar a bola entre os chinelos que são 3 intercalando pé direito e pé esquerdo. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito antes depois foi gravado a videoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Inicio da aula com saudação; - Explicação do fundamento passe entre os chinelos e domínio de bola; - Explicação das regras já utilizando procurar não acerta os chinelos ou tênis; - Realização da atividade; - Finalização da aula; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ABbwZe7rgs8	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Salto com mudança direção com chinelos ou tênis.	**Turma:** 1º ao 5º ano.
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 dores musculares.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, lateralidade, força dos membros inferiores, resistência respiratória e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre preparação física com chinelos ou tênis saltar em zig-zag a onde foi colocado 4 cones intercalando a perna para saltar 3 series de 1 minuto intervalo de 40 segundos. Demonstração de como fazer atividade saltar com uma das pernas lateral a onde foi colocado os chinelos intercalando a perna fazer 3 series de 1 minuto intervalo de 40 segundos. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito antes depois foi gravado a videoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho requer muita concentração e flexibilidade, lateralidade, força dos membros inferiores e noção espacial); - Exposição dos materiais utilizados (cones, chinelos, tênis ou garrafas de 2 litros); - Demonstração de como fazer atividade colocar os chinelos distância de 1 metro em zig-zag e saltar intercalando a perna. - Realização da atividade;	

-Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ABbwZe7rgs8

PLANO DE AULA 15

TEMA: Condução mais dribles mais pisados fazer formado de triangulo os chinelos ou tênis.	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: demonstrar a importância da atividade física nesse momento de pandemia aluno fazer no seu espaço no quintal da sua casa ou até mesmo na sua garagem.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, força dos membros inferiores, noção espacial, lateralidade e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Explicação de como fazer atividade colocar os chinelos em formato de triangulo distância de 2 metros conduzir a bola até chinelo pisar na bola parar ela e driblar puxar a bola para próximo chinelo parar a bola e fazer drible assim fazer mesmo processo no 3 chinelo. Professor demostro atividade de vagar para aluno entender como deve executar os movimentos. 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: - Inicio da aula com saudação; - Explicação do fundamento conduzir a bola pisar na frente do chinelo e fazer o drible assim fazendo mesmo processo nos outros 2 chinelos. - Explicação das regras já utilizando procurar parar a bola antes de chegar nos chinelos; - Realização da atividade; - Finalização da aula; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ABbwZe7rgs8	

PLANO DE AULA 16

TEMA:5 passes mais domínio mais corrida colocar os chinelos ou garrafas de 2 litros em formato de triangulo.	**Turma:** 1º ao 5º ano.
JUSTIFICATIVA: Demostra a importância da atividade física nesse momento de Pandemia com material que criança tem na sua casa.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, equilíbrio corporal, velocidade, resistência respiratória e resistência muscular e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente explicação sobre fundamento futebol de campo 5 passes na parede dominar a bola deixando no lugar dar um tiro curto correr. Demonstração de como fazer chutar a bola entre os chinelos que são 2 garrafas de 2 litros procurar não acerta as garrafas. Foi encontrado o melhor ângulo da câmera, feito antes depois foi gravado a videoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Inicio da aula com saudação; - Explicação do fundamento chutar a bola de encontro a parede entre as garrafas 5 vezes dominar a bola dar tiro curto que é correr; - Explicação das regras já utilizando procurar chutar a bola com a perna direita e perna esquerda; - Realização da atividade; - Finalização da aula; -Finalização da aula se despedindo dos alunos e pedindo para eles curtirem e comentarem os vídeos da União Brasil	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/ABbwZe7rgs8	

UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Relatório Mensal Instrutor - Março/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Wagner Antonio Brito		
OFICINA: Iniciação Esportiva e Futebol		
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	**CARGA HORÁRIA MENSAL:** 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 33:** Preparação Física com chinelos ou tênis	
	Link do vídeo:https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k	
YouTube	Visualização: 09	Curtida: 02
Facebook União Brasil	Visualização: 06	Curtida: 11
Instagram	Visualização:02	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17	**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 34:** Matéria sobre Edson Arantes do Nascimento conhecido como Pelé 757 gols, Christiano Ronaldo quebro esse Record com 767 gols	
	Link do vídeo:https://www.uol.com.br/esporte/ultimas-noticias/2021/03/14/pele-cristiano-ronaldo-recorde-gols.ht	
YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 11
Instagram	Visualização:01	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09	**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 35:** Preparação física com chinelos ou tênis fazendo salto	
	Link do vídeo:https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k	
YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 12
Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09	**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 36:** Preparação Física trabalhando lateralidade e saltos	
	Link do vídeo:https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k	
YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08	**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 37:** Preparação Física com chinelos ou tênis. Essa atividade trabalha coordenação motora, salto, equilíbrio, agachamento	
	Link do vídeo:https://youtu.be/3OfQ0xnz-1k	
YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09	**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	

PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 38:** Preparação física com cabo de vassouras saltar cabo de vassoura com as duas pernas		
	Link do vídeo:https://youtu.be/xVb-T_quijY		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 39:** Preparação física com cabo de vassouras correr frente e costa passando pelo cabo de vassoura e tiro curto		
	Link do vídeo:https://youtu.be/xVb-T_quijY		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 40:** Preparação física cabo de vassoura SKIPPING com deslocamento lateral mais tiro curto		
	Link do vídeo:https://youtu.be/xVb-T_quijY		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 41:** Preparação física fortalecimento do abdômen jogar a bola na parede		
	Link do vídeo:https://youtu.be/xVb-T_quijY		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 42:** 4 series de 1 minuto condução mais passe		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ABbwZe7rgs8		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:07		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 43:** 4 series de 1 minuto passe mais domínio com uma perna de cada vez direita e esquerda		
	Link do vídeo:https://youtu.be/xVb-T_quijY		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04

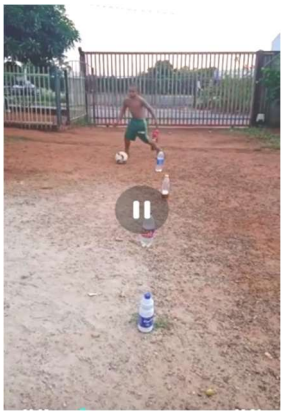
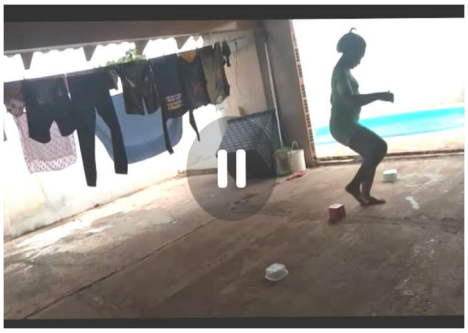
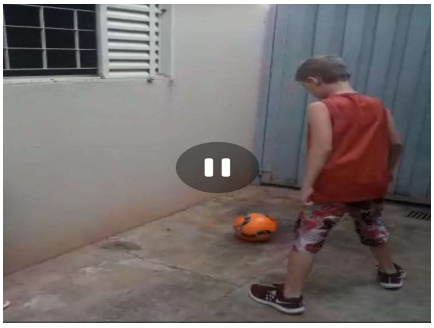
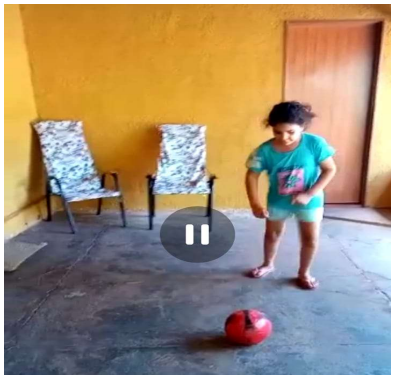
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09		**TOTAL DE CURTIDAS: 16**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 44:** Passe entre 3 cones intercalando pé direita e pé esquerda		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ABbwZe7rgs8		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 3	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 06		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 45:** Salto com mudança direção com chinelos ou tênis**)**		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ABbwZe7rgs8		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 07		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 46:** Condução mais dribles mais pisados fazer formado de triangulo os chinelos ou tênis		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ABbwZe7rgs8		
	YouTube	Visualização: 02	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 5	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08		**TOTAL DE CURTIDAS: 14**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 47:** 5 passes mais domínio mais corrida colocar os chinelos ou garrafas de 2 litros em formato de triangulo		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ABbwZe7rgs8		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 4	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:01	Curtida:04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08		**TOTAL DE CURTIDAS: 15**	
PRINT DO VÍDEO	**Aula nº 48:** Conduzir a bola chutar na parede e deixar passar entre as pernas colocar 1 chinelo para limitar o espaço atividade		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ABbwZe7rgs8		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 14
	Instagram	Visualização:01	Curtida:02
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:11		**TOTAL DE CURTIDAS: 17**	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 142			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 247			

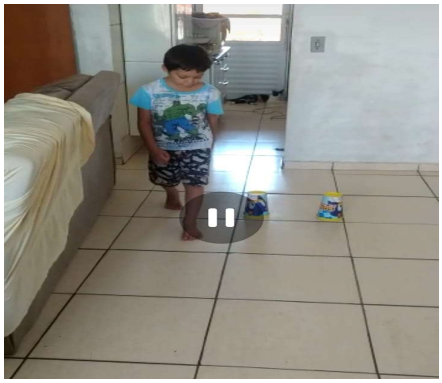
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

RETORNO DOS ALUNOS



Eduardo Aleff 6 ano, Lucas Aleff 4 ano, Maryah Emanuelle Ramos dos Santos 4 ano A, Rafael José Duran Silva 3 ano B, Davi Artur Pereira dos Santos 3 ano B, Tayla Nicole Duarte de Lima 2 ano B, Heitor Henrique Ribeiro Simionato 3 ano C, Arthur Ribeiro Simionato 1ano D

AÇÕES DESENVOLVIDAS PELA ENTIDADE – 2021

REUNIÃO PEDAGÓGICA

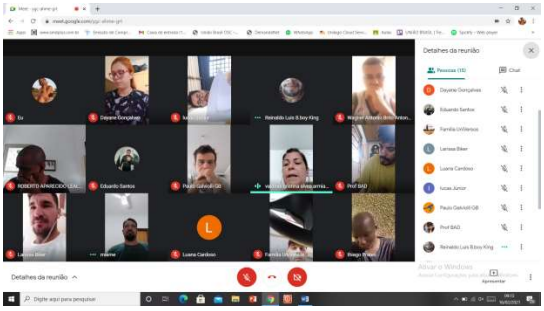
DIA: 16/03/2021
HORA: 9 h às 10 h
LOCAL: Plataforma Google Meet
PARTICIPANTES: Coordenadora Pedagógica, instrutores e funcionárias da equipe técnica.

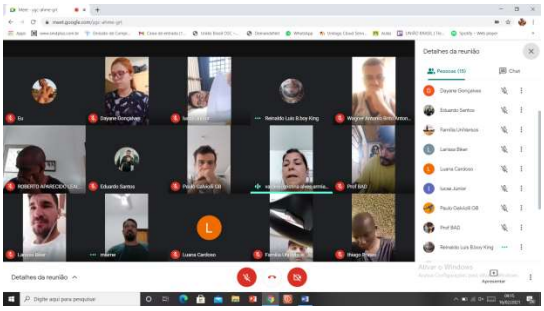
ATA da reunião dia 16 de Março de 2021

Aos dezesseis dias do mês de Março foi realizada a reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. Na reunião estavam presentes instrutores, coordenadora pedagógica e funcionárias da União Brasil.

A reunião iniciou com a coordenadora relembrando a data de entrega de planejamento semestral que ficou marcada para o dia cinco do mês de Abril. Em seguida foi falado das datas de entrega. As vídeoaulas ficaram combinadas para entregar 4 vídeos semanais nas datas 28/03, 04/04, 11/04 e 18/04. Em seguida foi ressaltado a importância de curtir os vídeos.

Para finalizar a coordenadora avisou aos instrutores que a folha de ponto de março foi enviado por e-mail para eles irem preenchendo diariamente. A reunião foi finalizada com os instrutores tirando suas duvidas e a coordenadora esclarecendo-as.



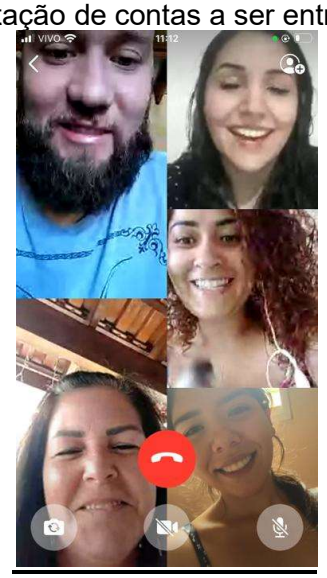


REUNIÃO INTERNA

DIA: 23/03/2021
LOCAL: Chamada de vídeo pelo WhatsApp
PARTICIPANTES: Coordenadora Geral; Encarregada Administrativa; Assistente pedagógica; Pedagoga.
PAUTA DA REUNIÃO: Retorno do lockdown; Prestação de contas mensal; Organização de férias; Planejamento de abril na parte financeira; Planejamento de abril na parte pedagógica; Entre outros assuntos.

REUNIÃO INTERNA

DIA: 31/03/2021
LOCAL: Chamada de vídeo pelo WhatsApp
PARTICIPANTES: Coordenadora Geral; Coordenadora Pedagógica; Encarregada Administrativa; Assistente pedagógica; Pedagoga.
PAUTA DA REUNIÃO: Organização da entrega das apostilas e rematrícula; Volta ao trabalho presencial; Confirmação do encaminhamento das notas fiscais para o pagamento do salário dos instrutores; Como estava o andamento dos relatórios; Prestação de contas a ser entregue na fazenda.



PARECER PEDAGÓGICO

No mês de março houve a continuação das matriculas e rematrículas nos núcleos até o dia 5 de março totalizando os números de matrículas citados na tabela logo abaixo.

NÚCLEOS	MATRICULAS E REMATRICULAS
Núcleo- Santa Clara	215
ECO Santo Antônio/Extensão	137
E.M Paul Percy Harris	46
TOTAL	**398 alunos**

As matrículas realizadas na E. M. Paul Percy Harris está aguardando a abertura de salas para serem cadastradas na Demandanet mesmo com essa espera o atendimento continua para esses alunos e para o próximo mês iremos mover ações para que o número de matrículas e rematrículas aumentem.

No dia 16 houve reunião pedagógica com os instrutores pela plataforma Google Met para alinharmos os dias da entrega de relatórios, feed back das vídeoaulas e possíveis dúvidas.

De acordo com o decreto nº 18.861 de 16 de março de 2021 houve a paralização total dos serviços presenciais até o dia 31, porém ficamos cumprindo os trabalhados em Home Office e a coordenadora pedagógica gozou 15 dias de férias, a partir do dia 22 de março.

Nos dias 7, 8 e 9 de Abril está programado a entrega de material impresso jutamente com o kit alimentação distribuídos nas escolas, assim aproveitando, também, para dar continuidade as matrículas e rematrículas no núcleo Santa Clara no qual os números serão atualizados no relatório do mês subseqüente.

GRADE HORÁRIA DOS INSTRUTORES PARA REALIZAÇÃO DAS MATRICULAS NOS NÚCLEOS:

ECO SANTO ANTÔNIO	
	INSTRUTORES
01/ 03/ 2021	Hasyllan
02/ 03/ 2021	Paulo
03/ 03/ 2021	Hasyllan
04/ 03/ 2021	Reinaldo/ Roberto
05/ 03/ 2021	Wagner

SANTA CLARA	
	INSTRUTORES
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

Valdinei Cristina Alves Armiato
Coordenadora