



UNIÃO 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

ABRIL 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

1. IDENTIFICAÇÃO DA UNIDADE

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

INTRODUÇÃO

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

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

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

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

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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PARECER PEDAGÓGICO

Relatório Mensal de Atividades – Organização da Sociedade Civil União Brasil (UBKS)

Total de visualizações	Total de curtidas	Retorno	Retirada material pedagógico <u>7 à 9/04 e 28 à 30/04</u>	Devolução material pedagógico <u>7 à 9/04 e 28 à 30/04</u>	Matriculas Efetivadas <u>7 à 9/04 e 28 à 30/04</u>	Total de atendidos
4.911	2.997	99	Eco – 153 Paul- 103 Sta. Clara- 383	Eco – 9 Paul- 3 Sta. Clara- 40	Eco – 10 Paul- 41 Sta. Clara-44	Nº de alunos matriculados Eco – 147 Paul- 87 Sta. Clara- 259 TOTAL: 497

Visando oferecer atividades sócios educacionais continuamos disponibilizando vídeoaulas interativas, multiculturais fazendo o uso de diferentes linguagens, assim proporcionando habilidades aos alunos em um âmbito desportivo, artístico e cultural tendo como objetivo a participação dos membros da família fique mais presente no cotidiano dos afazeres de seus (suas) filhos (as).

As atividades oferecidas proporcionam as crianças o desenvolvimento global do educando respeitando o ritmo e estilo diversos de aprendizagem, facilitando, assim, o processo de integração e sucesso educacional resultando o acolhimento afetivo.

Neste mês de abril a meta de atendimento foi cumprida conforme pactuada no plano de trabalho tais como:

- * Gravação de vídeoaulas desenvolvidas pelos professores utilizando espaços variados e temas diversos auxiliando no desenvolvimento do aluno;

- * Entrega de materiais impressos com o objetivo de alcançar o maior número de alunos que possuem pouco ou nenhum acesso a internet com diferentes atividades para que o aluno consiga realizar em casa desenvolvendo as habilidades de raciocínio lógico-matemática, leitura e escrita;

- * Recolhimento do material impresso após a realização da atividade pelos alunos;

- * Postagem das vídeoaulas nos grupos de WhatsApp para facilitar o acompanhamento das aulas;

- * Retorno dos alunos fazendo as vídeoaulas e/ou atividades impressas através de fotos e vídeo encaminhados para o professor (a), além de esclarecimentos de dúvidas;

- * Busca ativa dos alunos entrando em contato com os responsáveis para informá-los da importância de realizar a matrícula/ rematrícula do aluno;

Houve reuniões pedagógicas semanalmente, entrega de material impresso juntamente com o kit alimentação distribuído pela Secretária de Educação nas escolas e a continuação das matriculas e rematrículas nos núcleos Santa Clara e Paul.

As reuniões pedagógicas foram realizadas as terças-feiras sendo nos 6, 13, 20 e 27 com os instrutores e a equipe técnica do escritório para organização da grade



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

horária dos professores para a entrega do material impresso, realização das matrículas/rematrículas realizadas nos dias 07, 08 e 09 e 28, 29 e 30 de Abril, feed back das vídeoaulas, datas para a entrega de relatório, possíveis dúvidas e esclarecimento dos instrutores.

Nos dias 26 e 27 (segunda e terça-feira) realizamos busca ativa por telefone, no Paul, para reforçarmos as ações que iram ocorrer.

Na E. M. Paul Percy Harris conseguimos realizar 41 novas matrículas e rematrículas, totalizando 87 alunos, já no Santa Clara realizamos 44 novas matrículas, totalizando 259 alunos e na Eco – Santo Antônio 10 novas matrículas, totalizando 147 alunos.

Na segunda entrega de materiais impressos no núcleo Eco- Santo Antônio, dia 28/29 e 30, ajudamos a escola fazer a entrega do kit alimentação, pois os funcionários estavam com suspeita de Covid-19 e para não deixarmos essas famílias sem o alimento realizamos a entrega.

GRADE HORÁRIA DOS INSTRUTORES PARA REALIZAÇÃO DAS MATRÍCULAS/REMATRÍCULAS E ENTREGA DO MATERIAL IMPRESSO NOS NÚCLEOS:

DIA	NÚCLEOS		
	Sta Clara (08:00 às 16:00)	Paul (07:30 às 16:00)	Eco (07:00 às 16:00)
4ª Feira 07/04	Luana	Eduardo	Wagner
5ª Feira 08/04	Roberto	Paulo	Haysllan
6º Feira 09/04	Rafael	Robertinho	Lucas

DIA	NÚCLEOS		
	Sta Clara (08:00 às 16:00)	Paul (07:30 às 16:00)	Eco (07:00 às 16:00)
4ª Feira 28/04	Dayane	Eduardo	Paulo
5ª Feira 29/04	Roberto	José Roberto	Haysllan
6º Feira 30/04	Rafael	Thiago	Reinaldo



UNIÃO 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 INSTRUTORES (semanário, plano de aula, mensal)

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/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 05/04/21	Gravação da vídeoaula “Dança do quadrado” e edição.
TERÇA-FEIRA 06/04/21	*Reunião Pedagógica e Planejamento. Gravação da vídeoaula “Brincadeira do dentro e fora” e edição.
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Gravação da vídeoaula “Jogo da memória” e edição.
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Gravação da vídeoaula “Brincadeira do bastão” e edição.
SEXTA-FEIRA 09/04/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Gravação da vídeoaula “Corrida do coelhinho” e edição.
TERÇA-FEIRA 13/04/21	*Reunião Pedagógica e Planejamento. Gravação de vídeo aula “Quebra cabeça de Páscoa” e edição.
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Gravação da vídeo aula “Brincadeira Bambolê Uê” e edição.
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Gravação da vídeo aula “Música Desafio” e edição.
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Gravação de vídeo aula “Malabares com sacolinha” e edição.
TERÇA-FEIRA 20/04/21	*Reunião Pedagógica e Planejamento. Gravação da vídeoaula “Equilíbrio na corda” e edição.
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Gravação da vídeoaula “Labirinto do movimento” e edição.
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Gravação da vídeoaula “Desafio da garrafa” e edição.
SEXTA-FEIRA 23/04/21	
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Gravação da vídeo aula “Boca do jacaré” e edição.
TERÇA-FEIRA 27/04/21	*Reunião Pedagógica e Planejamento. Gravação da vídeoaula “Saltando a pote” e edição.
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Gravação da vídeoaula “Amarelinha Ritmada parte 1” e edição.
QUINTA-FEIRA	Gravação da vídeoaula “Amarelinha Ritmada parte 2” e edição.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

29/04/21	
SEXTA-FEIRA 30/04/21	

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Dayane Frandoligi Gonçalves	
OFICINA: Recreação Esportiva	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 • Dança do quadrado; • Brincadeira Dentro e Fora; • Jogo da memória • Brincadeira do Bastão;	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 • Corrida do Coelhoinho; • Quebra cabeça de páscoa; • Brincadeira Bambolê Uê; • Brincadeira Música Desafio;	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 • Malabares com sacolinha; • Equilíbrio na corda; • Labirinto dos movimentos; • Desafio da garrafa;	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 • Boca do Jacaré; • Saltando a ponte; • Amarelinha ritmada parte1; • Amarelinha ritmada parte 2;	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Dança do quadrado	Turma: 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Utilizar recursos sonoros para incentivar a pratica de brincadeiras em casa.	
OBJETIVO GERAL: Explorar formas de deslocamentos: pular, saltar, dançar.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, organização do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar uma forma lúdica de se exercitar em casa, com música, chama quem esta em casa para participar. Essa música fez muito sucesso há anos. A música já fala os comandos e nós temos que realizar os movimentos, é muito divertido! A dança do quadrado conta com muitos movimentos que já conhecemos. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=xt9Uo-doVps	Acesso em 20/03/2021

PLANO DE AULA 2

TEMA: Brincadeira Dentro e fora	Turma: 1º, 2º, 3º ANO
JUSTIFICATIVA: Unir a música com os movimentos de noções rítmicas.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

OBJETIVO GERAL: Imitar gestos e movimentos de acordo com os comandos.
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, iluminação, gravação e edição.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje, resolvi trazer uma brincadeira já realizada, porém muito divertida. Como é uma brincadeira musical faz parte, também, do conteúdo desse mês. A dança do dentro e fora muito simples e ensina noções espaciais e rítmicas. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=TO6ERoaqdRc Acesso em 20/03/2021

PLANO DE AULA 3

TEMA: Jogo da memória	Turma: 1°, 2°, 3° ANO
JUSTIFICATIVA: Desenvolver as relações, o protagonismo, a criatividade.	
OBJETIVO GERAL: Estimular a memória, concentração e atenção.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, do espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá criançada, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar o jogo da memória com tampinhas, muito simples e divertido. Vamos utilizar três tapinhas de cores diferentes, uma tampinha ou copinho para tampá-las. O participante terá alguns segundos para decorar as cores da sequência das tampinhas. Agora o desafio é tampar as tampinhas e embaralhar e ele terá que prestar muita atenção para adivinhar qual a nova sequência que ficou erguendo a tampa e mostrando se ele acertou ou não. Quando o participante acerta as cores, podemos aumentar o nível de dificuldade colocando mais uma tampinha de cor diferente, ficando com 4 cores, um pouco mais desafiador. Conforme o participante vai acertando, podemos aumentar o nível. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CM7F2bUnb0n/ Acesso em 20/03/2021	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Brincadeira do bastão	Turma: 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o jogo cooperativo.	
OBJETIVO GERAL: Brincar com materiais de acesso em casa, fortalecer laços familiares.	
PROCEDIMENTOS: Organização dos materiais, desenvolvimento da brincadeira, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar a brincadeira do bastão. Vamos utilizar apenas dois bastões ou cabos de vassoura, então chama alguém para brincar com você! A brincadeira consiste em trocar de bastão sem deixar cair a cada comando, exigindo agilidade e atenção. Pode-se, também, aumentar a dificuldade aumentando a distância de um para o outro. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CMugP7iHDeM/ Acesso em 21/03/2021	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Corrida do Coelho	Turma: 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Confeccionar coelhinhos de copo plástico para realização da brincadeira.	
OBJETIVO GERAL: Exercitar as habilidades motoras, motricidade fina e ampla.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PROCEDIMENTOS: Preparação dos materiais, organização da brincadeira, espaço, gravação e edição.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje, vou ensinar uma brincadeira muito divertida de páscoa, convidem a família para brincar. Anotem os materiais, dois copos plásticos, barbante ou lã, um palito e duas colheres de plásticos, lembrando que podem ser adaptáveis. Os copinhos serão os coelhinhos, você pode desenhar nele e até colocar orelhinhas. Vamos amarrar o barbante na colher que estará no meio do copinho através de um furo. O objetivo é trazer o coelhinho-copinho para perto enrolando o barbante no palito o mais rápido possível, ganhando um ponto na brincadeira. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CNDJagPB6qE/ Acesso em 21/03/2021

PLANO DE AULA 6

TEMA: Quebra cabeça de páscoa.	Turma: 1°, 2°, 3° ANO
JUSTIFICATIVA: Estimular a criatividade em brincadeiras de páscoa.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as cores. Data comemorativa de forma lúdica.	
PROCEDIMENTOS: Captação dos materiais, organização da brincadeira, do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vamos fazer um quebra cabeça de páscoa. Os materiais são adaptáveis, iremos recortar os ovos de páscoa e cortá-los ao meio para ficarem quebra cabeça, pode ser papel colorido, e uns menores redondos para fazer as pegadinhas do coelho. Então, vamos escolher 5 cores, de acordo com as cores teremos que seguir o caminho pisando só naquela cor, assim trabalharemos as cores também. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CNAENb5pNzv/ Acesso em 21/03/2022	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Bambolê Uê	Turma: 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar ritmo e atenção.	
OBJETIVO GERAL: Fortalecer laços familiares, estimular a coordenação rítmica.	
PROCEDIMENTOS: Organização do espaço, iluminação, materiais, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula hoje faremos uma brincadeira do Bambolê uê, uma brincadeira cantada podendo usar o bambolê ou outro material. Vamos aprender depois cantar e fazer o que a música manda. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=SkJjuFlw9f0 Acesso em 23/03/2021

PLANO DE AULA 8

TEMA: Música Desafio	Turma: 1°, 2°, 3° ANO
JUSTIFICATIVA: Usar brincadeiras cantadas de comandos.	
OBJETIVO GERAL: Estimular a prática de exercício físico e brincadeiras em casa.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, preparação do espaço, gravação e edição.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos mais uma brincadeira com música. É uma aula divertida e o objetivo é se exercitar junto com a música. Faremos o que ela mandar! Vamos lá! Essa foi a aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=ZmZIOI045Mc> Acesso em 23/03/2021

PLANO DE AULA 9

TEMA: Malabares com sacolinha	Turma: 1º, 2º, 3º ANO
JUSTIFICATIVA: Desenvolvimento de atividades circenses.	
OBJETIVO GERAL: Propor uma atividade circense para as crianças realizarem em casa.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisa de conteúdo, estruturação do roteiro, do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá criança, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos uma homenagem ao dia do circo que foi dia 27 de março. Essa data foi marcada em homenagem ao um palhaço que ficou muito famoso e muito importante para a história. Adaptamos uma brincadeira para fazer em casa, o malabares com sacolinha. Vamos usar três sacos plásticos e para começar a brincadeira com duas e depois com três para aumentar o desafio. Essa foi a aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CM4RqIrnmyl/ Acesso em 23/03/2021	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Equilíbrio na corda	Turma: 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Conhecer um pouco da cultura circense.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o equilíbrio através de uma brincadeira lúdica dentro do tema.	
PROCEDIMENTOS: Esquematização da brincadeira, do roteiro, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Dando continuidade ao tema circo da aula anterior. Vamos usar uma corda e dois bambolês e um bastão. O objetivo é andar sobre a corda equilibrando os bambolês no bastão. Essa foi a aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CMvQgbjvtd/ Acesso em 24/03/2021	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Labirinto dos movimentos	Turma: 1º, 2º, 3º ANO
JUSTIFICATIVA: Explorar diversos movimentos em um espaço delimitado.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar as habilidades psicomotoras, noções de espaço.	
PROCEDIMENTOS: Preparo da brincadeira, espaço, iluminação, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vou ensinar como fazer o labirinto dos movimentos. Você pode utilizar qualquer material para marcar o chão como um caracol, uma corda, giz, lençol... E você vai tentar realizar os mesmos movimentos que a professora ai em casa, pulando o labirinto com um pé só, com os dois pés, pulando amarelinha, com um pé na frente do outro... Essa foi a aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.instagram.com/p/CNM6tG9H-zK/> Acesso em 23/03/2021

PLANO DE AULA 12

TEMA: Desafio da garrafa	Turma: 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Apresentar uma atividade de desafio para a iniciação do tema atletismo.	
OBJETIVO GERAL: Proporcionar uma atividade lúdica para trabalhar saltos.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da brincadeira, organização do espaço e iluminação. Gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje quero propor um desafio para vocês, vamos usar uma garrafa e barbante para amarrar a garrafinha com um pouco de água na cintura. O desafio é trabalhar saltos, até deixar a garrafinha parar em pé na sua frente. E bom desafio pra vocês! Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CNIBkvinvlz/ Acesso em 25/03/2021	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Boca do jacaré	Turma: 1°, 2°, 3° ANO
JUSTIFICATIVA: Construir noções sobre o atletismo	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar suas habilidades motoras.	
PROCEDIMENTOS: Estruturação do conteúdo, roteiro, preparação do espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Vamos começar nossa aula com uma reflexão. Você sabe o que é atletismo? Atletismo é um conjunto de esportes de saltos, corridas e lançamentos. Hoje vamos trabalhar salto em distância de forma lúdica. A brincadeira é a boca do jacaré. Chame um adulto para te ajudar a desenhar um esquema parecido como esse no chão. Agora vamos começar saltando da parte menor para a maior, assim aumentando a distância do salto. Só não vale cair dentro da boca do jacaré. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=OrUb6HvDpxU Acesso em 25/03/2021	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Saltando a ponte	Turma: 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Oferecer uma atividade voltada para as diferentes realidades.	
OBJETIVO GERAL: Fortalecer capacidades e agilidades direcionadas aos saltos em distâncias.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do espaço, da brincadeira, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. A brincadeira é saltando a ponte, chame alguém para te ajudar a desenhar a ponte no chão. Vamos treinar nossas habilidades de salto em distância. Primeiro iremos desenhar um esquema parecido como esse no chão que vou mostrar para vocês do 1 ao 6. Agora vamos começar saltando os números ímpares, agora os números pares, agora vamos partir do 1 até o 2, do 1 ao 3, do 1 ao 4. Agora vamos partir do 2 para o 3, do 2 para o 4, do 2 para o 5 e para pular o 6, vamos partir do 3 para facilitar um pouco mais. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=VII8oo44tC8	Acesso	em
26/03/2021			

PLANO DE AULA 15

TEMA: Amarelinha ritmada parte 1	Turma: 1°,2°, 3°ANO
JUSTIFICATIVA: Recriar uma amarelinha com ritmo	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação de pés e mãos, ritmo.	
PROCEDIMENTOS: Organização do conteúdo, da brincadeira, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje vamos fazer a amarelinha ritmada. Para fazer os esquemas no chão, vamos usar a amarelinha das setas igual à aula 36, se você não assistiu, assista e volta aqui que agora vamos colocar ritmo. A música dará os comandos e nós iremos realizar no ritmo, pulando a amarelinha. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=gG5xWDi5mK8 Acesso em 26/03/2021

PLANO DE AULA 16

TEMA: Amarelinha ritmada parte 2	Turma: 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Propor variadas formas de pular amarelinha.	
OBJETIVO GERAL: Explorar a coordenação, ritmo e a criatividade.	
PROCEDIMENTOS: Preparação da brincadeira, espaço, gravação e edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá galerinha, sejam todos bem vindos a mais um vídeo de recreação da professora Dayane. Na aula de hoje faremos a amarelinha ritmada parte 2, dando continuidade na aula anterior. Vamos colocar ritmo com uma música antiga muito conhecida, chama um adulto para te ajudar. Vamos fazer os movimentos com os braços e pulando a amarelinha ao mesmo tempo. Esse é o desafio recriar a brincadeira. Essa foi à aula de hoje, espero que tenham gostado. Não deixem de curtir esse vídeo, mandar suas fotos e vídeos no nosso grupo de whatsapp, compartilhar deixar um comentário! Muito obrigada e até a próxima aula!	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=JwKsDwXhGGY Acesso em 26/03/2021

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Dayane Frandoligi Gonçalves			
OFICINA: Recreação Esportiva			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VIDEO		Aula nº 49: Dança do quadrado	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=cW-jg6vopEU&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=49		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 1
	Facebook	Visualização: 69	Curtida: 9
	União Brasil		
	Instagram	Visualização:6	Curtida:5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:85		TOTAL DE CURTIDAS:15	

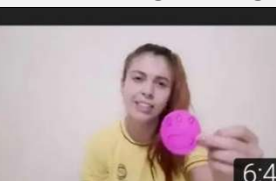
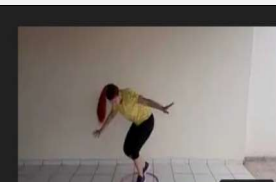
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 50: Brincadeira Musical Dentro e fora
-----------------------	--



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

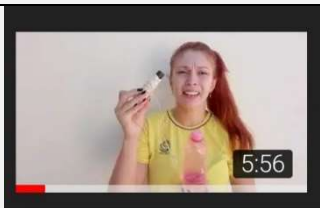
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=CsqABJq_1Q&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=50		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 11	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 51: Jogo da memória	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Hs7liFmt16k&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=51		
	YouTube	Visualização: 19	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 29	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 52: Brincadeira do bastão	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Z2O1J1rs7o0&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=52		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 53: Corrida do coelhinho	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=dS858rcnQsc&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=53		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 54: Quebra cabeça de páscoa	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=An4-QRN857s&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=54		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 55: Brincadeira cantada bambolê Uê	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=kdvilbqE2es&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=55		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 1	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 14	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 56: Brincadeira Música do desafio	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=om2H8MvDUWQ&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=56	
		YouTube	Visualização: 9 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 1 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 57: Dia do Circo: Brincadeira Malabares com sacolinha	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=jnMQwYgeB4c&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=57	
		YouTube	Visualização: 8 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 32 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 4 Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 58: Equilíbrio na corda	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=-CA3t3MRAVo&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=58	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 15 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 59: Labirinto do movimento	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XsblIn99Gj8&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=59	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 4 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 60: Desafio da garrafa	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=nVoa7s778L8&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=60	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 4 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 15	



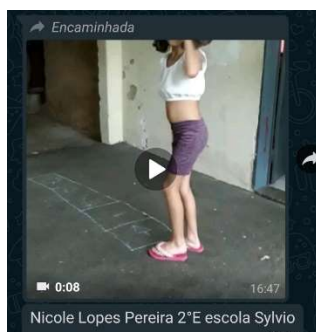
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 61: Brincadeira Boca do Jacaré	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=RGvbb7HGVSI&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=61		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 7
	Instagram	Visualização:1	Curtida:5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 62: Saltando a ponte	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=oaXpSVABlt8&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=62		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 3	Curtida: 6
	Instagram	Visualização:1	Curtida:1
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		TOTAL DE CURTIDAS:9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 63: Amarelinha Ritmada	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=WmJ9zQPu-Sk&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=63		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:1	Curtida:4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:12		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64: Amarelinha ritmada parte 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=k0ZkTeln6-E&list=PLpU23UKHWZE4IJ8kDoCuD-lzXOjVb_UK-&index=64		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 9	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25		TOTAL DE CURTIDAS:14	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 400			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 211			

RETORNO DOS ALUNOS



Núcleo Eco.



Núcleo Santa Clara.



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



Núcleo Santa Clara



Núcleo Santa Clara



Núcleo Santa Clara.



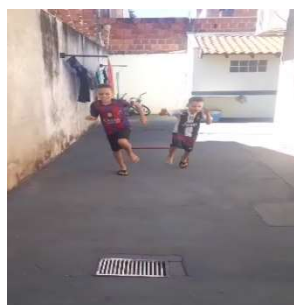
Rafael Duran, T4



Santa Clara



João Gabriel Conserva 4ºD, Carlos Eduardo Conserva 3ºC, Maria Fernanda Conserva 1ºD, Santa Clara.



João Gabriel 4ºD, Carlos Eduardo



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



Emerson 5ºD Santa Clara
Conserva 3ºC, Santa Clara.



Heitor Henrique Simionato
3º ano, Santa Clara



Rafael Duran, turma 4, Santa Clara.

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 28/04/2021

Entrega de material impresso 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- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Eduardo José Dos Santos	
Oficina: Karatê – Dô	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamentos para a gravação do Vídeo 1 - Treinamento de Yoko Uke.
TERÇA-FEIRA 06/04/21	*Reunião Pedagógica – GoogleMeet. Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 2 - Treinamento de Jodan Age Uke.
QUARTA-FEIRA 07/04/21	*Entrega de material impresso – Escola Paul Percy Harris.
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 3 - Treinamento de Hikite.
SEXTA-FEIRA 09/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 4 - Treinamento de zuki.
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 5 - Treinamento de ShutoUke.
TERÇA-FEIRA 13/04/21	*Reunião Pedagógica – Google Meet. Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 6 - Treinamento de UchiUke.
QUARTA-FEIRA 14/04/21	
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 7 - Treinamento de Mae Geri Parte 1.
SEXTA-FEIRA 16/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 8 - Treinamento de Mae Geri Parte 2.
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 9 - Treinamento de Mae Geri Parte 3.
TERÇA-FEIRA 20/04/21	*Reunião Pedagógica – Google Meet. Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 10 - Explicando sobre erros que acontecem na execução de base.
QUARTA-FEIRA 21/04/21	
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 11 - Treinamento de Han Zen KutsuDachi.
SEXTA-FEIRA 23/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 12 - Treinamento de Zen KutsuDachi.
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 13 - Treinamento de NekoashiDachi.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TERÇA-FEIRA 27/04/21	*Reunião Pedagógica – Google Meet Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 14 - Treinamento de ShikoDashi.
QUARTA-FEIRA 28/04/21	
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 15 - Kihon 1 “base Han Zen KutsuDashi, técnica Gedan-Barai”.
SEXTA-FEIRA 30/04/21	Organização do local, conferência de iluminação, áudio e equipamento para a gravação do Vídeo 16 - Kihon2 “base Zen KutsuDachi, técnica Gedan- Barai”.

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Eduardo José Dos Santos	
OFICINA: Karatê - Dô	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 • Vídeo 1 - Treinamento de Yoko Uke. • Vídeo 2 - Treinamento de Jodan Age Uke. • Vídeo 3 - Treinamento de Hikite. • Vídeo 4 - Treinamento de zuki.	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 • Vídeo 5 - Treinamento de ShutoUke. • Vídeo 6 - Treinamento de UchiUke. • Vídeo 7 - Treinamento de Mae Geri Parte 1. • Vídeo 8 - Treinamento de Mae Geri Parte 2.	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 • Vídeo 9 - Treinamento de Mae Geri Parte 3. • Vídeo 10 - Explicando sobre erros que acontecem na execução de base. • Vídeo 11 - Treinamento de Han Zen KutsuDachi. • Vídeo 12 - Treinamento de Zen KutsuDachi.	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 • Vídeo 13 - Treinamento de NekoashiDachi. • Vídeo 14 - Treinamento de ShikoDashi. • Vídeo 15 - Kihon 1 “base Han Zen KutsuDashi, técnica Gedan- Barai”. • Vídeo 16 - Kihon2 “base Zen KutsuDachi, técnica Gedan- Barai”.	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Treinamento de Yoko Uke.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Desenvolver o Yoko Uke com todos os critérios que são exigidos para uma técnica básica com nível e excelência.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o Yoko Uke que é uma técnica básica só que nesse momento serão priorizados o desenvolvimento 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 vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Saudações aos alunos;
- Prévia do que será trabalhado na aula;
- Mostrando os detalhes da técnica;
- Trabalhando séries de Yoko Uke parado;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;
- Despedida dos alunos;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002

PLANO DE AULA 2

TEMA: Treinamento de Jodan Age Uke.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Desenvolver o Jodan Age Uke com todos os critérios que é exigido para uma técnica básica com nível e excelência.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o Jodan Age Uke que é uma técnica básica priorizando o desenvolvimento dos pequenos detalhes.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhando séries do Jodan Age Uke parado; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Treinamento de Hikite.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Desenvolver o Hikite que é trabalhado em quase todas as técnicas básicas e, também, é muito cobrado no dia a dia nos treinamentos, pois se o hikite ser executado da forma errada o golpe perde potência, velocidade e abaixa muito o nível da técnica.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o hikite para que o aluno consiga desenvolvê-lo de forma mecânica e quando for executar, acertar o movimento sem pensar para fazer.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhando séries de Hikiteparado; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	
PLANO DE AULA 4	
TEMA: Treinamento de zuki.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Desenvolver o Zuki com todos os critérios que são exigidos para uma técnica básica atingindo o nível e excelência.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o Zukique priorizando o desenvolvimento dos pequenos detalhes para alcançar a perfeição na execução dos movimentos.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhando séries de Zukiparado; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Treinamento de ShutoUke.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Desenvolver o ShutoUke com os critérios que são exigidos para realizar para uma técnica básica com nível e excelência.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o ShutoUkeque, técnica básicaque já foi passada para os alunos, porém dando enfoque no desenvolvimento do quadril, respiração e, principalmente, usar os dois braços na execução do movimento.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhando séries do ShutoUkeparado; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido; - Despedida dos alunos;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Treinamento de UchiUke.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aumentar o repertório das técnicas básicas do aluno através do treinamento	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

UchiUke.
OBJETIVO GERAL: Aperfeiçoar os movimentos de UchiUke para que a técnica seja compreendida e realizada da forma como tem que ser.
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhando séries do UchiUke parado; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002

PLANO DE AULA 7

TEMA: Treinamento de Mae Geri Parte 1.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os movimentos do Mae Geri nessa primeira etapa dando foco na questão da preparação do chute, levantar o joelho e a posição do quadril reto.	
OBJETIVO GERAL: Ensinar e trabalhar a preparação do movimento para que os alunos executem uma técnica com muita qualidade e potência.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhando séries do Mae Geri parado; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Treinamento de Mae Geri Parte 2.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Nessa segunda etapa vamos intensificar a questão da preparação da técnica colocando um obstáculo para a preparação e execução do chute.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o chute Mae Geri com a preparação do movimento e a execução por cima da cadeira. Por conta desse obstáculo será trabalhado todo o mecanismo da técnica de uma vez, “levantar o joelho, manter o quadril reto, desferir o chute, retornar o chute com o joelho na altura da cintura e voltar com a sola do pé no chão para recompor a guarda”.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Mostrando os detalhes da técnica;
- Trabalhando séries do Mae Geri parado;
- Executando o Mae Geri com a cadeira de obstáculo;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Bushido;

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002

PLANO DE AULA 9

TEMA: Treinamento de Mae Geri Parte 3.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Nessa terceira etapa vamos intensificar a questão da execução e a continuidade da técnica.	
OBJETIVO GERAL: Executar o chute Mae Geri os fundamentos para uma execução ótima da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhando séries do Mae Geri com todos os fundamentos já ensinados. - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Explicando sobre erros que acontecem na execução de base.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Passar algumas informações importantes do tema base que será abordado nas aulas seguintes.	
OBJETIVO GERAL: Falar sobre os erros que mais acontecem nas bases básicas e mostrar algumas manhas e fundamentos das bases que serão desenvolvidas nas aulas seguintes.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Falando sobre as bases; - Mostrando os detalhes das bases; - Falando sobre erros constantes e métodos para execução da base; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 11

TEMA: Treinamento de Han Zen KutsuDachi.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Mostrar e trabalhar a base Han Zen KutsuDashi falar sobre os erros mais constantes e desenvolvendo o fundamento que é de suma importância para qualquer golpe ou base.	
OBJETIVO GERAL: Executar a base Han Zen KutsuDashi que é de altura mediana, trabalhando os erros mais contínuos que tenho detectado em algumas devolutivas dos alunos, mostrar os fundamentos para a execução de uma ótima técnica e trabalhar diversas séries dessa base.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhado séries de Han Zen KutsuDashi com os fundamentos para execução de uma ótima base. - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Treinamento de Zen KutsuDachi.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Mostrar e trabalhar a base Zen KutsuDashi, falar sobre os erros mais constantes e desenvolvendo o fundamento que é de suma importância para qualquer golpe ou base.	
OBJETIVO GERAL: Executar a base Han Zen KutsuDashi que é de altura baixa, trabalhando os erros mais contínuos que tenho detectado em algumas devolutivas dos alunos, mostrar os fundamentos para a execução de uma ótima técnica e trabalhar diversas séries dessa base.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalhado séries de Zen KutsuDashi com os fundamentos para execução de uma ótima base; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Treinamento de NekoashiDachi.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Mostrar e trabalhar a base NekoashiDachi dando enfoque nos erros praticados ao realizar os movimentos que são de suma importância para qualquer golpe ou base.	
OBJETIVO GERAL: Executar a base NekoashiDachi que é de altura mediana trabalhando os erros mais contínuos que tenho detectado em algumas devolutivas dos alunos e trabalhar diversas séries dessa base.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalho séries de NekoashiDachi com os fundamentos para execução de uma ótima base; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002

PLANO DE AULA 14

TEMA: Treinamento de ShikoDashi.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a base ShikoDashi com teoria e prática para que os alunos consigam assimilar melhor os movimentos da base e do golpe.	
OBJETIVO GERAL: Executar a base ShikoDashi que é de altura baixa corrigindo os erros detectados em algumas devolutivas dos alunos demonstrando os fundamentos para a execução de uma ótima técnica trabalhando diversas séries dessa base.	
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; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes da técnica; - Trabalho séries de ShikoDashi com os fundamentos para execução de uma ótima base; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Kihon 1 “base Han Zen KutsuDashi, técnica Gedan- Barai”.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Executar os fundamentos que foram passados, tanto da base, quando da técnica. Base Han Zen KutsuDashi e a técnica Gedan- Barai.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar o kihon 1 com todos os fundamentos e minimizando o máximo de erro possível tanto da base quanto da técnica.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes do kihon; - Trabalho séries do Kihon 1 “base Han Zen KutsuDashi, técnica Gedan- Barai”. - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002

PLANO DE AULA 16

TEMA: Kihon2 “base Zen KutsuDachi, técnica Gedan- Barai”.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Executar os fundamentos que foram passados tanto da base quanto da técnica	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar kihon 2 com todos os fundamentos minimizando os erros ao executar os fundamentos.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento sobre as técnicas básicas do karatê, organização do espaço, ajuste do vídeo e áudio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudações aos alunos; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Mostrando os detalhes do kihon; - Trabalhar séries do Kihon2 “baseZen KutsuDashi, técnica Gedan- Barai”. - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Bushido;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CARVALHO, A.; PESSOA, A.; SOUZA, J. A biomecânica do chute frontal do karatê. 3º Congresso de Iniciação Científica da CEFET. Rio Grande do Norte, Natal, 2002	

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Eduardo José dos Santos			
OFICINA: Karatê-Dô			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VIDEO	Aula nº 49: (nome da aula) Treinamento de Yoko Uke		
	Link do vídeo: https://youtu.be/XyjmHGX4n2U		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook	Visualização: 2	Curtida: 7
	União Brasil		
Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VIDEO	Aula nº 50: (nome da aula) Treinamento de Jodan Age Uke		
	Link do vídeo: https://youtu.be/Y4owPee4NrY		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 1
	Facebook	Visualização: 15	Curtida: 7
	União Brasil		
Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 11	
PRINT DO VIDEO	Aula nº 51: (nome da aula) Treinamento de Hikite		
	Link do vídeo: https://youtu.be/n4FpIKgHdBY		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook	Visualização: 4	Curtida: 7
	União Brasil		
Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 9		TOTAL DE CURTIDAS: 11	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 52: (nome da aula) Treinamento de zuki		
	Link do vídeo: https://youtu.be/_-RIUPY4XVo		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 45	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 50		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 53: (nome da aula) Treinamento de Shuto Uke		
	Link do vídeo: https://youtu.be/Ny8BgLctO2k		
	YouTube	Visualização: 2	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 10		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 54: (nome da aula) Treinamento de Uchi Uke		
	Link do vídeo: https://youtu.be/VJOlyAE1afQ		
	YouTube	Visualização: 3	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 11	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 55: (nome da aula) Treinamento de Mae Geri Parte 1		
	Link do vídeo: https://youtu.be/oiU3Fe5nKbs		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 56: (nome da aula) Treinamento de Mae Geri Parte 2		
	Link do vídeo: https://youtu.be/4eQpsB5nh8U		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 57: (nome da aula) Treinamento de Mae Geri Parte 3		
	Link do vídeo: https://youtu.be/DSAFxc6kOvY		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 13	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 12	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 58: (nome da aula) Explicando sobre erros que acontecem na execução de base	
	Link do vídeo: https://youtu.be/Q2wfX-Un2rY		
	YouTube	Visualização: 3	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 7		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 59: (nome da aula) Treinamento de Han Zen Kutsu Dachi	
	Link do vídeo: https://youtu.be/E55pD-m1_eU		
	YouTube	Visualização: 3	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 11	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 12	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 60: (nome da aula) Treinamento de Zen Kutsu Dachi	
	Link do vídeo: https://youtu.be/pvHCBTSg7wU		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 11	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 61: (nome da aula) Treinamento de Neko ashi Dachi	
	Link do vídeo: https://youtu.be/vl0arFohJj8		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 15	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 62: (nome da aula) Treinamento de Shiko Dashi	
	Link do vídeo: https://youtu.be/gG8Xw2UFMS8		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 63: (nome da aula) Kihon 1 “base Han Zen Kutsu Dashi, técnica Gedan- Barai”	
	Link do vídeo: https://youtu.be/WE49vS21G_8		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 0	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 14	



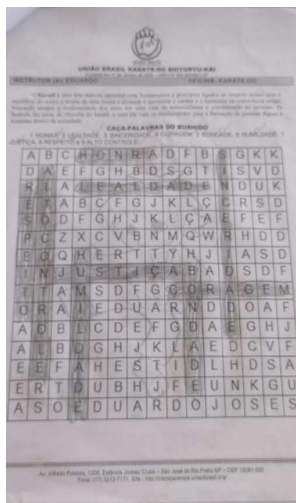
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

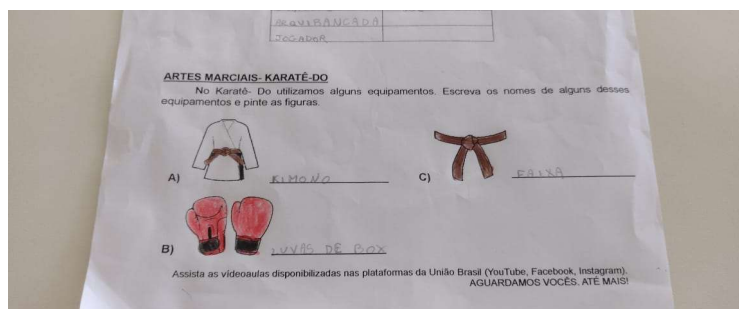
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64: (nome da aula) Kihon 2 “base Zen Kutsu Dachi, técnica Gedan- Barai”		
	Link do vídeo: https://youtu.be/1D2Tb6aaCSM			
	YouTube		Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook União brasil		Visualização: 13	Curtida: 14
	Instagram		Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27			TOTAL DE CURTIDAS: 21	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 279				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 215				

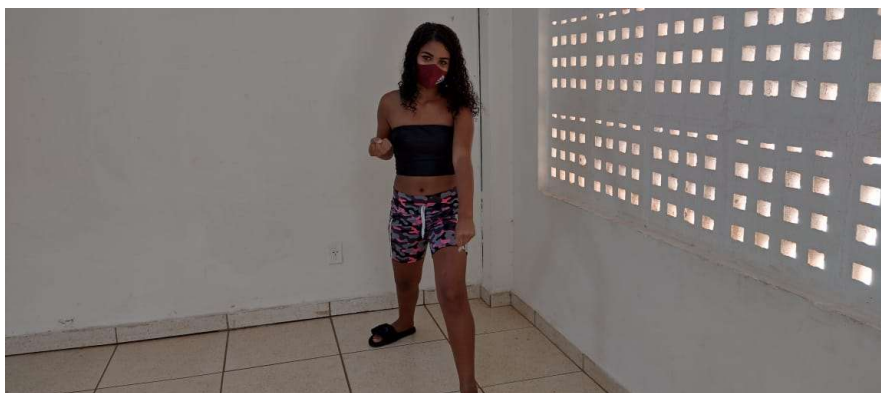
RETORNO DOS ALUNOS



ALUNO: Davi Henrique Rodrigues Marques/



ALUNO: Anna Rita Ayala De Carvalho



ALUNO: Luana Vitoria Galdino Soares



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 28-04-2021 - E.M. Paul Percy Harris



DIA: 29-04-2021 - E.M. Paul Percy Harris





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Emerson Bastos Sereni	
Oficina: Hip Hop Danças Urbanas	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/04/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 49 Aprenda Locking em dezesseis etapas #um
TERÇA-FEIRA 06/04/21	*Reunião pedagógica on-line. Elaboração e gravação da vídeoaula: 50 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dois
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Planejamento e gravação da vídeoaula: 51 Aprenda Locking em dezesseis etapas #três
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Idealização e gravação da vídeoaula: 52 Aprenda Locking em dezesseis etapas #quatro
SEXTA-FEIRA 09/04/21	Divulgação aulas redes sociais.
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 53 Aprenda Locking em dezesseis etapas #cinco
TERÇA-FEIRA 13/04/21	*Reunião Pedagógica On-line. Idealização e gravação da vídeoaula: 54 Aprenda Locking em dezesseis etapas #seis
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 55 Aprenda Locking em dezesseis etapas #sete
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 56 Aprenda Locking em dezesseis etapas #oito
SEXTA-FEIRA 16/04/21	Divulgação aulas redes sociais.
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Idealização e gravação da vídeoaula: 57 Aprenda Locking em dezesseis etapas #nove
TERÇA-FEIRA 20/04/21	Reunião Pedagógica On-line. Elaboração e gravação da vídeoaula: 58 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dez
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: 59 Aprenda Locking em dezesseis etapas #onze
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Planejamento e gravação da vídeoaula: 60 Aprenda Locking em dezesseis etapas #doze
SEXTA-FEIRA 23/04/21	Divulgação aulas redes sociais.
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Montagem e gravação da vídeoaula: 61 Aprenda Locking em dezesseis etapas #treze
TERÇA-FEIRA 27/04/21	*Reunião Pedagógica On-line. 62 Aprenda Locking em dezesseis etapas #catorze



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

QUARTA-FEIRA 28/04/21	Planejamento e gravação da vídeoaula: 63 Aprenda Locking em dezesseis etapas #quinze
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Idealização e gravação da vídeoaula: 64 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dezesseis
SEXTA-FEIRA 30/04/21	Divulgação aulas redes sociais.

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Emerson Bastos Sereni	
OFICINA: Hip Hop Danças Urbanas	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 49 Aprenda Locking em dezesseis etapas #um 50 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dois 51 Aprenda Locking em dezesseis etapas #três 52 Aprenda Locking em dezesseis etapas #quatro	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 53 Aprenda Locking em dezesseis etapas #cinco 54 Aprenda Locking em dezesseis etapas #seis 55 Aprenda Locking em dezesseis etapas #sete 56 Aprenda Locking em dezesseis etapas #oito	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 57 Aprenda Locking em dezesseis etapas #nove 58 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dez 59 Aprenda Locking em dezesseis etapas #onze 60 Aprenda Locking em dezesseis etapas #doze	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 61 Aprenda Locking em dezesseis etapas #treze 62 Aprenda Locking em dezesseis etapas #catorze 63 Aprenda Locking em dezesseis etapas #quinze 64 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dezesseis	

PLANO DE AULA 1

TEMA: 49 Aprenda Locking em dezesseis etapas #um	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Cada movimentos do Funk Style Locking desperta sentimentos de sermos uma parte importante do movimento do corpo, o que nos torna mais capazes e confiantes. Desta forma, experimentamos a maravilhosa sensação que o movimento associado à música pode provocar em nossos sentimentos.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a preocupação e a evolução da modalidade Locking referente às dificuldades que muitos dançarinos de rua têm de executá-los. Certa vez quebrado este mistério os alunos obterão domínio nos passos chegando a uma perfeição sugerida pelo professor.	
PROCEDIMENTOS: Construção do roteiro mediante os estilos utilizados aqui nesta vídeoaula. Elaboração do espaço adequado para gravação da aula. Higienização do rádio portátil, do pen drive, priorizando a limpeza do local, local de dança e, principalmente, pensar no posicionamento da câmara de vídeo.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Abertura com apresentação do professor sobre a aula Locking e suas	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://neweracapsbr.blogspot.com/2013/08/street-dance-locking.html>

PLANO DE AULA 2

TEMA: 50 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dois	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Inicie as atividades de experimentação do movimento, improvisadas e coreografadas, tornando o conhecimento significativo para o aluno, para trabalhar o desenvolvimento corporal e suas percepções.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver 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: Buscar a elaboração do roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos da aula Locking 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: O professor vem com a vibe do som. Sugerindo as aulas gravadas anteriormente em que foi gravado. Realizando o primeiro passo de forma pausada para que os alunos absorvam um a um.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://escolaartedanca.com.br/dancas-urbanas-street-dance-ou-danca-de-rua	

PLANO DE AULA 3

TEMA: 51 Aprenda Locking em dezesseis etapas #três	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Construir as diversidades das danças em sua total abrangência fazendo com que o aluno não tenha vergonha em expressar seus movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Oferecer para o dia a dia, aulas e experiência artística de dança desenvolvendo a expressão corporal, o movimento do corpo, ampliando as possibilidades comunicativas e expressivas. Sendo assim, as variações são de muita importância para o aluno que busca melhorar seu desempenho nas suas sessões.	
PROCEDIMENTOS: Ambientização do espaço, seleção da música, rádio com bateria 100% carregada, idealização e montagem do roteiro da vídeoaula. Pensar no horário, no enquadramento, na postura do professor e principalmente no seu preenchimento de espaço durante a gravação	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Professor abre a aula com falas positivas direcionando para a aula atual. Breve abertura do que vai ser ministrado na vídeoaula. Em seguida a aula acontece pausadamente com som mais baixo para que a explicação seja eficaz.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://spcd.com.br/verbete/locking/	

PLANO DE AULA 4

TEMA: 52 Aprenda Locking em dezesseis etapas #quatro	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Trazer a reflexão das crianças referente aos estilos de Locking a serem executados durante uma performance da dança. Mediante isso, sugerimos uma real e elaborada aula uma pequena coreografia e continuação da mesma. O conteúdo se encaixa com a dinâmica da aula para a realização da vídeoaula apresentada.	
OBJETIVO GERAL: Proporcionar a vivência e suas Simbologias como forma de estimular o aluno para a prática da dança e com isso promover a interação social, sendo ela por meio de vídeoaula ou presenciais como antes ocorriam nas escolas.	
PROCEDIMENTOS: Após o levantamento do roteiro, é necessário preparar o ambiente, verificando o espaço adequado para a realização da vídeoaula e ensaiar todos os passos que serão ministrados.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: O rádio é fator principal desta atividade. Com seus gritos de guerra, “eu falo hip hop vocês respondem show. Hip Hop.. Show!!!! Dando continuidade, inicia-se a aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

PLANO DE AULA 5

TEMA: 53 Aprenda Locking em dezesseis etapas #cinco	Turma: 1 ao 5 ANO
--	--------------------------

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

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

PROCEDIMENTOS: Elaboração do roteiro idealizado pelo professor, organizar o espaço para que fique ideal para a execução da aula, tais como: ambientização adequada, som ao estilo de dança e a forma correta de apresentação dos passos do professor.

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.dancaderua.com/estilos/dancalocking/historia-da-danca-locking>

PLANO DE AULA 6

TEMA: 54 Aprenda Locking em dezesseis etapas #seis	Turma: 1 ao 5 ANO
---	--------------------------

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

OBJETIVO GERAL: Fazer com que o passar das aulas e o estudo dos movimentos sejam de grande interesse e prazeroso para os alunos executarem aprendendo e difundindo a respeito da dança e sua contribuição na formação do Hip Hop Dance e, ainda, sobre a cultura Hip Hop.

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

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.bocadaforte.com.br/materias/acervo-bf-confira-entrevista-com-o-criador-do-locking-don-campbellock>

PLANO DE AULA 7

TEMA: 55 Aprenda Locking em dezesseis etapas #sete	Turma: 1 ao 5 ANO
---	--------------------------

JUSTIFICATIVA: Muito importante que Locker (dançarino de Locking) não utilize apenas a base padrão do estilo, pois ao longo dos anos ele tem se modificado, sendo que cada geração de dançarinos acrescentam um pouco do seu estilo modificando, assim, sua base padrão e levando a criar muitas vezes um novo estilo.

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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PROCEDIMENTOS: Feito o levantamento do roteiro, a idealização do local, limpeza, higienização, espaço adequado, som ambiente para não atrapalhar a fala do professor. Fixar o melhor posicionamento correto do tripé com a câmera e iniciar a gravação da vídeoaula imaginando que os alunos estão ali presencialmente assistindo a aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Vídeo inicial com rádio e o professor desenvolvem a aula com toda animação perguntando como estão as crianças. Ele faz um breve relato da aula atual. Locking. Passo a passo o prof vai se agitando às conexões sugeridas anteriormente.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.zemoleza.com.br/trabalho-academico/exatas/informatica/a-historia-da-danca-de-rua-e-do-locking-dance-como-surgiram-a-origem-como-foram-criadas-as-dancas-e-seus-criadores/

PLANO DE AULA 8

TEMA: 56 Aprenda Locking em dezesseis etapas #oito	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Enfatizar sua real forma de execução e prática na continuidade da aula. Cada Locker assim chamados os dançarinos de Locking,devem-se manter praticando até que seja tocado por outras variações naturalmente.	
OBJETIVO GERAL: Expressar a continuidade da aula acima sugerida com muita garra e força, utilizando o ritmo como forma de conexão e a memória como fator principal para apresentação em comunhão com amigos e familiares.	
PROCEDIMENTOS: Limpar o ambiente a ser utilizado, separar a água, a toalha, o som, o rádio e verificar o melhor horário para iniciar a gravação após ter levantado o roteiro completo incluindo início, meio e fim.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Continuação da aula anterior com o professor Bad. Sugerindo que os alunos tenham uma boa aula ao som da música. Orientando-os a tomarem cuidado para que não sofram lesões. Exercício por exercício colocando a cabeça no chão, se possível pegarem uma toalha para amortecerem o solo. Passo a passo, o professor inicia levantando o corpo, tirando os pés do chão e chegar ao objetivo final, que é fazer o Head Freeze completo.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.facebook.com/Locking4LifeBrasil/videos/conhece-o-locking-aprenda-os-passos-desta-dan%C3%A7a-com-filipi-urs%C3%A3ocr%C3%A9ditos-tv-bras/684527181994209/

PLANO DE AULA 9

TEMA: 57 Aprenda Locking em dezesseis etapas #nove	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: A integração está expressa em seus praticantes dos anos 80 e 90 aos tempos atuais. Portanto, vemos no Locking um ótimo instrumento de socialização e inclusão a ser desenvolvido nas aulas de Hip Hop 'Danças Urbanas', permitindo ao aluno uma nova visão com outro conceito sobre a dança.	
OBJETIVO GERAL: Dar continuidade ao estilo de dança Locking com muita expressão. A música é o guia não somente rítmico, mas também lírico para executar as travas e rolagens de mãos.	
PROCEDIMENTOS: Avaliar o plano de aula de forma concreta para que não haja dúvidas durante a gravação da vídeoaula proposta pelo professor. Dessa maneira se preocupando com cada movimento do Hip Hop Dance e a forma correta de executar para que o aluno não sofra nenhum acidente e venha se machucar.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Continuidade da aula anterior com os passos de Locking através das práticas e ensinamentos sem som para melhor absorção dos alunos.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.cpt.com.br/cursos-esporte/artigos/street-dance-voce-sabe-o-que-e



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 10

TEMA: 58 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dez	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Trazer a dança Locking para a atualidade. Movimentos importantíssimos para a dança até hoje. Atualmente conhecido em Los Angeles como a arte de rua que mais se tornou 'moda'. Iniciando com a equipe The Lockers que obteve destaque nos palcos, rodas de dança e nas batalhas realizadas durante as décadas passadas, chamando assim a atenção de muitos jovens ao redor do mundo.	
OBJETIVO GERAL: Esta modalidade temática urbana e didática é uma mescla de ações com muita prática, com a finalidade de promover a dança no espaço familiar como um conteúdo que pode ser levado a efeito para o resto da vida e que vai se refletir na conservação da saúde corporal e mental.	
PROCEDIMENTOS: Levantamento do roteiro do professor, idealização da ordem de apresentação da aula, concentração no período da vídeoaula, explicação de fácil entendimento buscando a facilidade de aprendizagem do aluno com esta arte.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: O professor relata em poucas palavras os passos utilizados nas aulas anteriormente sem som. A aula segue com os passos ritmados ao som do Funk.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Dan%C3%A7a_hip_hop	

PLANO DE AULA 11

TEMA: 59 Aprenda Locking em dezesseis etapas #onze	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Continuação da aula e finalização da mesma. Para acelerar o processo, foi pensado, em trabalhar o princípio dos passos básicos da dança, no intuito de que as ideias fluíssem mais facilmente para que as dificuldades não sejam o atrapalho com paciência e calma contribuir com a continuidade do processo de elaboração.	
OBJETIVO GERAL: Este estilo de dança consiste em simular uma luta com seu 'adversário', podendo ser dançado individualmente, em dupla ou grupos, no qual, dois grupos de dançarinos se formam em linha, sendo que cada indivíduo fica frente a frente, essa formação é chamada de Soul Train.	
PROCEDIMENTOS: Feito o levantamento do roteiro, a idealização do local, limpeza, higienização, espaço adequado, som ambiente para não atrapalhar a fala do professor. Agora é só posicionar corretamente o tripé com a câmera e iniciar a gravação da vídeoaula imaginando que os alunos estão ali presencialmente assistindo a aula.	
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 a batida atual. São necessárias várias repetições para que os alunos consigam estar acompanhando o professor.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.todoestudo.com.br/educacao-fisica/danca-de-rua	

PLANO DE AULA 12

TEMA: 60 Aprenda Locking em dezesseis etapas #doze	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: A Dança Urbana Locking na educação infantil tem como objetivo compreender o processo da dança mais profundamente e até que ponto contribui para construção do conhecimento mediante os passos, giros e expressões a serem trabalhadas.	
OBJETIVO GERAL: Mostrar a importância de cada passo que foram utilizados no passado e atualmente.	
PROCEDIMENTOS: Buscar a elaboração do roteiro idealizado pelo professor contendo os ensinamentos da aula de forma facilitada e bem executada diagnosticando o espaço ideal para a execução da aula, tais como: ambientização adequada, som exclusivo ao estilo de dança e a forma correta de apresentação dos passos do professor.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Breve apresentação da aula direcionando aos passos a serem utilizados nos dias atuais. Flash back é o som que se destacam nas vídeoaulas.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <http://www.artisanballet.com.br/cursos-de-danca/dancas-urbanas>

PLANO DE AULA 13

TEMA: 61 Aprenda Locking em dezesseis etapas #treze	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Oportunizar o momento. É na movimentação dos passos que a transformação acontece. Não precisamos saber a risca os passos e nem ter o 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: Expressar com veemência os passos ensinados e diante deste processo criativo, o foco principal é fazer com que todos os alunos consigam, de certa forma, estarem se aprimorando e evoluindo com a arte da dança urbana.	
PROCEDIMENTOS: Ambientização do espaço, seleção da música, rádio com bateria 100% carregada, idealização e montagem do roteiro da vídeoaula. Pensar no horário, no enquadramento, na postura do professor e principalmente no seu preenchimento de espaço durante a gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: O professor inicia sua aula com seu grito de 'guerra' para que os alunos se comuniquem mais facilmente com ele, mesmo estando do outro lado da telinha. Após uma breve explicação da aula, ele inicia os passos pausadamente com seus cinco compassos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.superprof.com.br/aulas-street-dance-hip-hop-popping-locking-dancehall.html	

PLANO DE AULA 14

TEMA: 62 Aprenda Locking em dezesseis etapas #catorze	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Buscar evoluir nas Danças Urbanas através do estilo de dança Locking. Estilo de dança criado entre 1960 pelo dançarino Dom Campbell Lockem Los Angeles Nova York (Estados Unidos).	
OBJETIVO GERAL: Elaborar e proporcionar atividades de descontração e interação social para que os alunos percebam a possibilidade de movimentarem-se ao som da música com igualdade de expressão referente aos estilos e passos do Locking.	
PROCEDIMENTOS: Idealizar cada momento a ser realizado 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: Ambientização do espaço, seleção da música, rádio com bateria 100% carregada, idealização e montagem do roteiro da vídeoaula. Pensar no horário, no enquadramento, na postura do professor e principalmente no seu preenchimento de espaço durante a gravação.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://enciclopedia.itaucultural.org.br/busca?categoria=danca&utm_source=google-search&utm_medium=cpc&utm_campaign=F2_GO_SE_Conte%C3%BAdo_Enciclop%C3%A9diaDan%C3%A7a&qclid=Cj0KCQjwse-DBhC7ARIsAI8YcWI64T2XK5O1oMwQ8ZdkL7lv5cQZbGpgmO30O9KImV2f71r_FOFaohgaAgBREALw_wcB	

PLANO DE AULA 15

TEMA: 63 Aprenda Locking em dezesseis etapas #quinze	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Dar continuidade a aula anterior, identificando o real momento em que estamos vivendo neste isolamento social. Não deixar cair no esquecimento tudo que aprendemos neste momento tão sério e preocupante devido ao novo Covid-19 que tem assolado muitas famílias e amigos.	
OBJETIVO GERAL: Procurar identificar os benefícios da dança para alunos e crianças na questão motora, afetiva e cognitiva gerando oportunidades oferecidas para a construção e enriquecimento do	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

seu desenvolvimento pessoal e social.
PROCEDIMENTOS: Pesquisa elaborada dia após dia, buscando resultados satisfatórios. Iniciando com os passos originais do Locking. Roteiro idealizado de forma intensa dos estilos que saíram dos subúrbios de Los Angeles para o mundo. Limpando o local a ser gravado a vídeoaula para melhor visualização do vídeo.
ROTEIRO VÍDEOAULA: A aula inicia com a continuidade da aula anterior dentro do contexto utilizado da modalidade, no qual os alunos vão seguindo, continuamente, através das práticas e ensinamentos sem som para melhor absorção dos alunos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.eitacultural.com.br/street-dance

PLANO DE AULA 16

TEMA: 64 Aprenda Locking em dezesseis etapas #dezesseis	Turma: 1 ao 5 ANO
JUSTIFICATIVA: Salientar a dança como proposta de diversidade. Além da descontração, desenvolvem-se com os passos sugeridos pelo professor sem se preocupar com a técnica, garantindo assim um momento único com seus familiares.	
OBJETIVO GERAL: Realizar a expressão para nossos alunos mediante os movimentos coreográficos sugeridos nestas vídeoaulas. Tais como: criatividade, inovação, ritmo, expressão e leveza. Ou seja, não existe o fato de dançar por dançar, e sim, por ter algo a ensinar, passar e seguir.	
PROCEDIMENTOS: Buscar extrair o melhor das vídeoaulas com exatidão por meio do roteiro elaborado com eficiência e muito resultado. Diante do trabalho proposto pelo professor e através da modalidade sugerida. Alongamento vem com a proposta de alongar a musculatura do corpo de uma forma geral.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Simples apresentação do professor sugerindo que os alunos tenham uma boa aula. Seguem a sequência na música e no flow da batida. Acontece uma repetição dos passos aonde os alunos poderão memorizar facilmente a aula.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: http://www.ifdj.com.br/2011/conheca-festival-encontro-ruas-convidados-plhf.php

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): EMERSON BASTOS SERENI			
OFICINA: HIP HOP DANÇAS URBANAS			
CARGA HORÁRIA SEMANAL:16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 49: Aprenda Locking em 16 etapas #01	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=C5i9yoDIb6I		
	YouTube	Visualização: 39	Curtida: 05
	Facebook União Brasil	Visualização: 21	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 13	Curtida: 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 73		TOTAL DE CURTIDAS: 27	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 50: Aprenda Locking em 16 etapas #02	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=zvjoS_k2p3A		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 03
	Facebook União Brasil	Visualização: 27	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 12	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 24	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 51: Aprenda Locking em 16 etapas #03	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=BxIJduAWnnl	
		YouTube	Visualização: 16 Curtida: 03
		Facebook União Brasil	Visualização: 28 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 13 Curtida: 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 57		TOTAL DE CURTIDAS: 26	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 52: Aprenda Locking em 16 etapas #04	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=uxFyKm4pKpk	
		YouTube	Visualização: 22 Curtida: 04
		Facebook União Brasil	Visualização: 56 Curtida: 09
		Instagram	Visualização: 13 Curtida: 13
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 91		TOTAL DE CURTIDAS: 26	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 53: Aprenda Locking em 16 etapas #05	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=LrFvjMs7dFY	
		YouTube	Visualização: 17 Curtida: 03
		Facebook União Brasil	Visualização: 10 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 10 Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 54: Aprenda Locking em 16 etapas #06	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=oKG3HLQ5Zn4	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 02
		Facebook União Brasil	Visualização: 16 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 09 Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 55: Aprenda Locking em 16 etapas #07	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=dS8ZlcY5X88	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 02
		Facebook União Brasil	Visualização: 18 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 09 Curtida: 09
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS: 21	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 56: Aprenda Locking em 16 etapas #08	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=qW40rjo5h4Q	
		YouTube	Visualização: 09 Curtida: 02
		Facebook União Brasil	Visualização: 30 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 10 Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 49		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 57: Aprenda Locking em 16 etapas #09	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=7ZpCUetlWww	
		YouTube	Visualização: 09 Curtida: 02
		Facebook União Brasil	Visualização: 22 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 12 Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 58: Aprenda Locking em 16 etapas #10	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=sOKtv_VhQU8	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 02
		Facebook União Brasil	Visualização: 12 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 12 Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 34		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 59: Aprenda Locking em 16 etapas #11	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=m0CzN5Mlkjc	
		YouTube	Visualização: 11 Curtida: 02
		Facebook União Brasil	Visualização: 25 Curtida: 13
		Instagram	Visualização: 10 Curtida: 10
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 46		TOTAL DE CURTIDAS: 25	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 60: Aprenda Locking em 16 etapas #12	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Zl9dE5DyDBM	
		YouTube	Visualização: 11 Curtida: 02
		Facebook União Brasil	Visualização: 10 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 09 Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 24	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 61: Aprenda Locking em 16 etapas #13	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=NOY6cCfqXRU		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 18	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 10	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 41		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 62: Aprenda Locking em 16 etapas #14	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=UtVU0jmSVs0		
	YouTube	Visualização: 18	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 15	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 11	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 44		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 63: Aprenda Locking em 16 etapas #15	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=iMOPqi6Q63Q		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 41	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 10	Curtida: 12
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 65		TOTAL DE CURTIDAS: 24	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64: Aprenda Locking em 16 etapas #16	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=4eRHkqYrunw		
	YouTube	Visualização: 05	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 32	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 10	Curtida: 11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 47		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 784			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 376			



UNIÃO 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 SANTA CLARA

**Carlos Educardo 1º, João Gabriel 4º, Arthur Ribeiro 1º e Heitor Henrique 4º, Anne Elyze 2º
Eduardo Ponssiano 3º**



Alessandro Lucas de Jesus 5º, Rafael 4º, Emerson Mocci 5º



Ana Carolina de Souza 5º, Thayla Nicole 2º Maryah 4º, Emanoelly 4º





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ECO – SANTO ANTÔNIO

Nicolle Lopes 2º e Nicolas Lopes 2º



ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 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 05/03/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kihon Zenkutsu Dachi Yoko Uke
TERÇA-FEIRA 06/04/21	*Reunião pedagógica pelo Google meet Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kihon Zenkutsu Dachi Jodan Age Uke
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kihon Zenkutsu Dachi Mae Geri
QUINTA-FEIRA 08/04/21	*Entrega do material impresso e realização de matrícula e rematrícula na ECO Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação da 1ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni
SEXTA-FEIRA 09/04/21	* Revisão dos vídeos gravados e envio deles para avaliação antes da postagem
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação da 2ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni
TERÇA-FEIRA 13/04/21	* Reunião pedagógica pelo Google meet Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação de Kumite: técnica de Uraken
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação de Kumite: técnica de Sabaki
SEXTA-FEIRA	* Revisão dos vídeos gravados e envio deles para avaliação antes da postagem



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

16/04/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação de Kumite: técnica de esquiva com angulação
TERÇA-FEIRA 20/04/21	*Reunião pedagógica pelo Google meet Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida: Gravação de Kumite: técnica de esquiva com Uraken
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kihon de Zenkutsu recuando Gedan Barai
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kihon de Zenkutsu Dachi Hiji frontal
SEXTA-FEIRA 23/04/21	* Revisão dos vídeos gravados e envio deles para avaliação antes da postagem
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kihon de Zenkutsu Dachi Hiji lateral
TERÇA-FEIRA 27/04/21	*Reunião pedagógica pelo Google meet Planejando o objetivo de aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kihon de Shiko-dachi
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação do Caminho do Kata Hiji Ate Goho
QUINTA-FEIRA 29/04/21	* Entrega do material impresso e realização da matrícula e rematrícula na ECO Planejando o objetivo da aula e proposta a ser atingida: Gravação do Kata Hiji Ate Goho
SEXTA-FEIRA 30/04/21	* Revisão dos vídeos gravados e envio deles para avaliação antes da postagem

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Haysllan Laurentino da Silva Possebon	
OFICINA: Karatê-Do	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 • Kihon Zenkutsu Dachi Yoko Uke • Kihon Zenkutsu Dachi Jodan Age Uke • Kihon Zenkutsu Dachi Mae Geri • 1ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 • 2ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni • Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni • Kumite: técnica de Uraken • Kumite: técnica de Sabaki	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 • Kumite: técnica de esquiva com angulação • Kumite: Técnica de esquiva com Uraken • Kihon de Zenkutsu recuando Gedan Barai • Kihon de Zenkutsu Dachi Hiji Frontal	



UNIÃO 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 4º semana de 26/04 à 30/04/21

- Kihon de Zenkutsu dachi Hiji lateral
- Kihon de Shiko-dachi
- Caminho do Kata Hiji Ate Goho
- Kata Hiji Ate Goho

PLANO DE AULA 1

TEMA: Kihon Zenkutsu Dachi Yoko Uke	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os fundamentos da base Zenkutsu (base com perna da frente dobrada e de trás esticada) com a defesa Yoko uke (de dentro para fora)	
OBJETIVO GERAL: Melhorar as combinações de movimentos executados com o tempo e respiração correta fazendo, assim, os movimentos que consiste no kata.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kihon Zenkutsu Dachi Yoko Uke ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Kihon Zenkutsu Dachi Jodan Age Uke	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os fundamentos da base Zenkutsu (perna da frente dobrada e de trás esticada) com a defesa Jodan Age Uke (defesa acima da cabeça)	
OBJETIVO GERAL: Melhorar as combinações de movimentos executados com tempo e respiração correta, fazendo, assim, os movimentos que consistem no kata melhorando a execução sempre alternando a defesa do kata.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kihon Zenkutsu Dachi Jodan Age Uke; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 3



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TEMA: Kihon Zenkutsu Dachi Mae Geri	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os fundamentos da base Zenkutsu (perna a frente dobrada e de a trás esticada) com o chute Mae Geri (chute frontal)	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que o aluno execute o chute dentro do fundamento de base no qual a dificuldade de chutar sem subir a base é frequente na maioria dos alunos, assim trabalhando o giro do pé de apoi, fazemos com o que o chute saia sem alterar a base.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kihon Zenkutsu Dachi Mae Geri ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 4

TEMA: 1ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o kata Zenkutsu Dachi Dai Ni (2 kata de forma básica) dividindo em 2 partes.	
OBJETIVO GERAL: Dividir o kata em partes para que os alunos possam aprender o embusen (direção) na sua casa por meio das vídeoaulas, assim podemos executar o kata de maneira rápida, prática e sem perder fundamentos	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando a 1ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 5

TEMA: 2ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a 2ª parte do kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	
OBJETIVO GERAL: Executar a segunda parte do kata dando ênfase nos giros e respiração do kata que por ter uma sequência de movimentos fica mais difícil a execução	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Prévia do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Executando a 2ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni ;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 6

TEMA: Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o kata Zenkutsu Dachi Dai Ni com força, respiração e tempo correto.	
OBJETIVO GERAL: Fazer o kata de forma correta trabalhando a respiração dividida-as com os movimentos, fazendo o tempo correto e kime (força), assim finalizando mais um aprendizado do kata que pode ser utilizado em exames de faixas e competições.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Kumite: técnica de Uraken	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a técnica de uraken (ataque com as costas da mão)	
OBJETIVO GERAL: Mostrar para os alunos os fundamentos para executar a técnica corretamente utilizando o giro do quadril fazendo com que o corpo fique mais lateral, pois o giro do tronco que vai fazer a força do movimento aumentar	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kumite: técnica de Uraken ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu

PLANO DE AULA 8

TEMA: Kumite: técnica de Sabaki	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a técnica de sabaki (esquiva)	
OBJETIVO GERAL: O sabaki consiste em fazer uma esquiva com o corpo movimentando a perna de trás, deslocando ela para as laterais fazendo com que meu corpo saia do ataque do adversário, mostrando para os alunos como executar essa técnica, girando o pé de apoio e trabalhando o giro rápido do quadril.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kumite: técnica de Sabaki; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Kumite: técnica de esquiva com angulação	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a técnica de esquiva com angulação mudando de direção na luta	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que os alunos aprendam o trabalho de angulação utilizando os fundamentos de sabaki e o peso do corpo deslocando para as laterais evitando ataques frontais	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando oKumite: técnica de esquiva com angulação ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; -Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Kumite: Técnica de esquiva com Uraken	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Utilizar a técnica de esquiva com combinação de ataque uraken gyaku zuki	
OBJETIVO GERAL: Utilizando os aprendizados anteriores que os alunos tiveram do entendimento de	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

esquiva só que agora utilizando contra golpe. Essa técnica se torna muito eficiente em competição. Os alunos praticam os movimentos fracionados em kihons para que as técnicas sejam entendida e possam ser feitas em casa.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA:

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

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

PLANO DE AULA 11

TEMA: Kihon de Zenkutsu recuando Gedan Barai

Turma:1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar a técnica de zenkustu dachi recuando com a defesa gedan barai

OBJETIVO GERAL: Neste fundamento utilizamos uma técnica pouca usada, pois os fundamentos básicos sempre são executados e neste kata vamos fazer recuando. Muitos com esta técnica tendem a desequilibrar e não conseguir colocar força, assim com os treinamentos básicos conseguimos passar um melhor entendimento do fundamento.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;
- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Prévia do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Executando o Kihon de Zenkutsu recuando Gedan Barai;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 12

TEMA: Kihon de Zenkutsu Dachi Hiji Frontal

Turma:1° ao 5° Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar o kihon de zenhustu dachi hiji (cotovelada) frontal

OBJETIVO GERAL: Trabalhando o Hiji (cotovelada) mostramos aos alunos os fundamentos para executar este movimento pouco usado no karate, assim aprendendo como utilizá-lo corretamente o quadril, respiração e conseguir colocar o kime (força) no movimento.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA:

- Apresentação e saudação aos alunos;



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender;
- Prévia do que será trabalhado na aula;
- Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas;
- Executando o Kihon de Zenkutsu Dachii Hiji Frontal;
- Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento;
- Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas;
- Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.

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

PLANO DE AULA 13

TEMA: Kihon de Zenkutsu dachi Hiji lateral	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o kihon de zenkutsu dachi hiji (cotovelada) lateral	
OBJETIVO GERAL: Conseguir o mesmo trabalho do fundamento frontal feito na aula anterior, assim realizado na forma de ataque lateral no qual se altera o movimento do quadril e tronco.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kihon de Zenkutsu dachi Hiji lateral; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; - Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Kihon de Shiko-dachi	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Fundamentos da base Shiko Dachi (base do carregador ou base do urso)	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar os fundamentos de dachi com a base shiko dachi, uma base na qual se trabalha muita resistência muscular e, por esse motivo, se trata de uma base pouco treinada por cansar rápido. Motivamos os alunos para que procurem evoluir neste kihon, pois cada dia o fortalecimento aumenta.	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kihon de Shiko-dachi ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; - Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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

PLANO DE AULA 15

TEMA: Caminho do Kata Hiji Ate Goho	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar as direções do kata Hiji ate goho	
OBJETIVO GERAL: Trabalhei nesta aula o caminho, ou seja, o embusen do kata no qual trabalhamos as direções, qual perna executa, qual braço movimenta e assim aprendendo o kata completo	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Caminho do Kata Hiji Ate Goho ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; - Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Kata Hiji Ate Goho	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhando o kata Hiji Ate goho com força, velocidade e respiração correta.	
OBJETIVO GERAL: Fazendo o kata de maneira completa, aprendendo o tempo correto, a respiração e os pontos de força e relaxamento para que a execução se torne cada vez melhor	
PROCEDIMENTOS: Planejamento da vídeoaula, estudo e treinamento dos kihons, katas e Kobudô do estilo Shito-Ryu e sistema Saito-Há, organização do espaço e ajuste do vídeo e áudio	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Apresentação e saudação aos alunos; - Cumprimento e agradecimento pela oportunidade de aprender; - Prévia do que será trabalhado na aula; - Explicando a teoria das técnicas que serão desenvolvidas; - Executando o Kata Hiji Ate Goho ; - Chamando a participação dos alunos para que haja o retorno em fotos, curtidas, visualização e compartilhamento; - Despedida dos alunos e convidando-os para participarem das próximas vídeoaulas; - Cumprimento e agradecimento pelo aprendizado do dia.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudos dos professores Saito-Ha Shito Ryu	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A):Haysllan Laurentino da Silva Possebon			
OFICINA: Karate-Do			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: _ horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 33: Kihon Zenkutsu Dachi Yoko Uke	
	Link do vídeo: https://youtu.be/CUuTMS-shwg		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 48	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:61		TOTAL DE CURTIDAS:10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 34: Kihon Zenkutsu Dachi Jodan Age Uke	
	Link do vídeo: https://youtu.be/7y1fySNWTms		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 43	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:63		TOTAL DE CURTIDAS:15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 35:Kihon Zenkutsu Dachi Mae Geri	
	Link do vídeo: https://youtu.be/hnj_-9d_SG4		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 5
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 36: 1ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	
	Link do vídeo: https://youtu.be/l_r61_I9UMq		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 17	Curtida: 4
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:28		TOTAL DE CURTIDAS:5	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 37: 2ª parte Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	
	Link do vídeo: https://youtu.be/-GNAa_nxaj8		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 4
	Instagram	Visualização:	Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:22		TOTAL DE CURTIDAS:7	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 38: Kata Zenkutsu Dachi Dai Ni	
		Link do vídeo: https://youtu.be/CAaokSYFxNc	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 7 Curtida: 5
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:19		TOTAL DE CURTIDAS:7	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 39: Kumite: técnica de Uraken	
		Link do vídeo: https://youtu.be/6ntv_PAhr0	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 3 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:13		TOTAL DE CURTIDAS:8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 40: Kumite: técnica de Sabaki	
		Link do vídeo: https://youtu.be/FznLRBqazzE	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 6 Curtida: 3
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:16		TOTAL DE CURTIDAS:5	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 41: Kumite: técnica de esquiva com angulação	
		Link do vídeo: https://youtu.be/vPnNOKZdQMk	
		YouTube	Visualização: 7 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 17 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:24		TOTAL DE CURTIDAS:8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 42: Kumite: técnica de esquiva com Uraken	
		Link do vídeo: https://youtu.be/bxssSDy7oRY	
		YouTube	Visualização: 7 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 13 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:20		TOTAL DE CURTIDAS:8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 43: Kihon de Zenkutsu recuando Gedan Barai	
		Link do vídeo: https://youtu.be/9CdDsrVBTTI	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 14 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:19		TOTAL DE CURTIDAS:6	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 44: Kihon de Zenkutsu Dachi Hiji frontal	
	AULA #44	Link do vídeo: https://youtu.be/m6fjIKbGbDQ	
		YouTube	Visualização: 7 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 8 Curtida: 6
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		TOTAL DE CURTIDAS:8	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 45: Kihon de Zenkutsu Dachi Hiji lateral	
	AULA #45	Link do vídeo: https://youtu.be/MByuxYWmFwk	
		YouTube	Visualização: 7 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 15 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:22		TOTAL DE CURTIDAS:9	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 46: Kihon de Shiko-dachi	
	AULA #46	Link do vídeo: https://youtu.be/lcnEdc6my8c	
		YouTube	Visualização: 6 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 64 Curtida: 12
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:71		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 47: Caminho do Kata Hiji Ate Goho	
	AULA #47	Link do vídeo: https://youtu.be/VFnJPZGMNwo	
		YouTube	Visualização: 6 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 9 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		TOTAL DE CURTIDAS:6	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 48: Kata Hiji Ate Goho	
	AULA #48	Link do vídeo: https://youtu.be/D26a7MMcl0s	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 4
		Facebook União Brasil	Visualização: 16 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: Curtida:
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:28		TOTAL DE CURTIDAS:11	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 436			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas:117			



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

RETORNO DOS ALUNOS



Anne elyze dias Brito 2 B



Eduardo ponssiano dias 3 C



Anne elyze dias Brito 2 B



Eduardo ponssiano dias 3 C



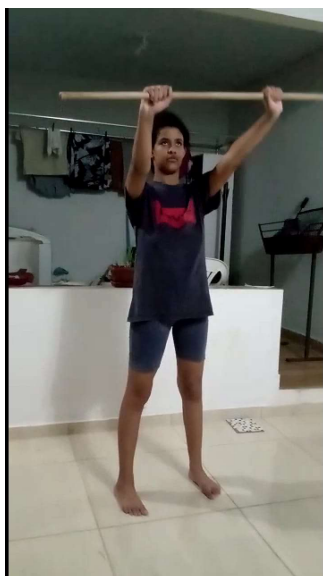
Vitoria Ramos Borges 3 F



Isaque Ramos Borges 7 E



Giovana ramos Borges 6 C





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 08/04



DIA: 29/04





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

RELATÓRIO MENSAL
(REFERÊNCIA- ABRIL 2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES
Coordenador Científico: João Eduardo Remaeh
Carga horária semanal: 20 horas

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

- Pesquisa para licitação de possível compra de telescópio para o observatório 1 do CIECC;
- Elaboração de relatório comparativo entre dois telescópios possíveis de compra para o CIECC;
- Terminar o relatório comparativo entre dois possíveis telescópios a serem adquiridos, com, parecer e sugestões deste coordenador científico orientando para a compra de um deles;
- Acompanhamento do serviço dos funcionários para limpeza das caixas subterrâneas de eletricidade do complexo;
- Verificação do serviço realizado pelos funcionários da limpeza das caixas de conexões elétricas subterrâneas;
- Verificação do perímetro do CIECC, e alambrados;
- Acompanhamento do técnico de instalação dos alarmes com a fiação;
- Averiguação dos espaços do complexo;
- Acompanhamento do serviço do técnico de alarmes com os testes dos sensores de presença;
- Início da montagem para iluminação da antiga máquina do planetário exposta no saguão;
- Verificação de espaço para instalação de componentes para a iluminação da antiga máquina do planetário;
- Testes com a iluminação interna da antiga máquina do planetário para torná-la atrativa aos frequentadores do espaço;
- Acompanhamento do profissional Salvador com a passagem da fiação subterrânea do complexo;
- Verificação dos espaços dos laboratórios de Física, Química e Biologia.



UNIÃO 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- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Hip Hop / Rap	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando a Introdução/ Ano Novo, Rima Nova”
TERÇA-FEIRA 06/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Respiração/ Ano Novo, Rima Nova”
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Dobras/ Ano Novo, Rima Nova”
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Expressão/ Ano Novo, Rima Nova”
SEXTA-FEIRA 09/04/21	Entrega das Apostilas no Núcleo “Escola Paul” período integral
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Dicção/ Ano Novo, Rima Nova”
TERÇA-FEIRA 13/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Posicionamento do Microfone/ Ano Novo, Rima Nova”
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Movimentação/ Ano Novo, Rima Nova”
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando/Completo/ Ano Novo, Rima Nova”
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Gravação do Vídeo: “Boombap” Beat de Rap
TERÇA-FEIRA 20/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Gravação do Vídeo: “Trap” Beat de Rap
QUARTA-FEIRA 21/04/21	
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Gravação do Vídeo: “G - Funk” Beat de Rap
SEXTA-FEIRA 23/04/21	Gravação do Vídeo: “Love Song” Beat de Rap
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Gravação do Vídeo: “Drill” Beat de Rap
TERÇA-FEIRA 27/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Busca ativa pelo telefone dos alunos do Paul Gravação do Vídeo: “Gangsta Rap” Beat de Rap
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Gravação do Vídeo: “Hip Hop Reggae” Beat de Rap
QUINTA-FEIRA	Entrega das Apostilas no Núcleo “Escola Paul” período integral



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

29/04/21	
SEXTA-FEIRA 30/04/21	Gravação do Vídeo: 'Rap Jazz' Beat de Rap

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): José Roberto Augusto	
OFICINA: Hip Hop / Rap	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1ª semana de 05/04 à 09/04/21 • “Ensaizando a Introdução / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Respiração / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Dobras / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Expressão / Ano Novo, Rima Nova”	
Plano de aula 2ª semana de 12/04 à 16/04/21 • “Ensaizando / Ditação / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Posicionamento do Microfone/ Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Movimentação/ Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Completo/ Ano Novo, Rima Nova”	
Plano de aula 3ª semana de 19/04 à 23/04/21 • “Boombap” Beat de Rap • “Trap” Beat de Rap • “G - Funk” Beat de Rap • “Love Song” Beat de Rap	
Plano de aula 4ª semana de 26/04 à 30/04/21 • “Drill” Beat de Rap • “Gangsta Rap” Beat de Rap • “Hip Hop Reggae” Beat de Rap • “Rap Jazz” Beat de Rap	

PLANO DE AULA 1

TEMA: “Ensaizando a Introdução/ Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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 assistam, 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 A MÚSICA ‘ANO NOVO, RIMA NOVA’...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	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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: “Ensaizando / Respiração/ Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO NA MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaizando / Dobras / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO NA MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...Nessa aula vamos “ENSAIAR AS DOBRAS”. Toda música tem aquelas partes nas rimas chamam mais atenção e quando conseguimos acertar as dobrinhas/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.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Helião RZO

PLANO DE AULA 4

TEMA: “Ensaaiando / Expressão / Ano Novo, Rima Nova”	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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaaiando / Dicção / Ano Novo, Rima Nova”	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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaaiando / Posicionamento do Microfone / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ANO
---	---------------------------------------



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

JUSTIFICATIVA: 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaizando / Movimentação / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Movimentar - se chama 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaizando / Completo / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º 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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Nessa aula quero mostrar pra	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA”...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: “Boombap” Beat de Rap	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Para cantar Rap é necessário saber qual estilo de Beat (Instrumental) se deve usar de acordo com cada letra	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “BOOMBAP”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO)	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é Boombap, o que é Trap, vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “BOOMBAP”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: DJ Premier	

PLANO DE AULA 10

TEMA: “Trap” Beat de Rap	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: o Trap é um dos estilos de beat mais utilizados hoje em dia para fazer Rap, então quis apresentar aos alunos(a)	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “TRAP”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO)	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é Trap, vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “TRAP”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: OQ Produções

PLANO DE AULA 11

TEMA: “G - Funk” Beat de Rap	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Saber Distinguir cada Beat (Instrumental) é extremamente importante e essencial no Rap	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “G - FUNK”, para saber escolher na hora de criar/elaborar cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é G - Funk, vocês saberiam me dizer? Acredito que não , então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam , memorize , beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “G - FUNK” , vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram ? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Dr Dre	

PLANO DE AULA 12

TEMA: “Love Song” Beat de Rap	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: No Rap tem vários estilos de Beat(Instrumental), e é necessário conhecê-los	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “LOVE SONG”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é Love Song, vocês saberiam me dizer? Acredito que não , então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam , memorize , beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “ Love Song” , vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram ? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Projota	

PLANO DE AULA 13

TEMA: “Drill” Beat de Rap	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Diante de vários estilos de beats que o Rap tem, faz-se necessário saber das opções	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “DRILL”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PROCEDIMENTOS: 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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é DRILL, vocês saberiam me dizer? Acredito que não , então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam , memorize , beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “DRILL” , vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram ? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: LB MUSIC

PLANO DE AULA 14

TEMA: “Gangsta Rap” Beat de Rap	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Saber qual estilo de Beat (Instrumental) se deve usar de acordo com cada letra	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “GANGSTA RAP”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é GANGSTA RAP vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “GANGSTA RAP” , vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram ? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 2 Pac	

PLANO DE AULA 15

TEMA: “Hip Hop Reggae” Beat de Rap	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: O Rap e o Reggae caminham lado a lado, e existe esse estilo de Beat (Instrumental) onde unificaram os dois estilos e é importante os alunos(a) conhecerem	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “HIP HOP REGGAE”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é HIP HOP REGGAE vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize , beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “HIP HOP REGGAE” , vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram ? ok,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Taroba (Griot)

PLANO DE AULA 16

TEMA: “Rap Jazz” Beat de Rap	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Hoje em dia o Rap é considerado música Popular Brasileira, tanto é que está nos maiores veículos de comunicação e eventos grandes, e com isso apresento o estilo Rap Jazz, uma musicalidade rica e envolvente	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “RAP JAZZ”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é RAP JAZZ vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “RAP JAZZ”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Rappin Hood	

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): José Roberto Augusto	
Oficina: Hip Hop / Rap	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/03/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando a Introdução/ Ano Novo, Rima Nova”
TERÇA-FEIRA 06/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Respiração/ Ano Novo, Rima Nova”
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Dobras/ Ano Novo, Rima Nova”
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Expressão/ Ano Novo, Rima Nova”
SEXTA-FEIRA 09/04/21	Entrega das Apostilas no Núcleo “Escola Paul” período integral
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Dicción/ Ano Novo, Rima Nova”
TERÇA-FEIRA 13/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Posicionamento do Microfone/ Ano Novo, Rima Nova”



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	Nova”
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando / Movimentação/ Ano Novo, Rima Nova”
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Gravação do Vídeo: “Ensaizando/Completo/ Ano Novo, Rima Nova”
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Gravação do Vídeo: “Boombap” Beat de Rap
TERÇA-FEIRA 20/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Gravação do Vídeo: “Trap” Beat de Rap
QUARTA-FEIRA 21/04/21	
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Gravação do Vídeo: “G - Funk” Beat de Rap
SEXTA-FEIRA 23/04/21	Gravação do Vídeo: “Love Song” Beat de Rap
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Gravação do Vídeo: “Drill” Beat de Rap
TERÇA-FEIRA 27/04/21	Reunião Pedagógica com a Coordenadora pelo Google Meet Busca ativa pelo telefone dos alunos do Paul Gravação do Vídeo: “Gangsta Rap” Beat de Rap
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Gravação do Vídeo: “Hip Hop Reggae” Beat de Rap
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Entrega das Apostilas no Núcleo “Escola Paul” período integral
SEXTA-FEIRA 30/04/21	Gravação do Vídeo: “Rap Jazz” Beat de Rap

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): José Roberto Augusto	
OFICINA: Hip Hop / Rap	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21	
• “Ensaizando a Introdução / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Respiração / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Dobras / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Expressão / Ano Novo, Rima Nova”	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21	
• “Ensaizando / Dicción / Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Posicionamento do Microfone/ Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Movimentação/ Ano Novo, Rima Nova” • “Ensaizando / Completo/ Ano Novo, Rima Nova”	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21	
• “Boombap” Beat de Rap • “Trap” Beat de Rap	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

• “G - Funk” Beat de Rap • “Love Song” Beat de Rap
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 • “Drill” Beat de Rap • “Gangsta Rap” Beat de Rap • “Hip Hop Reggae” Beat de Rap • “Rap Jazz” Beat de Rap

PLANO DE AULA 1

TEMA: “Ensaaiando a Introdução/ Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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 assistam, 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 A MÚSICA ‘ANO NOVO, RIMA NOVA’...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: “Ensaaiando / Respiração/ Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO NA MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

próxima aula continuaremos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Biorki

PLANO DE AULA 3

TEMA: “Ensaizando / Dobras / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO NA MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...Nessa aula vamos “ENSAIAR AS DOBRAS”. Toda música tem aquelas partes nas rimas chamam mais atenção e quando conseguimos acertar as dobrinhas/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: “Ensaizando / Expressão / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 5

TEMA: “Ensaaiando / Dicção / Ano Novo, Rima Nova”	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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaaiando / Posicionamento do Microfone / Ano Novo, Rima Nova”	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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaaiando / Movimentação / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ANO
--	------------------------------------



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

JUSTIFICATIVA: Movimentar - se chama 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA NOVA”...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: “Ensaando / Completo / Ano Novo, Rima Nova”	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º 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 assistam, 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, ESTAMOS TRABALHANDO A MÚSICA “ANO NOVO, RIMA”...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: “Boombap” Beat de Rap	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Para cantar Rap é necessário saber qual estilo de Beat (Instrumental) se deve usar de acordo com cada letra	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “BOOMBAP”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO)	
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 assistam, deixem	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é Boombap, o que é Trap, vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “BOOMBAP”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: DJ Premier

PLANO DE AULA 10

TEMA: “Trap” Beat de Rap	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: o Trap é um dos estilos de beat mais utilizados hoje em dia para fazer Rap, então quis apresentar aos alunos(a)	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “TRAP”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é Trap, vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “TRAP”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: OQ Produções	

PLANO DE AULA 11

TEMA: “G - Funk” Beat de Rap	Turma: 1º,2º,3º,4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Saber Distinguir cada Beat (Instrumental) é extremamente importante e essencial no Rap	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “G - FUNK”, para saber escolher na hora de criar/elaborar cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é G - Funk, vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “G - FUNK”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Dr Dre	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 12

TEMA: “Love Song” Beat de Rap	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: No Rap tem vários estilos de Beat(Instrumental), e é necessário conhecê-los	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “LOVE SONG”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é Love Song, vocês saberiam me dizer? Acredito que não , então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sinta , memorize , beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “ Love Song” , vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram ? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Projota	

PLANO DE AULA 13

TEMA: “Drill” Beat de Rap	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Diante de vários estilos de beats que o Rap tem, faz-se necessário saber das opções	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “DRILL”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é DRILL, vocês saberiam me dizer? Acredito que não , então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sinta , memorize , beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “DRILL” , vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram ? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: LB MUSIC	

PLANO DE AULA 14

TEMA: “Gangsta Rap” Beat de Rap	Turma: 1°,2°,3°,4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Saber qual estilo de Beat (Instrumental) se deve usar de acordo com cada letra	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “GANGSTA RAP”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é GANGSTA RAP vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “GANGSTA RAP”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: 2 Pac

PLANO DE AULA 15

TEMA: “Hip Hop Reggae” Beat de Rap	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: O Rap e o Reggae caminham lado a lado, e existe esse estilo de Beat (Instrumental) onde unificaram os dois estilos e é importante os alunos(a) conhecerem	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “HIP HOP REGGAE”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é HIP HOP REGGAE vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “HIP HOP REGGAE”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Taroba (Griot)	

PLANO DE AULA 16

TEMA: “Rap Jazz” Beat de Rap	Turma: 1°, 2°, 3°, 4° e 5° ANO
JUSTIFICATIVA: Hoje em dia o Rap é considerado música Popular Brasileira, tanto é que está nos maiores veículos de comunicação e eventos grandes, e com isso apresento o estilo Rap Jazz, uma musicalidade rica e envolvente	
OBJETIVO GERAL: Fazer com que cada aluno(a) conheça, aprenda qual é a batida / Beat / Instrumental com a característica do estilo “RAP JAZZ”, para saber escolher cada beat de acordo com a letra, com o tema (POIS CADA LETRA, CADA TEMA REQUER UMA BATIDA/BEAT PROPÍCIO	
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 assistam, deixem seu like, comentem e tire uma foto fazendo as aulas e envie para nós. Na aula de hoje vamos aprender sobre os estilos de Beats (Instrumentais) de Rap. Se eu perguntasse pra vocês o que é RAP JAZZ vocês saberiam me dizer? Acredito que não, então vou ensinar, demonstrar, especificar para todos vocês, anotem tudo isso e prestem bem atenção em cada batida (Beat) que vou colocar no decorrer das aulas, ouçam com atenção, sintam, memorize, beleza? Na aula de hoje vou mostrar o estilo “RAP JAZZ”, vamos lá?Curtiram né, gravaram bem? memorizaram? anotaram? ok, na próxima aula daremos continuidade, e vou especificar outro estilo, fiquem com Deus e até a próxima	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Rappin Hood

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 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 49: "Ensaaiando a Introdução/ Ano Novo, Rima Nova"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/zEo3i0_Pb-0		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 15	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 50: "Ensaaiando/ Respiração/ Ano Novo, Rima Nova"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/gEQj7q3n-To		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 18	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 51: "Ensaaiando/ Dobras/ Ano Novo, Rima Nova"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/r4-ydEQgMjg		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 52: "Ensaaiando/Expressão/ Ano Novo, Rima Nova"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/WjYHcXLo4iw		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 9	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 20	

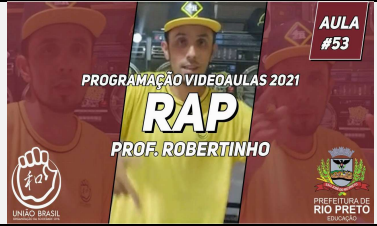
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 53: "Ensaaiando/ Dicción/ Ano Novo, Rima Nova"
-----------------------	---

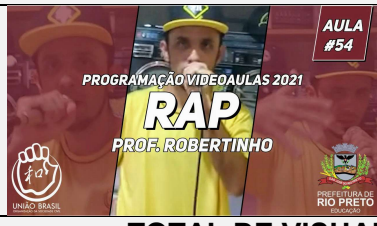


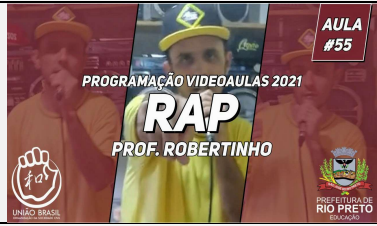
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

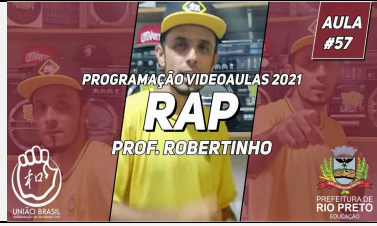
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

	Link do vídeo: https://youtu.be/ZT0FBxtr8vw		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 15	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 54: "Ensaaiando/Posicionamento do Microfone/ Ano Novo, Rima Nova"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/RaDoDKghzyg		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 15	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 55: "Ensaaiando/ Movimentação/ Ano Novo, Rima Nova"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/RtpC189dmCg		
	YouTube	Visualização: 6	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 16	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 56: "Ensaaiando/ Completo/ Ano Novo, Rima Nova"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/DQlea1cO5Hw		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 57: "Boombap" Beat de Rap		
	Link do vídeo: https://youtu.be/7d4xlgm1yFk		
	YouTube	Visualização: 4	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 15	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 58: "Trap" Beat de Rap		
	Link do vídeo: https://youtu.be/yVYI_h-W4vs		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 59: "G - Funk" Beat de Rap		
	Link do vídeo: https://youtu.be/AtLvwao0Jfc		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 60: "Love Song" Beat de Rap		
	Link do vídeo: https://youtu.be/vrWu5cm0Gzs		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 16	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 61: "Drill" Beat de Rap		
	Link do vídeo: https://youtu.be/Pzfsj5ny4P4		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 9
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 15	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 62: "Gangsta Rap" Beat de Rap		
	Link do vídeo: https://youtu.be/48FMwKl020c		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 5



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

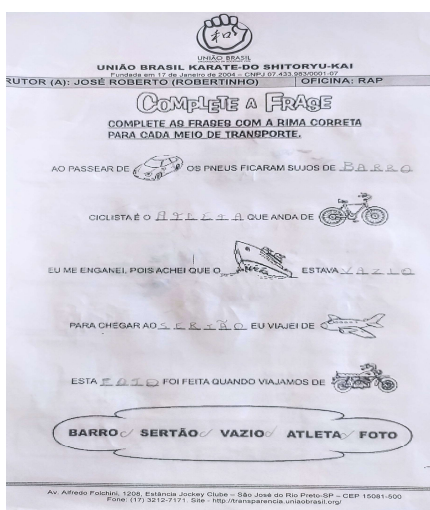
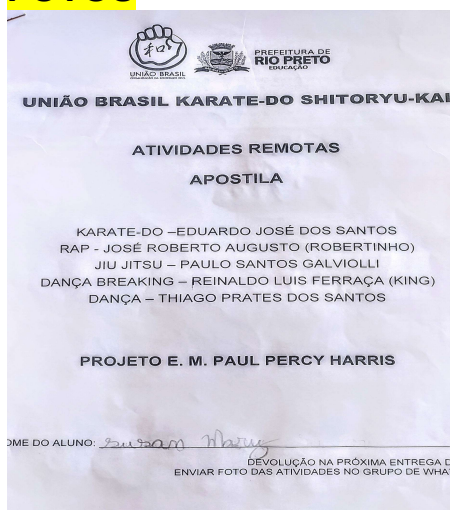
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15	TOTAL DE CURTIDAS: 17
----------------------------	-----------------------

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 63: "Hip Hop Reggae" Beat de Rap		
	Link do vídeo: https://youtu.be/gzrUulvx3v8		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 15	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64: "Rap Jazz" Beat de Rap	
	Link do vídeo: https://youtu.be/-fkUHkKyvPQ		
	YouTube	Visualização: 5	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS:15	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 279			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 254			

RETORNO DOS ALUNOS

FOTOS



Susan Mary, 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



Cristian Henrique Trevizan de Carvalho, turma 4 , Escola Paul Percy Harris

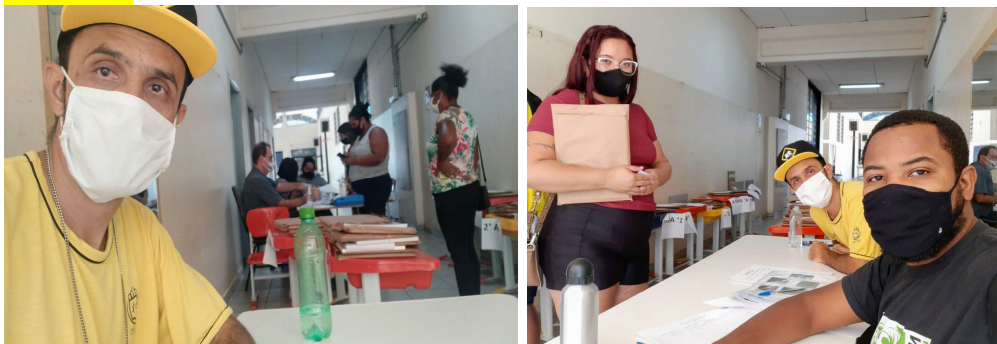


**Leonardo Trevizan Pereira
Turma 4, Período Tarde, Escola Paul Percy Harris**

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 09/04/21

FOTOS



Entrega de materiais Impressos (Apostilas) núcleo Escola Paul Percy Harris

DIA: 29/04/21

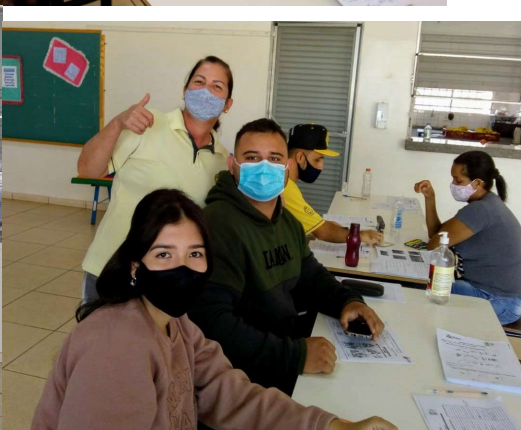


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

FOTOS



**Isac da Silva Paulino, 1ºD,
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- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Luana Cardoso dos Santos	
Oficina: Karatê-Do	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/03/21	- Treinamento - Gravação da aula “Aula de kizami zuki”
TERÇA-FEIRA 06/04/21	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Aula de gyaku zuki”
QUARTA-FEIRA 07/04/21	- Entrega de material pedagógico núcleo Santa Clara - Gravação da aula “Aula de Nekoashi”
QUINTA-FEIRA 08/04/21	- Gravação da aula “Aula de zenkutsu dachi”
SEXTA-FEIRA 09/04/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	- Treinamento - Gravação da aula “Treinamento de shiko dachi”
TERÇA-FEIRA 13/04/21	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Fundamentos de defesas básicas”
QUARTA-FEIRA 14/04/21	- Gravação da aula “Fortalecimento”
QUINTA-FEIRA 15/04/21	- Treinamento - Gravação da aula “Kihon de kata”
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	- Treinamento - Gravação da aula “Treinamento da base kokutsu”
TERÇA-FEIRA 20/04/21	- Reunião pedagógica - Gravação da aula “Alongamento”
QUARTA-FEIRA 21/04/21	- Gravação da aula “kihon de kumite”
QUINTA-FEIRA 22/04/21	- Gravação da aula “Kihon de zuki”
SEXTA-FEIRA 23/04/21	
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	- Treinamento - Gravação da aula “Movimentação e chute”
TERÇA-FEIRA 27/04/21	- Reunião Pedagógica - Gravação da aula “Treinamento de uraken”
QUARTA-FEIRA 28/04/21	- Treinamento - Gravação da aula “Treinamento de yoko gueri”
QUINTA-FEIRA 29/04/21	- Gravação da aula “Kihon de kata, defesas e guiaku zuki”



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

SEXTA-FEIRA
30/04/21

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Luana Cardoso dos Santos	
OFICINA: Karatê-Do	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 • Aula de kizami zuki • Aula de gyaku zuki • Aula de Nekoashi • Aula de zenkutsu dachi	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 • Treinamento de shiko dachi • Fundamentos de defesas básicas • Fortalecimento • Kihon de kata	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 • Treinamento de kokutsu • Alongamento • Kihon de kumite • Kihon de zuki	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 • Movimentação e chute • Treinamento de uraken • Treinamento de yoko gueri • Kihon de kata, defesas e guiaku zuki	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Aula de kizami zuki	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aprimorar e ensinar o golpe kizami zuki	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é trabalhar o golpe kizami zuki de diferentes formas, fazendo com que o aluno amplie seu conhecimento técnico trabalhando também sua coordenação motora e concentração.	
PROCEDIMENTOS: O movimento foi ensinado do mais fácil até o mais complexo, com a professora realizando junto ao aluno e ao mesmo tempo explicando a técnica correta.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na aula de hoje vamos relembrar e aprender um golpe de kumite chamado kizami zuki, esse golpe é realizado com a mão que está à frente na guarda. É muito fácil e vamos realiza-lo de várias formas. Kamai. Perna a frente fazendo o kamaite agora vai esticar a mão e retornar para a guarda novamente, o quadril também movimenta para o lado para que consiga colocar força no movimento utilizando o peso do corpo. Muito bem! Agora faremos o mesmo movimento, porém avançando a perna que está	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

na frente. Se o adversário estiver mais longe conseguimos alcançar com essa técnica. O pé e a mão vão para frente, avançando e recuando os dois juntos. Muito bem! Vamos acrescentar agora uma movimentação a mais, um salto. O golpe será o mesmo, o que vai mudar é o trabalho de perna. Imaginem que no chão tem um buraco e vamos fazer o salto como se estivesse pulando esse buraco. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Até a próxima, pessoal!

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

PLANO DE AULA 2

TEMA: Aula de gyaku zuki	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aprimorar e ensinar aos alunos o golpe gyaku zuki.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é trabalhar o golpe gyaku zuki de diferentes formas, fazendo com que o aluno amplie seu conhecimento técnico trabalhando também sua coordenação motora e concentração.	
PROCEDIMENTOS: O movimento foi ensinado do mais fácil até o mais complexo, com a professora realizando junto ao aluno e ao mesmo tempo explicando a técnica correta.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na aula de hoje vamos trabalhar um golpe chamado gyaku zuki, já fizemos ele em outras aulas, porém vamos relembrar e quem ainda não sabe vai aprender agora. Para começar vamos fazer a posição de kamaite, a posição de luta. Neste golpe vamos utilizar a mão que está posicionada na barriga, girando o quadril para frente e o pé que está atrás também. Troca à perna! Muito bem! Kamai. Agora vamos trabalhar a parte de perna deste golpe, vamos avançar a perna que esta na frente e descer a de trás em direção ao chão e logo em seguida retorna para o lugar. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Difícil? Não! Esse golpe utilizamos muito na hora da luta. Espero que tenham gostado! Osu! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Aula de Nekoashi	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Melhorar e ensinar aos alunos a técnica da base nekoashi.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula é fazer com que os alunos tenham contato com técnicas um pouco mais avançadas e trabalhem sua coordenação motora e cognição.	
PROCEDIMENTOS: Nessa aula foi ensinado primeiro a base nekoashi, sem movimentos de braço para que os alunos pudessem se concentrar apenas na técnica da base. Em seguida, já dominada a técnica acrescentamos algumas defesas para aumentar o grau de dificuldade.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Na aula de hoje vamos trabalhar a base nekoashi, que é a base o gato. Para começar, juntem os calcanhares, vamos virar um pé para frente e esticar uma perna apoiando somente a ponta do pé no chão. A perna que está atrás vai dobrar e o quadril vai para trás, como se fosse sentar em um banco. Não pode empurrar o quadril para frente. Vamos avançar e recuar. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Conseguiram aprender a base? Então agora vamos colocar mais velocidade e acrescentar movimentos de braço. Com a mesma postura, vamos fazer agora o oi zuki, soco com o mesmo lado da perna. Próximo movimento será a defesa guedan barai, a base continua a mesma! Em cada defesa faremos o kiai, que é o grito do karatê. Muito bem! O último movimento será a defesa jodan age uke, que é a defesa acima da cabeça. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Treinem bastante em casa! Não se esqueçam de enviar para a sensei fotos e vídeos de vocês realizando as aulas. Osu! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 4

TEMA: Aula de zenkutsu dachi	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aprimorar e aprender a base zenkutsu dachi	
OBJETIVO GERAL: O objetivo dessa aula foi trabalhar defesas e ataques na base zenkutsu dachi, misturando várias defesas de braço tornando o kihon um pouco mais complexo.	
PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento passado pelo Kyoshi Ubiratan e também dos movimentos contidos nos kata.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na aula de hoje vamos trabalhar o kihon de kata e mais específico à base zenkutsu dachi. A zenkutsu é muito comum em alguns katas, então vamos trabalhar ela e mais alguns movimentos de braço. Essa base é mais aberta, a perna da frente vai ficar flexionada e a de trás esticada. O pé que está na frente é reto e o de trás fica na diagonal. Para avançar na base não podemos subir, temos que manter a altura. Vamos avançar e recuar! Muito bem! Essa é uma base fácil, só não podemos esquecer os detalhes. Agora a faremos com o soco, o zuki. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Ainda na mesma base vamos trabalhar o movimento de uti uke, é a defesa de fora para dentro do corpo. Avançando com kiai! Muito bem! Kamai. Conseguiram fazer? Agora vamos fazer outra defesa que é bem parecida com essa, mas o movimento é de dentro para fora do corpo. Não se esqueçam de prestar atenção na base. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Treinem bastante essa base em casa! Espero que tenham gostado da nossa aula. Não se esqueçam de enviar para a sensei fotos e vídeos de vocês realizando as aulas. Osu! Até a próxima!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Treinamento de shiko dachi	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aprimorar e aprender a base shiko dachi.	
OBJETIVO GERAL: O Objetivo dessa aula é trabalhar a base shiko dachi de formas diferentes, fazendo com que o aluno aprenda suas variações, além de também trabalhar a coordenação motora, força e resistência dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

deforma mais lenta para um melhor entendimento e com a professora executando junto ao aluno.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na aula de hoje vamos trabalhar a base shiko dachi, ela é a base do carregador então as duas pernas ficam na mesma posição e o peso é distribuído igualmente entre as duas. Primeiro começaremos no kamai, vamos subir a mão e abrir uma perna de cada vez, cada hora para um lado. Dobrem os dois joelhos. Quando abrir a base para o lado vai puxar as duas mãos no rikite. Essa base fortalece bastante os músculos da perna. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Nós fizemos a shiko dachi deslocando para os lados, agora faremos andando para frente e para trás. Kamai. Coloca uma perna na frente e a que está atrás vai girar para o lado, o peso é no centro do corpo. As pernas formam como se fossem uma “casa”. Vamos avançar e recuar. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Agora vamos acrescentar um movimento de braço, o shuto uke guedan. Essa shiko dachi é na diagonal, os pés se posicionam na mesma largura dos ombros. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Conseguiram aprender a shiko dachi? Espero que tenham gostado da aula! Curtam e compartilhem nossos vídeos! Osu! 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 6

TEMA: Fundamentos de defesas básicas	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aprimorar a técnica de defesas básicas do karatê-do.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo é melhorar os fundamentos iniciais das defesas básicas do karatê, fazendo com que assim os alunos melhorem sua técnica e evoluam na aula.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual deforma mais lenta para um melhor entendimento e com a professora executando junto ao aluno.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na aula de hoje vamos trabalhar as defesas básicas do karatê, vamos aprender a técnica correta de uma por uma. Algumas delas já realizamos antes em outras vídeo aulas, porém vamos relembrar e reforçar a técnica. Kamai. A primeira defesa é a jodan age uke, que é a defesa acima da cabeça. Uma mão vai ficar fechada em cima da cabeça, com o cotovelo dobrado, os dedos viram para baixo para que a parte mais dura do braço realize a defesa. Para trocar as mãos, vamos abaixar o cotovelo e a mão que esta no rikite vai cruzar a frente da que estava em cima, fazendo a troca de lugar.	
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 7

TEMA: Fortalecimento	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Melhorar o condicionamento físico dos alunos	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a força muscular dos alunos, além da coordenação motora e agilidade.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Na aula de hoje vamos utilizar a escada de agilidade. Quem não tiver a escada pode estar fazendo ela com uma fita ou até mesmo utilizar as riscas do chão. Então vamos fazer um fortalecimento, alguns exercícios para melhorar nosso condicionamento físico. Primeiro vamos começar com o pé dentro da escada avançando e elevando o joelho. Se quiser fazer mais vezes, pode fazer! Agora vamos fazer indo para o lado, o joelho também vai subir. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! No próximo vamos utilizar as mãos, em cada quadradinho vamos entrar e sair, andando para a lateral. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! E agora vamos trabalhar o salto, salta para frente pulando sempre um quadradinho. No último movimento vamos entrar com um pé de cada vez no quadradinho e sair realizando o mesmo movimento, começa devagar e vai aumentando a velocidade. Muito bem! Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Espero que tenham gostado da aula, não se esqueçam de curtir e compartilhar nossos vídeos. Osu! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 8

TEMA: Kihon de kata	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a coordenação motora do aluno	
OBJETIVO GERAL: O objetivo é fazer com que o aluno faça diferentes bases e diferentes movimentos de braço para que melhore sua coordenação motora, e identifique e realize as bases sem confundir uma com a outra.	
PROCEDIMENTOS: O kihon é realizado de maneira explicativa e lenta no início, para depois ser realizado de forma mais forte e veloz.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na aula de hoje vamos treinar o kihon de kata, mas especificamente defesas e ataques em variadas bases. Vamos iniciar com uma sequência de dois golpes com duas bases também, vamos fazer um shuto uke na base nekoashi e em seguida avançar shiko dachi shuto uke guedan. Muito bem! Agora, nossos próximos movimentos serão kokutsu dachi yoko uke, vai girar os pés no lugar e fazer azenkutsu dachi e guiaku zuki. A mão da defesa é na altura do ombro, na altura que chamamos de chudan. Nossa última técnica é uma sequência de três movimentos de base e de braço, primeiro faremos a shiko dachi com a defesa guedan barai, em seguida vai recuar a perna da frente e fazer a nekoashi com a defesa jodan age uke que é a defesa acima da cabeça e depois um maegeri com a perna da frente, ok? É normal com essa troca de bases a gente ficar um pouco perdido, ou errar bastante, mas não desistam no karatê a prática nos leva à perfeição. Espero que tenham gostado da aula, até a próxima pessoal! Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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

PLANO DE AULA 9

TEMA: Treinamento da base kokutsu	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Realizar a base kokutsu de diferentes formas.	
OBJETIVO GERAL: O Objetivo principal é melhorar o deslocamento na base kokutsu.	
PROCEDIMENTOS: Foi planejada essa sequência através do treinamento passado pelo Kyoshi Ubiratan. As variações dos golpes são feitas pelo Sensei no seu planejamento mensal mediante seu conhecimento e treinamento individual.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Agora, vamos fazer abase kokutsu dachi. Nela colocamos o peso na perna que está atrás. Kamai. Avança colocando a perna na frente e fazendo a base kokutsu, os pés ficam virados para a mesma direção, uma perna ficadobrada e a outra esticada. Certo? E junto com ela faremos o movimento de guedan barai. Façam bem forte! Não se esqueçam de puxar bem o rikite (puxada do golpe). Vamos acrescentar o kiai, que é o grito do karatê. Vamos agora continuar na mesma base, porém agora faremos avançando. A posição das mãos é a defesa yoko uke. Gira o corpo para frente, cruza as mãos e avança no movimento. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Pessoal, treine bastante a kokutsu, ela é uma base que não costumamos fazer com frequência. Osu! Até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Alongamento	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Melhorar a flexibilidade dos alunos e com isso a forma de executar o karatê	
OBJETIVO GERAL: O objetivo é preparar a musculatura e assim, evitam problemas musculares, articulares, tendinosos e circulatórios, além de favorecer a recuperação muscular dos alunos.	
PROCEDIMENTOS: Os alongamentos foram escolhidos e praticados antes, de forma com que alongasse os principais músculos utilizados no karatê e no dia a dia.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na nossa aula de hoje vamos fazer um alongamento, que é muito importante para a saúde do nosso corpo, não adianta só fazer exercícios e não alongar. Alongamento é saúde! Então vamos lá? E para começar vamos abrir um pouco as pernas, esticar os braços em cima e depois desce para um lado e para o outro. Agora, puxa a perna para trás e quem não conseguir pode se apoiar na parede. Vamos cruzar uma perna na frente da outra e levar as mãos em direção aos pés. Dobre uma perna e estique a outra, os dois pés estão apoiados completamente no chão e agora vamos levantar a ponta do pé que está esticado. Abre bem a perna, e vamos alongar a parte lateral do corpo, segura na ponta dos pés.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Pernade borboleta e movimentada para cima e para baixo, em seguida desce o corpo em direção aos pés.

Estica as duas pernas e segura na ponta do pé, agora uma perna vai passar por cima da outra e puxa o joelho em direção ao peito. Cruza a perna, coloca o braço para trás e com o outro vamos puxar para alongar. Muito bem! Gira os ombros para trás, relaxa bem o corpo. Cruza os dedos e coloca atrás da nuca, soltando o peso dos braços para baixo. Levantou! Agora gira o quadril, duas vezes para cada lado. Lateral, estica bem o corpo! Coloca um pé para frente, e vai fazer o movimento de giro. Vai esticar o braço, e puxar para trás todos os dedos da mão.

Espero que tenham gostado da nossa aula de hoje. Não deixem de curtir, comentar e compartilharem nossos vídeos. É muito importante também que mandem um retorno pra gente de vocês realizando o

kata, tá bom? Osu! Até a próxima!

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://www.youtube.com/watch?v=xOCh5HJMsZ8>

PLANO DE AULA 11

TEMA: Kihon de kumite

Turma: 1º ao 5º ANO

JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma movimentação diferente com diversos ataques.

OBJETIVO GERAL: Nessa aula o objetivo foi melhorar a movimentação com alguns golpes de braço, trabalhando também a coordenação motora e lateralidade, pois em alguns movimentos a posição dos braços e pés era alternada.

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

ROTEIRO VÍDEO AULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Espero que todos estejam bem e se cuidando! Eu sou a sensei Luana e vim aqui para uma aula de karatê, estão preparados? Vamos começar com nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Tensho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss.

Hoje faremos um kihon de kumite. Para aquecer, gira o quadril duas vezes para cada lado. Agora gira a perna de dentro para fora e depois de fora para dentro. Vamos fazer o polichinelô dez vezes.

Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Kamai. Cada contagem vai saltar três vezes para trás e volta para frente trocando a perna.

Agora, faremos a mesma movimentação, porém acrescentaremos o golpe hanmi, que é um golpe de meio tempo aonde o braço chega primeiro no adversário e depois a perna. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Respira e descansa um pouco, gira os braços para o lado.

Próximo movimento, acrescentaremos mais um soco a esse movimento que já fizemos. Então a sequência será um kizami e em seguida o hanmi. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu.

Essa foi nossa técnica de hoje, espero que tenham gostado! Não se esqueçam de curtir e compartilharem nossos vídeos. Osu! Até a próxima!

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

PLANO DE AULA 12

TEMA: Kihon de zuki

Turma: 1º ao 5º ANO

JUSTIFICATIVA: Melhorar a técnica de soco dos alunos.

OBJETIVO GERAL: Ensinar e relembrar a técnica correta do soco, como utilizar a força e corrigir vícios de movimentos errados.

PROCEDIMENTOS: O kihon é realizado de maneira explicativa e lenta no início, para depois



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

serrealizado de forma mais forte e veloz.

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! Olá pessoal! Como vocês estão? Vamos para mais uma aula de karatê? Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai.

Na nossa aula de hoje vamos trabalhar o zuki. Mas o que é o zuki? É o soco do karatê! Ele pode até parecer simples, mas não é! Ele exige desde o jeito correto de fechar as mãos até o movimento do quadril para aumento da força. Vamos lá então. Estiquem as duas mãos, uma vai na cintura e fazer o

rikite que é a puxada do braço. Vamos trocar as mãos, cotovelos são fechados. O soco do karatê é como se fosse uma flecha, ele não faz curva! O quadril gira para o mesmo lado da mão que está puxando. Muito bem! Agora vamos fazer um pouco mais rápido. A respiração é muito importante, puxem o ar e hora que forem realizar o movimento, soltem o ar. Inspira e expira! Kamai. Temos que tomar muito cuidado para não contrair o ombro na hora do soco.

Agora vamos fazer o nido zuki, que são dois sócios em uma só contagem. Dois movimentos em apenas uma respiração. Kiai no último golpe.

Espero que vocês tenham gostado. Pratiquem bastante e ensinem todos aí de casa! Osu! Muito obrigada pela aula de hoje e até a próxima!

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

PLANO DE AULA 13

TEMA: Movimentação e chute

Turma: 1º ao 5º ANO

JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma movimentação diferente com golpes de perna.

OBJETIVO GERAL: O objetivo da aula é trabalhar chutes, maegueri e mawashi em específico. Adicionamos junto a isso a movimentação para tornar o kihon o mais próximo de uma situação deshi ai.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Tudo bem com vocês? Espero que todos estejam bem e se cuidando. Vamos começar mais uma aula, chamem todos aí de casa para fazer essa aula com agente. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Vamos fazer o nosso cumprimento marcial. Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokushô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. De pé, Kiritsu. Kamai.

Hoje faremos um kihon de kumite, continuando a movimentação da aula passada, porém com golpes de perna. Kamai tê, agora vamos saltar três vezes e em seguida fazer um chute lateral, o mawashi.

Depois retornamos para o lugar trocando a perna. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

Abre a perna, coloca as mãos no chão. Alonga quadríceps, puxa uma de cada vez para trás. Muito bem!

Agora a sequência será a mesma, mas a perna que vai realizar o golpe será a perna que está na frente. Próximo movimento vai misturar dois chutes, maegueri com a perna de trás e chute circular com a perna que está na frente. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu!

Muito bem! Essa foi nossa aula de hoje, espero que tenham gostado! Até a próxima!

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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 14

TEMA: Treinamento de uraken	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Ensinar e relembrar o golpe uraken, com saída de golpe e movimentação.	
OBJETIVO GERAL: O uraken é um golpe mais complexo do que os outros socos, pois é circular.	
Devido a isso demos uma atenção especial a ele nesta aula para que os alunos aprendam e melhore a técnica, ampliando seu conhecimento dentro do karatê.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento e com a professora executando junto ao aluno.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu! E aí, pessoal! Como vocês estão? Eu sou a sensei Luana. Vamos para mais uma aula de karatê? Chamem todos de casa para fazer essa aula com vocês! Vamos para o nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco de nossa meditação. Mokusô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na nossa aula de hoje trabalharemos um golpe chamado uraken, no kumite. Vamos relembrá-lo? O uraken é um golpe em que utilizamos a parte de cima da mão para acertar o nosso alvo. Kamai te, a mão da frente vai deslocar para frente lateralmente, o punho quando chega ao alvo vai realizar um “chicoteado”. Agora o faremos na movimentação e em seguida recuando. Imagina que o adversário realizou um ataque, vamos recuar do ataque e fazer o uraken. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Na última técnica, continuaremos com o uraken, porém com a movimentação diferente. Vamos angular para o lado. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Pessoal, não se esqueçam de curtir, deixar o seu comentário e também mandar vídeos e fotos pra gente de vocês realizando as atividades. Combinado? Osu! E até a próxima aula!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Treinamento de yoko gueri	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Melhorar a técnica do golpe yoko gueri.	
OBJETIVO GERAL: O objetivo é fazer com que o aluno aprenda ou aprimore sua técnica de yoko gueri, melhorando também o equilíbrio, coordenação motora, força e resistência.	
PROCEDIMENTOS: O movimento foi ensinado passo a passo, explicado qual é o ponto correto de força, a postura dos pés, joelho e quadril.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Osu, pessoal! Como vocês estão? Espero que bem. Vamos para uma aula de karatê? Eu sou a sensei Luana e espero que gostem da aula. Vamos para o nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco de nossa meditação. Mokusô, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Bom, hoje faremos uma aula de kumite, mais especificamente de um chute chamado: Yoko gueri. Nós já o aprendemos nas aulas anteriores, porém hoje vamos relembrar e treinar mais para que a técnica fique cada vez melhor. Esse chute é reto, o joelho sobe na altura chudan e nós vamos girar o corpo para o lado, mas a perna vai para frente de maneira retilínea. Um detalhe muito importante é que a força desse chute é na lateral ou como chamamos no karatê de “faca do pé”. Então se conseguirem, deixe o dedão para cima, para que isso os ajude a canalizar a força para o lugar certo. Vamos avançar fazendo o chute para relembrar. A maioria das pessoas confunde esse chute com o mawashi, porém o	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

mawashi é circular e a parte que acertará o adversário é a parte de cima do pé, já o yoko é a parte lateral da sola. Não confundam!

Kamai. Cumprimento marcial: Otagaini rei – resposta: Oss. Agora vamos fazer ele de outras formas, recuando e fazendo o chute com a perna que está na frente.

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

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

PLANO DE AULA 16

TEMA: Kihon de kata, defesas e guiaku zuki	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Melhorar movimentos específicos de membro superior com defesas e ataques.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver as técnicas básicas de defesas do karatê. Melhorar o movimento derrotação de quadril, preparação para a defesa, posição correta das mãos tanto nas defesas quanto nos ataques de guiaku zuki. Com isso treinamos também a coordenação e a concentração para a realização dos movimentos.	
PROCEDIMENTOS: Os movimentos foram realizados um a um, com explicação verbal e visual de forma mais lenta para um melhor entendimento dos alunos. As defesas e a ordem delas foram baseadas no kata kihon kata niju ho.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: Osu! E aí, galera! Tudo bem com vocês? Eu sou a sensei Luana e hoje vamos para mais uma aula de karatê. Vamos para nosso cumprimento. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Seiza, vamos fazer um pouco da nossa meditação. Mokuso, fechou os olhos e se concentra, tenta não pensar em nada. Yame! Cumprimento marcial: Shomenni rei – resposta: Ten sho ko tai jin, Senseini rei – resposta: Onegaishimasu, Otagaini rei – resposta: Oss. Na nossa aula de hoje iremos fazer um kihon com defesas e ataques, as defesas serão variadas, porém o ataque será um só. Vamos lá? Kamai. Primeiro movimento é a jodan age uke, defesa acima da cabeça, na base zenkutsu dachi e a perna vai para trás no início. A mão que fará o guiaku é que a está no rikite. Muito bem! Agora, vamos fazer a defesa yoko uke, a perna avança para frente e a mão que defende passa por baixo da outra. Vamos juntar as duas defesas, começamos recuando com a jodan e após o guiaku avançamos e fazemos a yoko uke com o ataque. A mão que está no primeiro soco é que vai fazer a defesa na sequência. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Na próxima defesa vamos para o lado fazendo a defesa uti uke, a mão vai de fora para dentro e em seguida a outra mão faz o guiaku. Cada hora vamos fazer para um lado. Agora, vamos acrescentar mais um movimento, o mawate (troca de direção) e em seguida realizar a defesa guedan barai e o ataque de guiaku novamente, sempre alternando os lados. Kiai no último movimento. Kamai. Cumprimento: Kioske, rei – resposta: Osu! Muito bem! Espero que tenham gostado, treinem bastante em casa para que o karatê de vocês fique cada dia melhor. Até a próxima! Osu!	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimentos adquiridos através dos ensinamentos do Kyoshi Ubiratan de Souza Lima (7º Dan); Livro de estudo dos professores Saito-Ha Shito Ryu.	



UNIÃO 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)- ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Luana Cardoso				
OFICINA: Karatê-do				
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 49: Aula de kizami zuki		
	Link		do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=TpogOKNWalc&list=PpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=49			
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 2	
	Facebook União Brasil	Visualização: 15	Curtida: 10	
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 5	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 17		

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 50: Aula de gyaku zuki		
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=RDDT0zWh2Js&list=PpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=50		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
Instagram		Visualização: 3	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 51: Aula de nekoashi		
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=0gXJx4w9gCA&list=PpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=52		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 5
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 7
Instagram		Visualização: 2	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 52: Aula de zenkutsu dachi		
	Link	do	vídeo:
	https://www.youtube.com/watch?v=XFqeldQUqiA&list=PLpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=52		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 7
Instagram		Visualização: 2	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 13	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 53: Treinamento de shiko dachi		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=qkPcFflayyo&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=53	
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 17	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 54: Fundamentos de defesas básicas		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=Zsm1aAz0g1I&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=54	
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 11	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 24		TOTAL DE CURTIDAS: 20	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 55: Fortalecimento		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=xGJb0D3ALyc&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=55	
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 56: Kihon de kata		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=icPrByq9SqA&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=56	
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 11	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 57: Treinamento de kokutsu		
	Link do vídeo:	https://www.youtube.com/watch?v=RiMsTj6CXGM&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=57	
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 4
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS:10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 58: Alongamento	
	AULA #58	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=EnlakQCP9FE&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=58	
		YouTube	Visualização: 14 Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 3 Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 1 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS:10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 59: Kihon de kumite	
	AULA #59	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VJZL2z8Q32s&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=59	
		YouTube	Visualização: 13 Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 3 Curtida: 3
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 10	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 60: Kihon de zuki	
	AULA #60	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=FMlhEXBMurU&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=60	
		YouTube	Visualização: 16 Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 5 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS:11	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 61: Movimentação e chute	
	AULA #61	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=MtRcqCJ8nS0&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=61	
		YouTube	Visualização: 26 Curtida: 5
		Facebook União Brasil	Visualização: 5 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 62: Treinamento de uraken	
	AULA #62	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=O8tJ1NJ7EWg&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTlnkw5b8&index=62	
		YouTube	Visualização: 14 Curtida: 2
		Facebook União Brasil	Visualização: 8 Curtida: 4
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:24		TOTAL DE CURTIDAS: 10	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 63: Treinamento de yoko geri		
	Link do vídeo:		
	https://www.youtube.com/watch?v=IB3EC8OtShc&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=63		
	YouTube	Visualização: 32	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 3
Instagram		Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 10	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64: Kihon de kata, defesas e gyaku zuki		
	Link do vídeo:			
	https://www.youtube.com/watch?v=ikCifmg05IU&list=P LpU23UKHWZE6KQw9D0PRbU70OTInkw5b8&index=64			
	YouTube	Visualização: 26	Curtida: 4	
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 6	
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 3	
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 13		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 380				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 212				

RETORNO DOS ALUNOS

FOTOS

Aluno: Alessandro Lucas de Jesus, 5º B





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Aluno: Rafael José Duran Silva



Aluno: João Gabriel Conserva Valente Silva, 4º D
Carlos Eduardo Conserva Valente Silva, 1º D



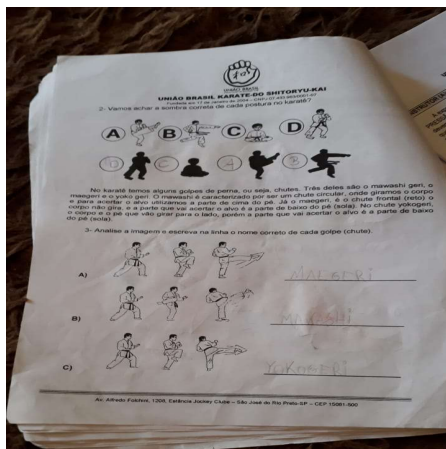
Aluno: Leticia Oliveira Leite, 1º C



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 07/04

FOTOS – ENTREGA DE MATERIAL IMPRESSO.





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Lucas Carolino da Silva Junior	
Oficina: Arte Circense	
Carga horária semanal: 12 horas	
Carga horária total: 48 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/04/21	Pesquisa e estudos das técnicas, treinamento, ensaio, vídeo teste e, em seguida, gravação do vídeo: Rola-rola com garrafa pet parte 1.
TERÇA-FEIRA 06/04/21	*Reunião pedagógica no Google Meet
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Pesquisa e estudos dos movimentos, técnicas do rola-rola, treinamento, vídeo teste e gravação do vídeo: Rola-rola com garrafa pet parte 2.
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Pesquisa de novas técnicas, treinamento dos movimentos com rola-rola e vídeo teste. Em seguida gravação da vídeoaula: Rola-rola com deslocamento.
SEXTA-FEIRA 09/04/21	*Entrega de material impresso- Eco Santo António horário das 7 h às 16 h
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Pesquisa de movimentos, treinamento das técnicas de equilíbrio com o rola-rola, ensaio e vídeo teste. Gravação da vídeoaula: Rola-rola com malabares com bolinhas parte 1.
TERÇA-FEIRA 13/04/21	*Reunião pedagógica no Google Meet
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Estudos e pesquisas de novos movimentos de equilíbrio: rola-rola com bolinhas, treinamento, ensaio, gravação do vídeo: rola-rola com malabares com bolinhas parte 2.
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Treino dos movimentos de rola-rola com bolinhas, vídeo teste para corrigir possíveis erros e gravação da vídeoaula rola-rola com malabares com bolinhas parte 3.
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Estudo sobre novos movimentos do rola-rola com malabares, preparação do material utilizado na aula e gravação da vídeoaula: Rola-rola com malabares com bolinhas parte 4.
TERÇA-FEIRA 20/04/21	*Reunião pedagógica no Google Meet
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Preparação do cenário, treinamento de novos movimentos do desafio de rola-rola com malabares, ensaio, gravação da vídeoaula: Desafio de Rola-rola com malabares.
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Pesquisa e estudo dos movimentos de equilíbrios com os pés, treinamento, vídeo teste e gravação do vídeo: Equilíbrio com os pés parte 1.
SEXTA-FEIRA 23/04/21	
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Treinamento de novos movimentos de equilíbrio com os pés e gravação da vídeoaula: Equilíbrio com os pés parte 2.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TERÇA-FEIRA 27/04/21	*Reunião pedagógica no Google Meet
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Pesquisa de novos movimentos de malabares com sacolas, ensaio, gravação da vídeoaula Malabares com sacolas parte 1.
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Planejamento para a gravação da vídeoaula, estudo de movimentos de malabares com sacolas e gravação do vídeo: Malabares com sacolas parte 2.
SEXTA-FEIRA 30/04/21	

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Lucas Carolino da Silva Junior	
OFICINA: Arte circense	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 48 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 - Aula 37 Rola-rola com garrafa pet parte 1. - Aula 38 Rola-rola com garrafa pet parte 2. - Aula 39 Rola-rola com deslocamento.	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 - Aula 40 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 1. - Aula 41 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 2. - Aula 42 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 3.	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 - Aula 43 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 4. - Aula 44 Desafio de rola-rola com malabares - Aula 45 Equilíbrio com os pés parte 1.	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 - Aula 46 Equilíbrio com os pés parte 2. - Aula 47 Malabares com sacolas parte 1. - Aula 48 Malabares com sacolas parte 2.	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Rola-rola com garrafa pet parte 1.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Equilíbrio é um termo genérico que abrange uma ampla gama de habilidades físicas que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio, exemplos: manipulação de malabares, balizas, monociclo, perna de pau, rola-rola (prancha de equilíbrio), funambulismo (corda bamba), devil sticks e algumas acrobacias.	
OBJETIVO GERAL: Vivenciar situações de equilíbrio estático, dinâmico e recuperado, além de desenvolver a percepção corporal ao equilibrar objetos por meio do corpo.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do material, estudo e pesquisa dos movimentos propostos para realização da aula, treinamento dos movimentos, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos trabalhar equilíbrio com o nosso rola-rola, explicação e demonstração das atividades e, em seguida, execução dos movimentos. Mais uma vez o professor espera que vocês estejam bem, se cuidando e aguardamos vocês na próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168 acessado em 05/04/2021. https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7_U&list=WL&index=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

acessado em 05/04/2021.

PLANO DE AULA 2

TEMA: Rola-rola com garrafa pet parte 2.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aprimorar as habilidades físicas dos alunos com atividades que envolvem a capacidade de manter o equilíbrio.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a parte corporal através dasatividades propostas em arte circense: equilibrista arame que tem como finalidade melhorar a autoestima e confiança de cada aluno.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do material a ser utilizado em aula, ensaio, treino dos movimentos,gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade na nossa aula de rola-rola.Vamos precisar do nosso rola-rola feito com uma garrafa pet.Explicação dos movimentos que vão ser realizados na nossa aula, execução e correção dos movimentos propostos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula com mais novidades.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Equilibrista#:~:text=Alguns%20exemplos%20exibi%C3%A7%C3%B5es%20(normalmente%20circenses,devid%20sticks%20e%20algumas%20acrobacias. Acessado em 06/04/2021. https://www.youtube.com/watch?v=JSxJqZr7_U&list=WL&index=25 . Acessado em 06/04/2021.	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Rola-rola com deslocamento.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Alternar os movimentos e passos por meio dos deslocamentos com o rola-rola em um determinado espaço.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a concentração, psicomotricidade, coordenação motora grossa, equilíbrio, persistência e imaginação para criar vários movimentos com o rola-rola.	
PROCEDIMENTOS: Separação dos materiais utilizados, pesquisas e treinamento dos movimentos de deslocamento com o rola-rola, vídeo teste e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos aprender a se deslocar com o nosso rola-rola feito com garrafa pet. Quem ainda não tem um rola-rola é super simples de fazer. Vamos precisar de uma garrafa pet de 2 litros, encha de água e tampe bem. Explicação dos movimentos e das técnicas a serem realizadas na aula e, em seguida, repetição e execução dos movimentos propostos para a vídeoaula. Então é isso pessoal espero que vocês estejam bem, espero que vocês consigam realizar as atividades e aguardo vocês na próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.iraceminha.sc.gov.br/noticias/ver/2019/05/brincadeiras-e-circuitos-na-educacao-infantil#:~:text=A%20organiza%C3%A7%C3%A3o%20de%20atividades%20com,um%20determinado%20tempo%20e%20espa%C3%A7o. acessado em 08/04/2021.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Rola-rola com malabares com bolinhas parte 1.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: É uma habilidade física que é executada com destreza por um malabarista e equilibrista que envolve a manipulação de objetos por diversão, entretenimento, arte ou esporte. O malabarismo pode consistir da manipulação de um ou mais objetos ao mesmo tempo com uma ou	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ambas as mãos embora, também, possam ser usados os pés.			
OBJETIVO GERAL: Aprimorar as técnicas de malabares com o rola-rola desenvolvendo o equilíbrio, noção de espaço, criatividade, atenção e concentração.			
PROCEDIMENTOS: Estudar os movimentos, separar os abjetos para a atividade, treinamento dos movimentos e gravação da vídeoaula.			
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje nossa atividade é trabalhar duas modalidades juntas, malabares com bolinhas juntamente com nosso rola-rola feito de garrafa pet, tudo bem?! Explicação das nossas atividades, execução dos movimentos. Mais uma vez espero que vocês estejam bem, aguardo vocês na nossa próxima aula.			
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA:	https://pt.wikipedia.org/wiki/Malabarismo .	acessado em 12/04/2021.
		https://www.youtube.com/watch?v=eulDP3SbYZ0 .	acessado em 12/04/2021.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Rola-rola com malabares com bolinhas parte 2.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: O malabarismo com rola-rola pode ser definido como a arte de manipular os objetos e equilibrar com agilidade e precisão. Estes objetos são itens que o artista usa para fazer o malabarismo e equilíbrismo, exemplos de objetos: bolas, clavas, argolas e rola-rola (prancha de equilíbrio) etc.	
OBJETIVO GERAL: Aumentar a flexibilidade, a força e a coordenação motora por meio de exercícios que ajudam a trabalhar os dois lados do cérebro, assim aumentando a concentração, atenção, lateralidade, respiração e os reflexos.	
PROCEDIMENTOS: Estudos dos exercícios, treinamento e separação dos materiais utilizados para a aula, teste de iluminação/ som e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E na nossa aula de hoje vamos dar continuidade e trabalhar malabares com bolinhas com o nosso rola-rola. Explicação das técnicas e exercícios propostos para realização da aula, execução dos movimentos juntos com os alunos. Bom pessoal mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando. Aguardo vocês na nossa próxima aula, até mais.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.infoescola.com/artes/malabarismo/ acessado em 14/04/2021.

PLANO DE AULA 6

TEMA: Rola-rola com malabares com bolinhas parte 3.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Ampliar as possibilidades expressivas dos participantes, com o aprendizado de técnicas circenses de malabarismo juntamente com o nosso equilíbrio com o rola-rola.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação, destreza e habilidade manual através dos objetos manipulados no ar e o equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Pesquisar novos movimentos com bolinhas de malabares e equilíbrismo, treinar esses movimentos a serem realizados na aula, vídeo teste, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade nos nossos malabares com bolinha e equilíbrio com o rola-rola. Primeiro vamos relembrar nossos exercícios realizados nos vídeos anteriores. Explicação dos novos movimentos e execução dos movimentos propostos na aula. Mais uma vez pessoal espero que vocês estejam bem e se cuidando. Aguardo vocês na nossa próxima aula. Até.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://batuquedogato.com.br/atracoes/malabaristas/ acessado em 15/04/2021.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 7

TEMA: Rola-rola com malabares com bolinhas parte 4.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Aumentar o conhecimento dos alunos na modalidade de arte circense, assim melhorando e aperfeiçoando suas técnicas na execução das atividades proposta.	
OBJETIVO GERAL: Intensificar as habilidades e a destreza em realizar os movimentos da atividade controlando possíveis situações difíceis ou adversas.	
PROCEDIMENTOS: Estudar e pesquisar mais movimentos, separação dos materiais, conferência do som e iluminação, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje vamos dar continuidade na última parte de malabares com bolinha e rola-rola. Vou trazer alguns exercícios novos e aumentar um pouco a dificuldade. Explicação sobre as técnicas e exercícios que será realizada na aula. Execução dos exercícios propostos. Então pessoal por hoje e só, mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando. Espero que mandem retorno de vocês fazendo as atividades por meio de fotos/ vídeos. aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA	
BIBLIOGRÁFICA: https://batuquedogato.com.br/atracoes/malabaristas/#:~:text=O%20malabares%20t em%20como%20principal,controlar%20situa%C3%A7%C3%B5es%20dif%C3%ADceis%20ou%20adversas. Acessado em 19/04/2021.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Desafio de rola-rola com malabares.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Propiciar ao alunomovimentos que ele consiga realizar para se desenvolver.	
OBJETIVO GERAL: Promover aulas dinâmicas para que as crianças realizem em casa e propor materiais de fácil acesso.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente, conferência do espaço/ iluminação e som, vídeo teste para possíveis correções dos movimentos, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje eu trago um desafio super legal para vocês de malabares com coordenação com o rola-rola, vamos utilizar nossas bolinhas de malabares e nosso rola-rola feito com garrafa pet, explicação da técnica e realização dos movimentos proposto para o desafio, execução dos movimentos dos desafios. Mais uma vez espero que vocês estejam bem e se cuidando. aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=caBUz50Scho&list=WL&index=26 acessado em 21/04/2021.	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Equilibrismo com os pés parte 1.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os membros inferiores do corpo adaptando os objetos do dia a dia.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a intuição, criatividade, imaginação, improvisação, assim melhorando a autoestima e confiança de cada aluno ao realizar o que esta sendo proposto.	
PROCEDIMENTOS: Captaçãodos materiais necessários para realização da aula, ensaio com vídeo teste, gravação da vídeoaula.	
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 os pés. Eu vou abordar com vocês hoje equilibrar alguns objetos utilizando os pés. Vocês vão precisar de alguns objetos que vocês têm em casa; como tampas de painéis e potes. Explicação e execução da	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

atividade. Mas vez espero que vocês tenham gostado e espero vocês na nossa próxima aula.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: www2.unesp.br/porta1#!/noticia/13500/arte-circense-na-escola-malabares-e-equilibrimo/ acessado em 22/04/2021.
<https://pt.wikipedia.org/wiki/Equilibrimo> acessado em 22/04/2021.

PLANO DE AULA 10

TEMA: Equilibrismo com os pés parte 2.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Continuação... Os alunos podem vivenciar algumas experiências da arte circense com as atividades propostas para trabalhar os membros inferiores com a utilização de objetos do dia a dia.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a percepção corporal ao equilibrar objetos através do corpo.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do material, estudo e pesquisa dos movimentos propostos para realização da aula, treinamento dos movimentos, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje na nossa aula vamos dar continuidade nos nossos equilíbrios utilizando os nossos pés. Explicação e execução da atividade proposta. Espero que vocês tenham gostado, espero que vocês estejam fazendo nossas aulas, aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=13168 acessado em 26/04/2021.	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Malabares com sacolas parte 1.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Malabarismo é uma habilidade física que precisa ser executada com destreza e que envolve a manipulação de objetos por diversão, entretenimento, arte ou esporte.	
OBJETIVO GERAL: A prática do malabarismo aumenta a flexibilidade, a força e a coordenação motora.	
PROCEDIMENTOS: Captação do material para a aula, ensaio, vídeo teste e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. O material que vamos usar para nossa aula será 3 sacolas de plástico. Demonstração, explicação e execução da atividade. Muito bem, mais uma vez espero que vocês estejam bem, se cuidando e aguardo vocês na nossa próxima aula.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://pt.wikipedia.org/wiki/Malabarismo acessado em 28/04/2021. http://www.circoludico.com.br/var/www/html/circoludico.com.br/web/site/component/content/article/13.html#:~:text=A%20pr%C3%A1tica%20do%20malabarismo%20aumenta,o%20criativo%20e%20o%20racional.&text=Os%20malabares%20podem%20ser%20associados,do%2 acessado em 28/04/2021.	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Malabares com sacolas parte 2.	Turma: 3º, 4º e 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Continuação... O malabares com sacolas constitui na manipulação de uma ou mais sacolas ao mesmo tempo podendo ser executando com as mãos ou com os pés.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação motora, noção espacial, atenção e concentração.	
PROCEDIMENTOS: Estudar os movimentos, separar os objetos utilizados na aula, treinamento dos movimentos e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEO AULA: Bom dia pessoal, tudo bem com vocês? Mais uma vez professor Lucas, professor de arte circense. E hoje nossa atividade é mais lúdica, malabares com sacolas, tudo bem?! Vamos brincar de malabares com objetos comuns que vocês tem em casa. Explicação das nossas	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Malabarismo> acessado em 29/04/2021.
<https://www.youtube.com/watch?v=eulDP3SbYZ0> acessado em 29/04/2021.

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 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 37 Rola-rola com garrafa pet parte 1.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=g3ivJa_PaK0&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=37		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 06	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 38 Rola-rola com garrafa pet parte 2.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Cc9tJIAyEw8&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=38		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 01
	Facebook	Visualização: 05	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 39 Rola-rola com deslocamento.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yBkmkeUFaWU&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=39		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 04
	Facebook	Visualização: 06	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 03	Curtida: 05
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 40 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 1.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=XIsFc4c6pEg&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=40		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook	Visualização: 11	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 03	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 16	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 41 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 2.			
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=P0oYmZJv7bQ&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=41	YouTube		Visualização: 10	Curtida: 02
		Facebook		Visualização: 10	Curtida: 08
		União Brasil			
		Instagram		Visualização: 01	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 13			

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 42 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 3.			
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yCDes9G_bSc&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=42	YouTube		Visualização: 04	Curtida: 01
		Facebook		Visualização: 06	Curtida: 08
		União Brasil			
		Instagram		Visualização: 01	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 12			

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 43 Rola-rola com malabares com bolinhas parte 4.			
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2zz7w-e5Tbo&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=43	YouTube		Visualização: 05	Curtida: 02
		Facebook		Visualização: 05	Curtida: 09
		União Brasil			
		Instagram		Visualização: 01	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 14			

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 44 Desafio de rola-rola com malabares.			
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=-jBu7JZYqzo&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=44	YouTube		Visualização: 05	Curtida: 02
		Facebook		Visualização: 03	Curtida: 07
		União Brasil			
		Instagram		Visualização: 01	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 09		TOTAL DE CURTIDAS: 12			

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 45 Equilibrismo com os pés parte 1.			
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=mvOz-45H0N0&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=45	YouTube		Visualização: 07	Curtida: 01
		Facebook		Visualização: 06	Curtida: 06
		União Brasil			
		Instagram		Visualização: 01	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 14		TOTAL DE CURTIDAS: 10			



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 46 Equilibrismo com os pés parte 2.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=a5FKb8Oi7dQ&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=46		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 07	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 47 Malabarismo com sacolas parte 1.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=FvQE6h0iMRw&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=47		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 12	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 48 Malabarismo com sacolas parte 2.	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=7XJ-sy5Ujmo&list=PLpU23UKHWZE4LuDyJTLL57rkdpxPhBKMk&index=48		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 16	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 03
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 189			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 161			

RETORNO DOS ALUNOS



Atividade Isaque Ramos 7 E 22:33



Lucas aleff 4ºD professor Lucas



Atividade Giovana Ramos 6 C



Atividade Vitória Ramos 3 F 22:34



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Paulo Emilio Santos Galvioni	
Oficina: Jiu Jitsu	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/04/21	Gravação da vídeoaula: movimentação de passagem de guarda parte I
TERÇA-FEIRA 06/04/21	Gravação da vídeoaula: movimentação de passagem de guarda parte II *Reunião com a equipe de coordenação da União Brasil
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Gravação da vídeoaula: movimentação de luta por cima, imobilização lateral
QUINTA-FEIRA 08/04/21	*Entrega de material impresso da escola Paul Percy Harris
SEXTA-FEIRA 09/04/21	Gravação da vídeoaula passagem de guarda progredindo para imobilização lateral
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Gravação da vídeoaula: movimentação de luta por cima progredindo com o joelho na barriga
TERÇA-FEIRA 13/04/21	Gravação da vídeoaula: exercícios educativos de passagem de guarda *Reunião com a equipe de coordenação da União Brasil
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Gravação da vídeoaula: drill de passagem de guarda
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Gravação da vídeoaula: joelho na barriga finalizando no armlock
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Gravação da vídeoaula passagem da guarda aranha
TERÇA-FEIRA 20/04/21	Gravação da vídeoaula: passagem da guarda aranha progredindo para imobilização lateral *Reunião com a equipe de coordenação da União Brasil
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Gravação da vídeoaula: drill de passagem de guarda
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Gravação da vídeoaula: finalização do Katagatame (estrangulamento)
SEXTA-FEIRA 23/04/21	
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Gravação da vídeoaula: circuito de equilíbrio
TERÇA-FEIRA 27/04/21	Gravação da vídeoaula ginastica natural *Reunião com a equipe de coordenação da União Brasil
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Gravação da vídeoaula: educativos, movimentação de solo parte I
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Gravação da vídeoaula: educativos, movimentação de solo parte II



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

SEXTA-FEIRA 30/04/21	*Entrega de material impresso no núcleo Eco- Santo Antônio
---------------------------------------	--

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Paulo Emilio Santos Galviolli	
OFICINA: Jiu Jitsu	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 • Movimentação de passagem de guarda parte I • Movimentação de passagem de guarda parte II • Movimentação de luta por cima, imobilização lateral • Passagem de guarda progredindo para a imobilização lateral	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 • Movimentação de luta por cima progredindo com o joelho na barriga • Exercícios educativos de passagem de guarda • Drill de passagem de guarda • Joelho na barriga finalizando no armlock	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 • Passagem da guarda aranha • Passagem da guarda aranha progredindo para a imobilização lateral cem quilos • Drill de passagem de guarda • Finalização do katagatame	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 • Circuito de equilíbrio • Ginástica natural • Educativos, movimentação de solo parte I • Educativos, movimentação de solo parte II	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Movimentação de passagem de guarda parte I	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a parte técnica e a prática de passagem de guarda dos alunos.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver as habilidades motoras como: agilidade, coordenação motora, tempo de reação e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Aula embasada nos ensinamentos do mestre de jiu jitsu Mauro Santos, feito vídeo teste, preparação do ambiente para gravar a aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal espero que todos estejam bem! Professor Paulo de jiu jitsu da união Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal, na aula de hoje vamos estudar posições de passagem de guarda. Vamos trabalhara movimentação de Driil de passagem de guarda e para isso vamos precisar de um tapetepara reduzir o impacto e a ajuda de um irmão, amigo ou responsável que esteja em sua casa. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 2

TEMA: Movimentação de passagem de guarda parte II	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Continuação da aula anterior. Conciliar teoria e prática na explicação para que fique mais fácil do aluno compreender os movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver as habilidades motoras como: agilidade, coordenação motora, tempo	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

de reação e equilíbrio.
PROCEDIMENTOS: Aula embasada nos ensinamentos do mestre de jiu jitsu Mauro Santos, feito vídeo teste, preparação do ambiente para gravar a aula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, espero que todos estejam bem! Professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal, na aula de hoje vamos dar continuidade as posições de passagem de guarda estudando uma movimentação de drill que são exercícios de repetição. Muita atenção nos detalhes da posição, e para aula de hoje vamos precisar da ajuda de alguém para vocês estarem fazendo a atividade. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos

PLANO DE AULA 3

TEMA: Movimentação de luta por cima imobilização lateral	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Manter os alunos, mesmo que em casa, ativo e com bons pensamentos para realizarem as atividades propostas.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a técnica de luta, passagem de guarda, que é um dos movimentos básicos e muito comum durante a luta.	
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro da aula, preparação do material utilizado e do ambiente, gravação da vídeoaula de movimentação de luta por cima.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos trabalhar movimentação de passagem de guarda e uma sequência de movimentos simples. Essa movimentação, além de técnica, ajuda muito na coordenação motora e concentração. Para aula de hoje vamos precisar do auxílio do responsável, irmãozinho ou amiguinho para nos ajudar a realizar a posição. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Passagem de guarda progredindo para imobilização lateral	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Manter os alunos do projeto com atividades que possam ser realizadas em casa e de forma segura.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica dos alunos, respiração, lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, concentração e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro da aula, separação do material que será utilizado e ambiente, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Ola pessoal professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal, na aula de hoje vamos trabalhar a passagem da guarda, uma posição muito simples, porém muito comum acontecer durante a luta. Por isso precisamos saber o máximo de variações dessa posição. Para aula de hoje eu pedi ajuda para Carol, então em casa vocês podem pedir ajuda para o responsável ou irmão. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Movimentação de luta por cima progredindo com o joelho na barriga	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Assegurar aos alunos atividades que eles consigam realizar em casa para aperfeiçoar cada vez mais suas técnicas.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar as habilidades motoras dos alunos por meio dos movimentos realizados.	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e do roteiro da aula, gravação da aula.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTEIRO VÍDEOAULA:Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos dar continuidade as posições de passagem de guarda progredindo com o joelho na barriga. Para aula de hoje eu pedi ajuda para Carol, em casa vocês pedem o auxílio dos responsáveis. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.

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

PLANO DE AULA 6

TEMA: Exercícios educativos de passagem de guarda	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Despertar nos alunos, cada vez mais, o interesse em realizar as aulas on line para se desenvolver.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar astécnicas de luta em pé, sentado e ao solo que são extremamente importantes para o desenvolvimento dentro da modalidade.	
PROCEDIMENTOS: Feito vídeo teste, preparação do ambiente, gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá 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 de extrema importância na modalidade. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Drill de passagem de guarda	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Levar os alunos a praticarem os movimentos de Drill de passagem de guarda para aprimorar suas habilidades nos golpes.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver os membros superiores e inferiores ao realizar os movimentos, além de aprender as técnicas da modalidade.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente, ensaio dos movimentos, aula embasada nos ensinamentos do mestre de jiu jitsu Mauro Santos, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, espero que todos estejam bem! Professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais um vídeo aula. Pessoal, na aula de hoje vamos dar continuidade as posições de passagem de guarda trabalhando a movimentação de Drill de passagem de guarda. Para aula de hoje vamos precisar de um tapete para reduzir o impacto. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Joelho na barriga finalizando no armlock	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Ensinar a posição do armlock (chave de braço) partindo do joelho na barriga com várias repetições para fixar bem esse movimento.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica e os ataques de guarda trabalhando umas das principais posições de luta o armlock.	
PROCEDIMENTOS: Treinamento e ensaio dos movimentos a serem trabalhados na aula, aula embasada nos ensinamentos do mestre de jiu jitsu Mauro Santos, gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos trabalhar a posição do armlock que é uma das principais chaves de braço utilizadas no jiu jitsu. Pessoal para aula de hoje vamos precisar de tapete para reduzir o impacto e tornar a aula mais confortável e da ajuda dos responsáveis. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 9

TEMA: Passagem da guarda aranha	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Levar algumas movimentações de luta para os alunos do projeto estarem fazendo em casa, assim se mantendo conectado com jiu jitsu	
OBJETIVO GERAL: Aperfeiçoar a técnica, a postura e a movimentação de luta por cima que é de extrema importância para os ensinamentos.	
PROCEDIMENTOS: Após ensaios, preparação do ambiente e separação do material a ser usado, gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal, na aula de hoje vamos trabalhar circuito de movimentação de luta por cima. Hoje vamos precisar do auxílio dos responsáveis para ajudar a fazer a atividade. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Passagem da guarda aranha progredindo para imobilização lateral	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Levar atividades ligadas ao jiu jitsu para os alunos do projeto estar realizando em casa mantendo os ativos.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a movimentação e estabilização da posição com quilos melhorando a técnica de luta dos alunos. Essa movimentação é de extrema importância para o desenvolvimento da arte marcial.	
PROCEDIMENTOS: Aula embasada no livro Manual pessoal do jiu jitsu, vídeo teste, preparação do ambiente, separação do material, gravação	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu em mais uma vídeo aula. Na aula de hoje vamos trabalhar movimentação dos cem quilos. Pessoal, vamos prestar muita atenção nos detalhes, esse tipo de posição é muito importante para nosso desenvolvimento. Para a aula de hoje vamos precisar de um tapete para reduzir o impacto. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Gurgel, Fabio, Brazilian JiuJitsu- manual pessoal do jiu jitsu, Rio de Janeiro RJ Axcel Books do Brasil editora, 2007	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Drill de passagem de guarda	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Disponibilizar atividades para os alunos do projeto se manter conectados com as oficinas aperfeiçoando os movimentos a cada aula.	
OBJETIVO GERAL: Melhorar a técnica, a postura e a movimentação de luta por cima desenvolvendo a coordenação motora, atenção e reflexo.	
PROCEDIMENTOS: Treinamento, ensaio, ajuste na posição da câmera e iluminação, gravação da aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal, na aula de hoje vamos trabalhar circuito de movimentação de luta por cima. Na aula de hoje eu pedi ajuda para a Carol, em casa vocês pedem ajuda para o irmãozinho, amiguinho ou responsável que estejam aí por perto. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 12



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TEMA: Finalização do Katagatame (estrangulamento)	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Mostrar ao aluno a forma correta de realizar o movimento para não machucar o outro participante e nem a si mesmo, assim repetindo várias vezes para pegar o jeito.	
OBJETIVO GERAL: O Katagatame é um estrangulamento bastante conhecido na arte marcial que e é de suma importância aprender executá-lo corretamente.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, preparação do roteiro e do ambiente, gravação da vídeoaula. A aula é embasada nos conhecimentos do mestre Mauro Santos	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Pessoal, na aula de hoje vamos trabalhar a posição do Katagatame, uma finalização de estrangulamento que é uma posição básica e de extrema importância para o desenvolvimento dentro da modalidade. Na aula de hoje vamos precisar do auxílio do responsável, irmão ou amigo que esteja na sua casa.Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Ensino do mestre de jiu jitsu Mauro Santos	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Circuito de equilíbrio	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Propor uma atividade que seja mais lúdica e dinâmica para as crianças realizarem em casa.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar as habilidades motoras como:equilíbrio, lateralidade, coordenação motora e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Preparação do ambiente e do material que será utilizado, ensaio dos movimentos e sequência a ser realizado, gravação da aula: circuito de equilíbrio.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, espero que todos estejam bem! Professor Paulo de jiu jitsu em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos fazer circuito de equilíbrio, um fundamento de muita importância para o desenvolvimento no jiu jitsu. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://online.graciebarra.com.br/start	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Ginástica natural	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o repertório motor da criança como: lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, concentração e força.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a capacidade motora e física dos alunos através da imitação, dessa maneira imitando alguns movimentos que os animais fazem.	
PROCEDIMENTOS: Feito o estudo dos exercícios que será passado, elaboração do roteiro e preparação do ambiente, gravação da aula. A aula foi embasada no livro do mestre Álvaro Romano	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, espero que todos estejam bem! Professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Na aula de hoje vamos trabalhar a ginástica natural, iremos imitar o movimento dos animais e através dessa imitação vamos perceber que possui movimentos que se assemelham bastante com os movimentos de luta. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Livro – “Ginástica Natural” Romano, Álvaro (editora Press, 1987)	

PLANO DE AULA 15

TEMA: Educativos, movimentação de solo parte I	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a guarda da criança expandindo sua técnica na luta de artes marciais.	
OBJETIVO GERAL: Aperfeiçoar e desenvolver o sistema de luta dos alunos através de posições básicas e simples, além de ser uma atividade física que trabalha o sistema cardiorrespiratório, fortalecimento	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

docorpo e o desenvolvimento motor.
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro da aula, escolha do material, preparação do ambiente, gravação da aula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Hoje vamos trabalhar os exercícios educativos para melhorar nosso sistema de luta. Preste bastante atenção nos detalhes da movimentação para fazer da maneira correta. Na aula de hoje vamos precisar de um tapete para simular o tatame e tornar a aula mais confortável. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.

PLANO DE AULA 16

TEMA: Educativos, movimentação de solo parte II	Turma: 1º a 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Continuação... Trabalhar posições simples, divertida e de fácil compreensão para que o aluno assimile alguns movimentos de maneira lúdica.	
OBJETIVO GERAL: Aperfeiçoar as posições básicas e simples da luta para melhor entendimento da forma correta que se tem que fazer.	
PROCEDIMENTOS: Feito o roteiro da aula, escolha do material, preparação do ambiente, gravação da vídeoaula	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá pessoal, professor Paulo de jiu jitsu da União Brasil em mais uma vídeoaula. Hoje vamos trabalhar os exercícios educativos parte II, uma continuação dos movimentos de luta solo da aula passada. Esses exercícios são de extrema importância para o desenvolvimento das técnicas de luta. Realização da atividade e finalização da aula com agradecimento.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Conhecimento adquirido com o mestre de jiu jitsu Mauro Santos.	

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Paulo Emilio Santos Galvioli			
OFICINA: Jiu Jitsu			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 49: Drill de passagem de guarda 1		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=WxRDImzlsNA&list		
	YouTube	Visualização: 15	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 19	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 50: Drill de passagem de guarda 2		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=FttyN2Xpl		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 16	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 51: Movimentação e imobilização lateral		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=PQcqJ1T1		
	YouTube	Visualização: 26	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 19	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 49		TOTAL DE CURTIDAS: 18	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 52: Movimentação progredindo para o cem quilos		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=32iSPuWhIBw&list		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 53: Joelho na barriga		
	Link do vídeo: youtube.com/watch?v=KgVa5GDwd40&list=PL		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 54: Exercícios educativos de passagem de guarda		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=fRyPaOnOok		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 55: Passagem de guarda		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=uxYXix2DPrE&list=P		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 21		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 56: Passagem de guarda finalizando no armolck		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=AUWMocTUQKU		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 12	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 57: Passagem da guarda aranha		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=oN4CYuFlyYc&list=P		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 14	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 58: Guarda aranha		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=38zBOO7Feo		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 59: Drill de passagem de guarda		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=V1BeCSaA0uw		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 4	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 3
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 60: Finalização do katagatame		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=52txDgPn8_A&list		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 11	Curtida: 7
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 2
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 27		TOTAL DE CURTIDAS: 12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 61: Circuito de equilíbrio		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=f0HqxXPky		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 6
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 13	

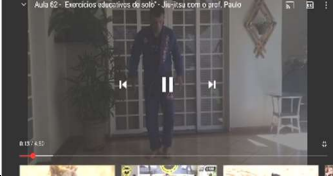
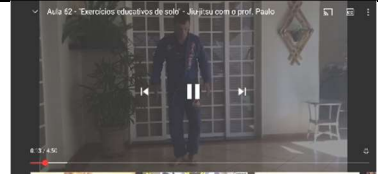
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 62: Educativos de solo		
	Link do vídeo: www.youtube.com/watch?v=f0HqxXPky		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 3
	Facebook União Brasil	Visualização: 3	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 3	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 20		TOTAL DE CURTIDAS: 15	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 63: Educativos de solo		
		Link do vídeo: .youtube.com/watch?v=808N0vsQ3JY&list=		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 3
		Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 4	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 15		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64: Ginástica natural		
		Link do vídeo: .youtube.com/watch?v=808N0vsQ3JY&list=		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 4	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 17		
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 410				
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 228				

RETORNO DOS ALUNOS



Aluno: Alessandro lucas de Jesus/
Turma: 5 Santa Clara



Aluno: Rafael Jose Duran/
Turma : 4 Santa Clara



Aluno: Joao Gabriel Valente e Eduardo Valente
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



Aluna: Maria Helena Turma: 3



Isaque - Santa Clara

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 08/04



DIA: 28/04





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Abril/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor: RAFAEL DE OLIVEIRA NAIME	
Oficina: INICIAÇÃO ESPORTIVA	
Carga horária semanal: 12 horas	
Carga horária total: 48 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
QUINTA-FEIRA 01/04/21	
SEXTA-FEIRA 02/04/21	FERIADO
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/04/21	Inicialmente houve a escolha de local amplo para a gravação. Em seguida, o professor arrumou a corda a fim de formar um caminho para o aluno seguir. Foram realizados testes de enquadramento e iluminação e, por fim, foi realizada a gravação da vídeo aula “Trabalho com corda” com as crianças convidadas.
TERÇA-FEIRA 06/04/21	Reunião pedagógica pelo google meet.
QUARTA-FEIRA 7/04/21	Depois de encontrado o melhor local para gravação, foram providenciados sacos de lixo e também garrafas pet para servir de obstáculos. Em seguida, as crianças entraram nos sacos e realizaram um ensaio. Após, foi gravada a vídeo aula “Corrida do saco com obstáculos” .
QUINTA-FEIRA 8/04/21	Inicialmente houve a coleta dos materiais necessários (sacos plásticos e bolinhas, tampinhas e objetos diversos). Os objetos foram dispostos no local onde seria realizada a atividade e houve teste de enquadramento, bem como ensaio da brincadeira. Em seguida, houve a gravação da vídeo aula “Pega objetos com saco” .
SEXTA-FEIRA 9/04/21	Entrega de cestas básicas núcleo Santa Clara das 08:00 às 16:00.
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Inicialmente houve a escolha de melhor local para a realização do exercício e a coleta dos objetos (bichinhos de pelúcia e recipiente para pegar). Houve teste de enquadramento e iluminação e, em seguida, treino com as crianças convidadas. Por fim foi gravada a vídeo-aula “Arremesso de pelúcia” .
TERÇA-FEIRA 13/04/21	Reunião pedagógica pelo google meet.
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Coleta do material necessário (folhas de papel sulfite e bolinhas), escolha de local adequado e espaçoso para a gravação, treino com as crianças convidadas e gravação da vídeo aula “Comandos de equilíbrio”
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Realização e organização das matrículas no núcleo Santa Clara, das 08:00 às 16:00.
SEXTA-FEIRA 16/04/21	Escolha de local adequado, coleta dos materiais necessários (cabo de vassoura e potinhos), disposição dos objetos no chão, teste de enquadramento, ensaio com as crianças e gravação de vídeo aula “Equilíbrio cooperativo” .
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Coleta dos materiais necessários (apenas cabos de vassoura e uma bexiga), teste de enquadramento e iluminação, ensaio com pessoa convidada e gravação da vídeo aula “Equilíbrio com cabo de vassoura” .



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TERÇA-FEIRA 20/04/21	Reunião pedagógica pelo google meet.
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Inicialmente houve a escolha do local amplo e adequado para a realização da atividade, a coleta dos materiais (peneiras, garrafinhas, bolinhas bacias). Em seguida os materiais foram colocados no chão a fim de formar o circuito. Foi realizado ensaio com as crianças convidadas e gravada a vídeo aula “corrida da Peneira” .
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Devido à simplicidade e ludicidade da atividade, houve apenas a necessidade de separação de copos descartáveis e a escolha do local onde seria realizada a atividade. Em seguida, houve a gravação da vídeo aula Torre de Copos com criança convidada.
SEXTA-FEIRA 23/04/21	
	5° SEMANA
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Depois de escolhido o local da gravação houve a marcação do “campo” no chão com a utilização de fita crepe. Em seguida foram separadas tampinhas de garrafa pet de três cores diferentes, realizados ensaios com as crianças convidadas e gravada a vídeo aula Brincadeira La Rayuela .
TERÇA-FEIRA 27/04/21	Reunião pedagógica pelo google meet.
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Inicialmente houve a coleta dos materiais necessários (cabides, banquinhos, barbantes e garrafinhas pet). Em seguida houve a disposição das garrafinhas formando um circuito e foi amarrado o barbante entre os dois banquinhos formando um “varal”. Por fim, houve ensaio com as crianças convidadas e a gravação da vídeo aula “Corrida do cabide” .
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Houve a escolha de local amplo para a gravação e teste de enquadramento e iluminação. Coleta dos materiais necessários (bichinhos de pelúcia, almofada e barbante). O barbante foi amarrado na almofada e os bichinhos de pelúcia dispostos no chão. Houve ensaio com as crianças convidadas e em seguida foi gravada a vídeo aula ‘Pêndulo recreativo’ .
SEXTA-FEIRA 30/04/21	Entrega de material pedagógico no Núcleo Santa Clara

Plano de Aula

(REFERÊNCIA- MARÇO/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUTOR: RAFAEL DE OLIVEIRA NAIME	
OFICINA: INICIAÇÃO ESPORTIVA	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 48 horas
Plano de aula 1º semana dias 01/04 e 02/04/2021	
Feriado	
Plano de aula 2º semana de 05/04 a 09/04/2021	
• Trabalho com corda • Corrida do saco com obstáculos • Pega objetos com saco	
Plano de aula 3º semana de 12/04a 16/04/2021	
• Arremesso de pelúcia	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

• Comandos de equilíbrio • Equilíbrio cooperativo
Plano de aula 4ª semana de 19/04 a 23/04/2021 • Equilíbrio com cabo de vassoura • Brincadeira da Peneira • Torre de Copos
Plano de aula 5ª semana de 26/04 a 30/04/2021 • Brincadeira La Rayuela • Corrida do cabide • Pêndulo Recreativo

PLANO DE AULA 1

TEMA: TRABALHO COM CORDA	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Sempre procurando ministrar aulas e atividades que possam ser realizadas em casa, o professor mais uma vez procurou exercícios fáceis, utilizando materiais acessíveis e de fácil realização pelos alunos.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolvimento de equilíbrio, lateralidade, atenção, controle e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente houve a escolha de local amplo para a gravação. Em seguida o professor arrumou a corda a fim de formar um caminho para o aluno seguir. Foram realizados testes de enquadramento e iluminação e, por fim, foi realizada a gravação da vídeo aula com as crianças convidadas.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação dos benefícios da aula e quais partes do corpo são trabalhadas; - Explicação da atividade e dos materiais utilizados; - Demonstração de como colocar a corda e possíveis substituições; - Realização da atividade com crianças convidadas; - Conversa com os alunos; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/3Nrrp0RAYQw	

PLANO DE AULA 2

TEMA: CORRIDA DO SACO COM OBSTÁCULOS	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da atividade foi proporcionar uma atividade física, aliando uma conhecida brincadeira com um trabalho de equilíbrio e lateralidade.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, equilíbrio, precisão, controle corporal, recreação, força nas pernas, disputa.	
PROCEDIMENTOS: Depois de encontrado o melhor local para gravação, foram providenciados sacos de lixo e também garrafas pet para servir de obstáculos. Em seguida, as crianças entraram nos sacos e realizaram um ensaio. Após, foi gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Introdução da brincadeira e benefícios; - Demonstração dos materiais necessários; - Demonstração da montagem do percurso; - Explicação de como realizar a atividade;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Execução da atividade com crianças convidadas; - Conversa com os alunos; - Encerramento.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/8AcE0wz9_q4

PLANO DE AULA 3

TEMA: PEGA OBJETOS COM SACO	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.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, agilidade, atenção, equilíbrio, contagem, recreação e disputa.	
PROCEDIMENTOS: inicialmente houve a coleta dos materiais necessários (sacos plásticos e bolinhas, tampinhas e objetos diversos). Os objetos foram dispostos no local onde seria realizada a atividade e houve teste de enquadramento, bem como ensaio da brincadeira. Em seguida, houve a gravação da vídeo aula com as crianças convidadas.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Introdução com conversa; - Demonstração dos materiais necessários; - Explicação da atividade e de como fazer sozinho ou acompanhado; - Realização da atividade com as crianças convidadas (corrida e contagem) - Contagem dos objetos e verificação do vencedor; - Conversa com os alunos; - Despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/bBNsvCJFvao (segunda parte)	

PLANO DE AULA 4

TEMA: ARREMESSO DE PELÚCIA	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Essa atividade visou basicamente trabalhar os reflexos dos alunos, que serão desenvolvidos para posteriormente serem utilizados nos esportes em geral.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de agilidade, destreza, atenção, reação, coordenação, percepção.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente houve a escolha de melhor local para a realização do exercício e a coleta dos objetos (bichinhos de pelúcia e recipiente para pegar). Houve teste de enquadramento e iluminação e, em seguida, treino com as crianças convidadas. Por fim foi gravada a vídeo-aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Conversa e apresentação dos materiais (vasilha de plástico e brinquedos de pelúcia); - Explicação sobre possíveis substituições; - Explicação da atividade; - Execução da atividade com as três crianças convidadas; - Realização da atividade com uma criança de cada vez; - Conversa com os alunos e explicação dos benefícios; - Encerramento com despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/y3JPqUekMtA	

PLANO DE AULA 5



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TEMA: COMANDOS DE EQUILÍBRIO	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: essa aula visou trabalhar o equilíbrio, a coordenação motora e o controle corporal do aluno de uma forma divertida, já que precisavam obedecer ordens sem deixar cair a bolinha que equilibravam sobre uma folha de papel.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, equilíbrio, agilidade, atenção, recreação.	
PROCEDIMENTOS: Coleta do material necessário (folhas de papel sulfite e bolinhas), escolha de local adequado e espaçoso para a gravação, treino com as crianças convidadas e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Início com saudação aos alunos; - Demonstração dos materiais necessários (papel sulfite e bolinhas); - Explicação de possíveis substituições; - Explicação dos benefícios da atividade; - Realização da atividade com as crianças convidadas; - Conversa com os alunos explicando sobre possíveis adaptações da brincadeira; - Despedida a finalização.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/xN8PPCjlvN8	

PLANO DE AULA 6

TEMA: EQUILÍBRIO COOPERATIVO	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Como o próprio nome diz, a aula visou trabalhar o equilíbrio da criança, mas de uma forma simples e que pode ser feita em casa, de uma maneira divertida e fácil, além de estimular o trabalho em equipe, já que são necessárias duas pessoas para a realização da atividade.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, equilíbrio, controle, lateralidade, atenção.	
PROCEDIMENTOS: Escolha de local adequado, coleta dos materiais necessários (cabo de vassoura e potinhos), disposição dos objetos no chão, teste de enquadramento, ensaio com as crianças e gravação de vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Início com conversa; - Demonstração dos materiais (um cabo de vassoura e potinhos); - Demonstração dos movimentos; - Realização da atividade com crianças convidadas; - Explicação da necessidade do trabalho em equipe; - Conversa com os alunos. - Finalização.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/p/CM9laAPA3q5/	

PLANO DE AULA 7

TEMA: EQUILÍBRIO COM CABO DE VASSOURA	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Como o próprio nome diz, a aula visou trabalhar o equilíbrio da criança, mas de uma forma simples e que pode ser feita em casa, de uma maneira divertida e fácil. Foram utilizadas apenas um cabo de vassoura e uma bexiga, materiais facilmente obtidos pelos alunos.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, percepção visual, concentração, agilidade, equilíbrio, controle e precisão.	
PROCEDIMENTOS: Coleta dos materiais necessários (apenas cabos de vassoura e uma bexiga), teste de enquadramento e iluminação, ensaio com pessoa convidada e gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA:	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Saudação aos alunos;
- Introdução da atividade e dos materiais necessários (cabo de vassoura e bexiga);
- Explicação sobre possíveis substituições;
- Demonstração dos exercícios de equilíbrio na mão sem bexiga;
- Demonstração de equilíbrio com bexiga;
- Conversa com os alunos;
- Encerramento e despedida.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=vk_HRX4P_xl e <https://www.youtube.com/watch?v=XlGy5blShWY>

PLANO DE AULA 8

TEMA: CORRIDA DA PENEIRA	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Mais uma vez a intenção foi a utilização de materiais de fácil acesso, que o aluno possui em casa, para proporcionar uma aula simples e fácil, mas que traga resultados não apenas do ponto de vista do exercício físico mas também da recreação.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, agilidade, equilíbrio, percepção, lateralidade e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente houve a escolha do local amplo e adequado para a realização da atividade, a coleta dos materiais (peneiras, garrafinhas, bolinhas bacias). Em seguida os materiais foram colocados no chão a fim de formar o circuito. Foi realizado ensaio com as crianças convidadas e gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Introdução com conversa; - Explicação dos benefícios da atividade; - Demonstração dos objetos que serão utilizados (bacia, peneira, garrafinhas e bolinhas); - Explicação sobre possíveis adaptações; - Demonstração dos exercícios; - Realização da atividade com pessoa convidada; - Conversa e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=T_S-YKhI0Io	

PLANO DE AULA 9

TEMA: TORRE DE COPOS	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.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, agilidade, salto, noção espacial, impulso, controle corporal e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Devido à simplicidade e ludicidade da atividade, houve apenas a necessidade de separação de copos descartáveis e a escolha do local onde seria realizada a atividade. Em seguida, houve a gravação da vídeo aula com criança convidada.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Introdução; - Demonstração dos benefícios e materiais (apenas copinhos descartáveis); - Explicação de possíveis substituições; - Realização da atividade com criança convidada;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Conversa com os alunos; - Encerramento e despedida.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/1xXtIU2rpal

PLANO DE AULA 10

TEMA: BRINCADEIRA LA RAYUELA	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Essa brincadeira teve o intuito de incentivar não apenas o exercício físico e a recreação, mas também o uso da matemática durante a atividade, de uma forma simples e lúdica. Procurou-se estimular a habilidade matemática fazendo com que o aluno tivesse que somar os pontos acertando as tampinhas nos locais indicados.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, controle de força, precisão, técnica e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Depois de escolhido o local da gravação houve a marcação do “campo” no chão com a utilização de fita crepe. Em seguida foram separadas tampinhas de garrafa pet de três cores diferentes, realizados ensaios com as crianças convidadas e gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Saudação com conversa; - Demonstração da demarcação no chão e das tampinhas que serão utilizadas; - Explicação de possíveis substituições; - Explicação de como realizar a atividade; - Realização da atividade com crianças convidadas; - Conversa com os alunos; - Despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/trCxh-6cCb0	

PLANO DE AULA 11

TEMA: CORRIDA DO CABIDE	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula mais uma vez foi promover a diversão e recreação utilizando materiais que os alunos possuem em casa, no caso, cabides e garrafinhas, mas sem esquecer do trabalho de atenção e coordenação motora que são exigidos para a execução dos movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho de coordenação, controle corporal, lateralidade, atenção e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Inicialmente houve a coleta dos materiais necessários (cabides, banquinhos, barbantes e garrafinhas pet). Em seguida houve a disposição das garrafinhas formando um circuito e foi amarrado o barbante entre os dois banquinhos formando um “varal”. Por fim, houve ensaio com as crianças convidadas e a gravação da vídeo aula.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - Introdução com saudação; - Demonstração dos materiais utilizados (cabides, garrafinhas, banquinhos e barbante); - Explicação de como montar o “varalzinho”; - Explicação do exercício; - Realização da atividade com as crianças convidadas; - Conversa com os alunos; - Finalização e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=Xtf0P3YXpkE&feature=youtu.be	

PLANO DE AULA 12



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TEMA: PÊNDULO RECREATIVO	Turma: 1º a 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Visando principalmente a recreação, 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 duas residências. Embora a recreação seja o intuito principal, não foram deixados de lado os trabalhos de atenção e agilidade.	
OBJETIVO GERAL: Trabalho físico aeróbico, coordenação, agilidade, atenção e recreação.	
PROCEDIMENTOS: Houve a escolha de local amplo para a gravação e teste de enquadramento e iluminação. Coleta dos materiais necessários (bichinhos de pelúcia, almofada e barbante). O barbante foi amarrado na almofada e os bichinhos de pelúcia dispostos no chão. Houve ensaio com as crianças convidadas e em seguida foi gravada a vídeo aula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Breve conversa; - Demonstração dos materiais utilizados (almofada, barbante e bichinhos de pelúcia); - Demonstração de como amarrar e como girar o pêndulo; - Explicação de possíveis substituições; - Realização da atividade com as crianças convidadas; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=DW10GHqii5g	

Relatório Mensal Instrutor (a)- ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUCTOR (A): Rafael de Oliveira Naime			
OFICINA: Iniciação Esportiva			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 12 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 48 horas	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 37: Trabalho com corda		
	Link do vídeo: https://youtu.be/WChGB3B7RGw		
	YouTube	Visualização: 28	Curtida: 13
	Facebook União Brasil	Visualização: 22	Curtida: 15
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 51		TOTAL DE CURTIDAS: 42	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 38: Corrida do saco com obstáculos		
	Link do vídeo: https://youtu.be/qN_5lGj98CA		
	YouTube	Visualização: 29	Curtida: 14
	Facebook União Brasil	Visualização: 16	Curtida: 16
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 46		TOTAL DE CURTIDAS: 34	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 39: Cata objetos com saco		
	Link do vídeo: https://youtu.be/Xz97wvzvPNI		
	YouTube	Visualização: 28	Curtida: 14
	Facebook União Brasil	Visualização: 13	Curtida: 14
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 32	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 40: Arremesso de pelúcia		
	Link do vídeo: https://youtu.be/8h_q_T3ltvk		
	YouTube	Visualização: 25	Curtida: 15
	Facebook União Brasil	Visualização: 7	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 33		TOTAL DE CURTIDAS: 32	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 41: Comandos de equilíbrio		
	Link do vídeo: https://youtu.be/8PWSYRYrVI		
	YouTube	Visualização: 20	Curtida: 14
	Facebook União Brasil	Visualização: 8	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 34	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 42: Equilíbrio cooperativo		
	Link do vídeo: https://youtu.be/UOXyWWjJLIk		
	YouTube	Visualização: 22	Curtida: 13
	Facebook União Brasil	Visualização: 5	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 28		TOTAL DE CURTIDAS: 31	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 43: Equilíbrio com cabo de vassoura		
	Link do vídeo: https://youtu.be/6sYRC-L_amo		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 15
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 34	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 44: Brincadeira da peneira		
	Link do vídeo: https://youtu.be/TbnFGvg-GZw		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 13
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 32		TOTAL DE CURTIDAS: 30	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 45: Torre de copos		
	Link do vídeo: https://youtu.be/dVe7fh20iaA		
	YouTube	Visualização: 29	Curtida: 14
	Facebook União Brasil	Visualização: 9	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39		TOTAL DE CURTIDAS: 32	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 46: Brincadeira La Rayuela		
	Link do vídeo: https://youtu.be/Ld72S3QCD2E		
	YouTube	Visualização: 26	Curtida: 14
	Facebook União Brasil	Visualização: 12	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 40		TOTAL DE CURTIDAS: 32	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 47: Corrida do cabide		
	Link do vídeo: https://youtu.be/opoAJyZ5xG8		
	YouTube	Visualização: 32	Curtida: 15
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 1	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 43		TOTAL DE CURTIDAS: 32	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 48: Pêndulo recreativo		
	Link do vídeo: https://youtu.be/d9KpNKe7o2Q		
	YouTube	Visualização: 23	Curtida: 15
	Facebook União Brasil	Visualização: 14	Curtida: 15
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 39		TOTAL DE CURTIDAS: 36	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 454

Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 401

RETORNO DOS ALUNOS



Rafael José Duran Silva, 4ano, Núcleo Santa Clara



Maryah Emanuelle Ramos dos Santos 4ºA, 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



Carlos Eduardo Conserva Valente Silva 1ºD/ João Gabriel Conserva Valente Silva 4ºD/ Maria Fernanda Conserva Valente Silva 3ºC/ Núcleo Santa Clara



Emerson Mossi, 5 ano, Núcleo Santa Clara



Alessandro Lucas de Jesus, 5º B/ Emanoelly Ribeiro Siliano, 4ºD/ Thayla Nicole Duarte de Lima série 2ºB Núcleo Santa Clara



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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 30/04/2021





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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor: Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip-Hop Modalidade Breaking	
Carga horária semanal: 16horas	
Carga horária total: 64horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/03/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do som, regulagem do tripé. -Filmagem da aula. <u>Movimento Drop (baixar)</u> , <u>Slide(desliar)</u> , <u>freeze(congelar)</u> .
TERÇA-FEIRA 06/04/21	-Reunião pedagógica online pelo Google Meet. -Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Back surf (surfar de volta), knee spin (giro de joelhos).
QUARTA-FEIRA 07/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Russian kick(chute russo), twist(torção).
QUINTA-FEIRA 08/04	-Treino dos movimentos Knee work(trabalho de joelho). -Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Knee work(trabalho de joelho).
SEXTA-FEIRA 09/04/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do som, regulagem do tripé. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Floor rock e variação de pernas(pedra no chão e variação).
TERÇA-FEIRA 13/04/21	-Reunião pedagógica online pelo Google Meet. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Monkey swing(Balanço do macaco), TWIST(torção).
QUARTA-FEIRA 14/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do som, regulagem do tripé. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Elicopter(Elicopitero), Chair Base (base da cadeira)
QUINTA-FEIRA 15/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Swing to Hook(balanço trancado).
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	-Preparação de playlist. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Hand Stand(suporte de mão).
TERÇA-FEIRA 20/04/21	-Reunião pedagógica online pelo Google Meet. -Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som. -Preparação de playlist. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Kick Nike freeze(congelar chute nike).
QUARTA-FEIRA 21/04/21	
QUINTA-FEIRA 22/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som. -Preparação de playlist. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Baby freeze, transition and rotation(bebe



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	congelado, rotação e transição).
SEXTA-FEIRA 23/04/21	-Preparação de playlist. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Tower freeze(congelar na torre).
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do som, regulagem do tripé. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Chair freeze, trasition and rotation(congelar na cadeira transição e rotação).
TERÇA-FEIRA 27/04/21	-Reunião pedagógica online pelo Google Meet. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Air baby freeze variation(congelar bebe no ar).
QUARTA-FEIRA 28/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som. -Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Kick turn(giro do chute).
QUINTA-FEIRA 29/04/21	-Preparação, gravação do vídeo aula, regulagem do tripé, regulagem do som.- Filmagem da aula. <u>Movimento</u> Octopus and Roll(rolô do polvo).
SEXTA-FEIRA 30/04/21	-Entrega de material pedagógico na ECO

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 05/04 à 09/04/21 • Movimento Drop (baixar), Slide(desliar), freeze(congelar). • Movimento Back surf (surfar de volta), knee spin (giro de joelhos). • Movimento Russian kick(chute russo), twist(torção). • Movimento Knee work(trabalho de joelho).	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 • Movimento Floor rock e variação de pernas(pedra no chão e variação). • Movimento Monkey swing(Balanço do macaco),TWIST(torção). • Movimento Elicopter(Elicopitero), Chair Base(base da cadeira) • Movimento Swing to Hook(balanço trancado).	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 • Movimento Hand Stand(suporte de mão). • Movimento Kick Nike freeze(congelar chute nike). • Movimento Baby freeze, transition and rotation(bebe congelado, rotação e transição). • Movimento Tower freeze(congelar na torre).	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 • Movimento Chair freeze, trasition and rotation(congelar na cadeira transição e rotação). • Movimento Air baby freeze variation(congelar bebe no ar). • Movimento Kick turn(giro do chute). • Movimento Octopus and Roll(rolô do polvo).	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Movimento Drop (baixar), Slide(desliar), freeze(congelar)	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Incluir movimentos de expressão corporal, possibilitando o aluno a criar por si só combinações diferentes a partir desta base.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

OBJETIVO GERAL: Buscando dar continuidade no campo criativo, esta aula terá duas combinações para ampliar o campo de conhecimento em relação aos movimentos do breaking.
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil 2º 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 estar aguardando vocês bora lá. 3º 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 cuidem 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

PLANO DE AULA 2

TEMA: Movimento Back surf (surfar de volta), knee spin (giro de joelhos).	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Colocar em prática exercícios de aulas passadas, combinando movimentos, gerando uma sessão mais extensa e com agilidade.	
OBJETIVO GERAL: Preparar o aluno fisicamente, para a execução de movimentos com um grau a mais de dificuldade, ligando todas as combinações em uma sessão.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil 2º Script- Pessoal hoje vamos trabalhar mais uma combinação, 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 estar aguardando vocês bora lá. 3º 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 cuidem e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: HASELBACH, Bárbara. Dança, Improvisação e Movimento. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1989	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 3

TEMA: Movimento Russian kick(chute russo), twist(torção).	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Preparar o aluno para durante 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: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil 2º 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 estar aguardando vocês bora lá. 3º 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 cuidem 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 4

TEMA: Movimento Knee work(trabalho de joelho).	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Aumentar o campo de atuação do dançarino, com sequencia diversificada de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar impulsão, lateralidade, fortalecimento dos braços, coordenação motora, noção de espaço, equilíbrio e o campo criativo.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil 2º 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 estar aguardando vocês bora lá. 3º Script- Reveja essa atividade faça com calma e coloca em cima da dança de vocês,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

não deixem de compartilhar de curtir e comentar, pessoal se cuidem e até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: FREITAS, Vanildo Alves de (1977). O Processo de Transmissão da Breakdance: Técnicas Corporais Presentes na Dança do Movimento Hip-Hop. Uberlândia, 2004.

PLANO DE AULA 5

TEMA: Movimento Floor rock e variação de pernas (pedra no chão e variação). **Turma:** 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar a disponibilidade corporal do aluno, para cada movimento proposto, na metodologia do passo a passo, gerando uma combinação de movimentos.

OBJETIVO GERAL: Agregar novos movimentos a performance do dançarino, explorando espaço, tempo, e coordenação motora.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil

2º 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 estar aguardando vocês bora lá.

3º 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 cuidem e até a próxima atividade.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: HASELBACH, Bárbara. Dança, Improvisação e Movimento. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1989

PLANO DE AULA 6

TEMA: Movimento Monkey swing (Balanço do macaco), TWIST (torção). **Turma:** 1º ao 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Trabalhar uma combinação de movimentos dos membros superiores e inferiores na execução do freeze.

OBJETIVO GERAL: O objetivo, consiste em transmitir técnicas de movimento corporal, com combinações e variações, levando o aluno a ter consciência de que todo movimento é possível, com base e técnica lecionada.

PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil

2º 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



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

para plataforma do YouTube assistam aula 46 aquecimento e alongamento prepare o grupo de vocês e volta para essa atividade que eu vou estar aguardando vocês bora lá.

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 cuidem 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 7

TEMA: <u>Movimento</u> Elicopter(Elicopitero), Chair Base (base da cadeira)	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Sincronizar de um a três movimentos tornando um combo de movimentos.	
OBJETIVO GERAL: Explorar, diversas possibilidades que o corpo, em movimento, tecnicamente alcançam, e aplicar repetidas vezes a combinação com variação gerando força, equilíbrio, impulsão.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. 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 com 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 estar aguardando vocês bora lá. 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 cuidem e até a próxima atividade	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: <i>O corpo e possíveis formas de manifestação em movimento.</i> Educação com Arte. Série Idéias. nº. 31. São Paulo: FDE, 2004. VIANNA, K. <i>A dança</i> . São Paulo: Siciliano, 1990.	

PLANO DE AULA 8

TEMA: <u>Movimento</u> Swing to Hook (balanço trancado).	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Descoberta da 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.	
OBJETIVO GERAL: Apresentar a técnica de combinação e execução do movimento proposto, levando mais opções na session do b.boy ou b.girl.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. 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	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

com 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 estar aguardando vocês bora lá.

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 cuidem 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 Hand Stand (suporte de mão).	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Descoberta da mobilidade do corpo, com o fundamentos 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: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. 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 com 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 estar aguardando vocês bora lá.	
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 cuidem e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: VIANNA, K. <i>O corpo e possíveis formas de manifestação em movimento</i> . Educação com Arte. Série Idéias. nº. 31. São Paulo: FDE, 2004.	

PLANO DE AULA 10

TEMA: MovimentoKick Nike freeze(congelar chute nike).	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: A execução de combinações com o nike 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 posturar para o equilíbrio e assim realizar a combinação de pernas	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. 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	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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 com 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.

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 cuidem 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 11

TEMA: <u>Movimento</u> Baby freeze, transition and rotation (bebe congelado, rotação e transição).	Turma: 1° ao 5° 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, com intuito de se estender para outra variação, tornando a session mais elaborada e em um grau a mais de dificuldade. Trabalhando também impulsão, força e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. 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 com 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 estar aguardando vocês bora lá.	
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 cuidem e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Simões, José Alberto de Vasconcelos (2010), <i>Entre a rua e a internet. Um estudo sobre o hip-hop português</i> , Lisboa, Imprensa de Ciências Sociais.	

PLANO DE AULA 12

Tema: <u>movimento</u> Tower freeze (congelar na torre).	Turma: 1° ao 5° 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, com intuito de se estender para outra variação, tornando a session mais elaborada e em um grau a mais de dificuldade. Trabalhando também impulsão, força e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo.
Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.

ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil.

2º 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 estar aguardando vocês bora lá.

3º 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 cuidem 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 13

TEMA: Movimento Chair freeze, transition and rotation (congelar na cadeira transição e rotação).	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: A execução de combinações com o Chair freeze é um processo que inicia -se pós Footwork levando a uma concepção evolutiva que amplia o conhecimento dentro da modalidade breaking.	
OBJETIVO GERAL: Expor para os alunos, movimentos corporais, inspiradas na movimentação de corredor olímpico, trabalhando o swing das partes inferiores do corpo como pernas e cintura.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil	
2º 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 estar aguardando vocês bora lá.	
3º 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 cuidem e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Simões, José Alberto de Vasconcelos (2010), <i>Entre a rua e a internet. Um estudo sobre o hip-hop português</i> , Lisboa, Imprensa de Ciências Sociais.	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Movimento Air baby freeze variation (congelar bebe no ar).	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Como o Breaking agrega diversos estilos de movimentos, de outras danças, nesta	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

atividade 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: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil 2º 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 estar aguardando vocês bora lá. 3º 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 cuidem e até a próxima atividade.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Leal, Sérgio José de Machado, <i>Acorda hip-hop! Despertando um movimento em Transformação</i> , Rio de Janeiro, Aeroplano Editora, 2007.

PLANO DE AULA 15

TEMA: Movimento Kick turn (giro do chute).	Turma: 1º ao 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Na busca pelo desenvolvimento das habilidades corporais na dança, usaremos nesta atividade os joelhos, barriga e cintura.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar lateralidade, noção de espaço, coordenação motora, flexibilidade dos membros inferiores e superiores	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: 1º Script- Saudações pessoal, aqui é o professor King 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 com a União Brasil 2º 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 estar aguardando vocês bora lá. 3º 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 cuidem e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Leal, Sérgio José de Machado, <i>Acorda hip-hop! Despertando um movimento em Transformação</i> , Rio de Janeiro, Aeroplano Editora, 2007.	

PLANO DE AULA 16



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TEMA: Movimento Octopus and Roll(rolô do polvo).	Turma: 1° ao 5° Ano
JUSTIFICATIVA: Acrescentar em cada aula, uma variação, combinação, extensão de passos e movimentos diferentes para ampliar seu repertório dentro da modalidade dança.	
OBJETIVO GERAL: O Objetivo é levar aos alunos novos passos, adequando o corpo para intervenções de movimentos de impulsão e flexibilidade.	
PROCEDIMENTOS: Iniciando com saudação, apresentação do professor e modalidade a ser proposta no mês. Seguindo com as orientações para os alunos assistirem as aulas passadas, para realizar o aquecimento, alongamento. Em seguida, aula realizada passo a passo. Preparação do ambiente de gravação, com os materiais a serem utilizados durante a gravação. Figurino, tripé, caixa de som, notebook, ajuste do ângulo para filmagem.	
ROTEIRO VIDEOAULA: 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 com 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 estar aguardando vocês bora lá. 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 cuidem e até a próxima atividade.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Leal, Sérgio José de Machado, <i>Acorda hip-hop! Despertando um movimento em Transformação</i> , Rio de Janeiro, Aeroplano Editora, 2007.	

Relatório Mensal Instrutor (a)- Abril/ 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 49 : Junção do Drop Slide + freeze		
	Link do vídeo: https://youtu.be/zSAZW5Jw_Xg		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 2
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização:3	Curtida:7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:30		TOTAL DE CURTIDAS:17	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 50: Junção Back surf + Knee Spin		
	Link do vídeo: https://youtu.be/PmXafmna9gU		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 7	Curtida: 9
	Instagram	Visualização:3	Curtida:8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:26		TOTAL DE CURTIDAS:21	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 51: Junção do Russian kick + Twist	
		Link do vídeo: https://youtu.be/mxZMOHjr708	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 10 Curtida: 9
		Instagram	Visualização:3 Curtida:6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:23		TOTAL DE CURTIDAS:17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 52: Junção do Knee work	
		Link do vídeo: https://youtu.be/mZHWJlrw5E0	
		YouTube	Visualização: 16 Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 8 Curtida: 9
		Instagram	Visualização:6 Curtida:11
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:30		TOTAL DE CURTIDAS:23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 53: Entrada para o movimento floor rock	
		Link do vídeo: https://youtu.be/HGbLsRNx4UY	
		YouTube	Visualização: 8 Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 8 Curtida: 10
		Instagram	Visualização:3 Curtida:9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:19		TOTAL DE CURTIDAS:21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 54 : Combinação Monkey Swing + Twist	
		Link do vídeo: https://youtu.be/XUptn206pZs	
		YouTube	Visualização: 8 Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 8 Curtida: 10
		Instagram	Visualização:2 Curtida:5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:17	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 55: Combinação Helicóptero + base chair	
		Link do vídeo: https://youtu.be/mj2EL3YCsvI	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 4
		Facebook União brasil	Visualização: 5 Curtida: 10
		Instagram	Visualização:2 Curtida:6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:17		TOTAL DE CURTIDAS:20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 56: Combinação Swing to hook	
		Link do vídeo: https://youtu.be/wqwdOx-VM8s	
		YouTube	Visualização: 9 Curtida: 2
		Facebook União brasil	Visualização: 5 Curtida: 10
		Instagram	Visualização:3 Curtida:8



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:17		TOTAL DE CURTIDAS:20	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 57:Hand Stand		
	Link do vídeo:https://youtu.be/Fu8e32P2Aaw		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 11
	Instagram	Visualização:2	Curtida:9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:19		TOTAL DE CURTIDAS:22	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 58: Combinação movimentos baby freeze		
	Link do vídeo:https://youtu.be/XhvNA-URJKY		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:2	Curtida:7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:19		TOTAL DE CURTIDAS:21	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 59:Freeze kick Nike		
	Link do vídeo:https://youtu.be/5Ef5WkVxNF8		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:3	Curtida:9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:23		TOTAL DE CURTIDAS:21	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 60: "Chair freeze, transição e rotação"		
	Link do vídeo:https://youtu.be/ZS5VqVWhoqQ		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 10
	Instagram	Visualização:2	Curtida:5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:18	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 61:"Tower freeze		
	Link do vídeo: https://youtu.be/2fDdzjA1Na4		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 3
	Instagram	Visualização:2	Curtida:6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:22		TOTAL DE CURTIDAS:13	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 62: "Air baby freeze"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/MOVas-1Rrkl		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 5
	Instagram	Visualização:3	Curtida:7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:25		TOTAL DE CURTIDAS:14	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 63: "Combinação kick turn"		



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	Link do vídeo: https://youtu.be/coh-M2m_HVo		
	YouTube	Visualização: 9	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 11	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 13	
PRINT DO VÍDEO	Aula nº 64: "Combinação Octopus + roll"		
	Link do vídeo: https://youtu.be/7jsQ0WvFGx8		
	YouTube	Visualização: 10	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 5
	Instagram	Visualização: 5	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 25		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 369			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 293			

RETORNO DOS ALUNOS

FOTOS

Aluno. Eduardo Possani Dias, Anne Elize Dias, Jose Rodrigues
Eco- Santo Antônio



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 30.04.2021

Escola de Competências Deputado Roberto Rollemberg





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Abril/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Roberto Aparecido Leal	
Oficina: Badminton	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/04/21	Estudos e pesquisas: Para os vídeos aulas que segue desta semana foi: Oficina de barras de salto 1, Oficina de barras de salto 2, Oficina de barras de salto 3, Oficina de barras de salto 4 , Feito estudo em site específico abaixo, feito isso realizei um roteiro para cada sendo o mais objetivo possível. https://www.youtube.com/watch?v=xkDCSq1WBE0 https://www.youtube.com/watch?v=3gJ5OsX5fbl https://www.youtube.com/watch?v=x9zP5oAfy3k (Acessado em: 05/04/2021)
TERÇA-FEIRA 06/04/21	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula Oficina de barras de salto 1
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula Oficina de barras de salto 2 ,
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Entrega de material impresso no Núcleo Santa Clara Gravação da vídeoaula Oficina de barras de salto 3
SEXTA-FEIRA 09/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula Oficina de barras de salto 4
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Estudos e pesquisas: Para os vídeos aulas que segue desta semana foi: Exercícios de skip nas barras 1, Exercícios de skip nas barras 2, Exercícios de skip nas barras 3, Exercícios de skip nas barras 4 . Feito estudo em site específico abaixo, feito isso realizei um roteiro para cada sendo o mais objetivo possível. https://www.youtube.com/watch?v=api7X97t8RI https://www.youtube.com/watch?v=htR2ZYN_s4g https://www.youtube.com/watch?v=VeRCpE7xR0g (Acessado em: 12/04/2021)
TERÇA-FEIRA 13/04/21	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula Exercícios de skip nas barras 1
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula Exercícios de skip nas barras 2
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula Exercícios de skip nas barras 3
SEXTA-FEIRA 16/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais. Gravação da vídeoaula Exercícios de skip nas barras 4
3º SEMANA	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Estudos e pesquisas: Para os vídeos aulas que segue desta semana foi: Exercícios de coordenação escadinha 1, Exercícios de coordenação escadinha 2, Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 1, Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 2. Feito estudo em site específico abaixo, feito isso realizei um roteiro para cada sendo o mais objetivo possível. https://www.youtube.com/watch?v=7Ulifxp_b4Q https://www.youtube.com/watch?v=zlpWIm9K6UA (Acessado em: 19/04/2021)
TERÇA-FEIRA 20/04/21	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.Gravação da vídeoaula Exercícios na escadinha de agilidade 1
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.Gravação da vídeoaula Exercícios na escadinha de agilidade 2
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.Gravação da vídeoaula Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 1
SEXTA-FEIRA 23/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.Gravação da vídeoaula Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 2
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Estudos e pesquisas: Para os vídeos aulas que segue desta semana foi: Circuito de coordenação na escada, cones e barras 1, Circuito de coordenação na escada, cones e barras 2, Circuito de coordenação na escada, cones e barras 3, Circuito de coordenação na escada, cones e barras 4. https://www.youtube.com/watch?v=7Ulifxp_b4Q https://www.youtube.com/watch?v=zlpWIm9K6UA (Acessado em: 26/04/2021)
TERÇA-FEIRA 27/04/21	Reunião pedagógica online pela plataforma Google Meet Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.Gravação da vídeoaula Circuito de coordenação na escada, cones e barras 1
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.Gravação da vídeoaula Circuito de coordenação na escada, cones e barras 2
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Entrega de material impresso no Núcleo Santa Clara Gravação da vídeoaula Circuito de coordenação na escada, cones e barras 3
SEXTA-FEIRA 30/04/21	Gravação do vídeo: foi realizada a montagem para a gravação verificando o melhor ângulo e iluminação do ambiente, ensaio e correção do vídeo e desmontagem dos materiais.Gravação da vídeoaula Circuito de coordenação na escada, cones e barras 4



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Plano de Aula

(REFERENCIA- Abril/2021) – TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Roberto Aparecido Leal	
OFICINA: Badminton	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21	
• Oficina de barras de salto 1 • Oficina de barras de salto 2 • Oficina de barras de salto 3 • Oficina de barras de salto 4	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21	
• Exercícios de skip nas barras 1 • Exercícios de skip nas barras 2 • Exercícios de skip nas barras 3 • Exercícios de skip nas barras 4	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21	
• Exercícios de coordenação escadinha 1 • Exercícios de coordenação escadinha 2 • Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 1 • Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 2	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21	
• Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 1. • Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 2. • Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 3. • Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 4.	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Oficina de barras de salto 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Com a falta de material acessível ensinamos os alunos a construir seu próprio material para usar nas aulas.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar e melhorar criatividade, autoestima, coordenação óculo anual, reciclagem de materiais, proatividade e consciência ecológica.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE, ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma Oficina de barras de salto 1 . Para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Vocês vão precisar dos seguintes materiais: régua, barbante, tesoura, garrafa pet caçulinha e tesoura. Na 1ª parte iremos encher a garrafinha com água ou areia, na 2ª parte amarrar o barbante no gargalho de cada garrafinha, na 3ª parte vamos deixar uma distância de 40 a 50 centímetros entre as garrafinha e esticar.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=xkDCSq1WBE0>

<https://www.youtube.com/watch?v=3gJ5OsX5fbl>

<https://www.youtube.com/watch?v=x9zP5oAfy3k>

PLANO DE AULA 2

TEMA: Oficina de barras de salto 2

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Com a falta de material acessível ensinamos os alunos a construir seu próprio material para usar nas aulas.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar e melhorar criatividade, autoestima, coordenação óculo anual, reciclagem de materiais, proatividade e consciência ecológica

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina de barras de salto 2**. Para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Vocês vão precisar dos seguintes materiais: régua, barbante, tesoura, garrafa de detergente e tesoura.

Na 1ª parte iremos encher a garrafinha com água ou areia, na 2ª parte amarrar o barbante no gargalho de cada garrafa, na 3ª parte irá deixar uma distância de 40 a 50 centímetros entre as garrafas e esticar. Podemos fazer também um corte no meio da garrafa e passar o barbante ou retalho para deixar mais baixo para o salto.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=xkDCSq1WBE0>

<https://www.youtube.com/watch?v=3gJ5OsX5fbl>

<https://www.youtube.com/watch?v=x9zP5oAfy3k>

PLANO DE AULA 3

TEMA: Oficina de barras de salto 3

Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano

JUSTIFICATIVA: Com a falta de material acessível ensinamos os alunos a construir seu próprio material para usar nas aulas.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar e melhorar criatividade, autoestima, coordenação óculo anual, reciclagem de materiais, proatividade e consciência ecológica.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina de barras de salto 3**. Para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Vocês vão precisar dos seguintes materiais: régua, barbante, tesoura, caixa de leite e tesoura.

Na 1ª parte iremos encher a caixa de leite com areia, na 2ª parte vamos fazer um furo no meio de cada da caixa e colocar barbante, na 3ª parte vamos colocar cerca 5 centímetros do barbante em cada caixa e rosquear até dar aperto e esticar



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=xkDCSq1WBE0>

<https://www.youtube.com/watch?v=3gJ5OsX5fbl>

<https://www.youtube.com/watch?v=x9zP5oAfy3k>

PLANO DE AULA 4

TEMA: Oficina de barras de salto 4	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
---	---------------------------------------

JUSTIFICATIVA: Com a falta de material acessível ensinamos os alunos a construir seu próprio material para usar nas aulas.

OBJETIVO GERAL: Trabalhar e melhorar criatividade, autoestima, coordenação óculo anual, reciclagem de materiais, proatividade e consciência ecológica.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Oficina de barras de salto 4**, Para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Vocês vão precisar dos seguintes materiais: régua, barbante, tesoura, caixa de leite e tesoura.

Na 1ª parte iremos encher a garrafa com água ou areia, na 2ª parte amarrar o barbante no gargalho de cada garrafa ou colocar cerca 5 centímetro do barbante ou retalho do dentro da garra colocar a tampa e fechar, na 3ª parte iremos deixar uma distância de 40 a 50 centímetros entre as garrafas e esticar. Podemos fazer também um corte no meio da garrafa e passar o barbante ou retalho para deixar mais baixo para o salto.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=xkDCSq1WBE0>

<https://www.youtube.com/watch?v=3gJ5OsX5fbl>

<https://www.youtube.com/watch?v=x9zP5oAfy3k>

PLANO DE AULA 5

TEMA: Exercícios de skip nas barras 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
--	---------------------------------------

JUSTIFICATIVA: Melhorar a coordenação e agilidade de membros inferiores

OBJETIVO GERAL Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, óculo pedal e equilíbrio.

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

ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma **Exercícios de skip nas barras 1**, para que as nossas atividades tenham mais qualidade.

Na 1ª parte do exercício o Jose Vitor começa fazendo o skip baixo nos cones chinês, no 2º exercício o Jose Vitor fez o skip a meia altura nas barras, no 3º exercício realizou o skip alto nas barras erguendo o joelho a 90 graus.



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=api7X97t8RI>
https://www.youtube.com/watch?v=htR2ZYN_s4g
<https://www.youtube.com/watch?v=VeRCpE7xR0g>

PLANO DE AULA 6

TEMA: Exercícios de skip nas barras 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a coordenação e agilidade de membros inferiores	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, óculo pedal e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma Exercícios de skip nas barras 2 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte do exercício o Jose Vitor demonstra como executar o skip, no 2º exercício o Jose Vitor fez o skip em 4 barras formando um quadrado girando no sentido horário, no 3º exercício realizou o Jose Victor os movimentos pausadamente e o professor foi explicando como deve posicionar os pés no momento de virar nas barras. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=api7X97t8RI https://www.youtube.com/watch?v=htR2ZYN_s4g https://www.youtube.com/watch?v=VeRCpE7xR0g	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Exercícios de skip nas barras 3	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a coordenação e agilidade de membros inferiores	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, óculo pedal e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer uma Exercícios de skip nas barras 3 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte do exercício o Jose Vitor demonstra como executar o skip com evolução nos cones chinês e barras pausadamente, no 2º parte o professor explica a importância de fazer o skip de cabeça erguida olhando para o horizonte, no 3º exercício o Jose Victor e o professor executou a evolução exercícios com dinâmica, no 4º exercício o professor fez uma brincadeira com o Jose Vitor usando o circuito de barras. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

instagram. Um Abraço e se cuide
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=api7X97t8RI https://www.youtube.com/watch?v=htR2ZYN_s4g https://www.youtube.com/watch?v=VeRCpE7xR0g

PLANO DE AULA 8

TEMA: Exercícios de skip nas barras 4	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a coordenação e agilidade de membros inferiores	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, óculo pedal e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer um Exercícios de skip nas barras 4 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte do exercício o Jose Vitor demonstra como executar o salto lateral nas barras pausadamente, no 2º parte o professor explica a importância de fazer o salto e como a aluno ira usar durante o jogo, no 3º exercício o Jose Victor executa o salto de outro ângulo para melhor entendimento, no 4º exercício o aluno executa o salto com as barras mais elevadas realizando os mesmo movimentos anteriores.. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=api7X97t8RI https://www.youtube.com/watch?v=htR2ZYN_s4g https://www.youtube.com/watch?v=VeRCpE7xR0g	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Exercícios na escadinha de agilidade 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Falta de material acessível	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar como fazer um Exercícios na escadinha de agilidade 1 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte do exercício o aluno Joaquim a amarelinha na escada, 2º exercício executa o movimento de entrar e sair nos degraus da escada deslocando lateralmente indo e voltando, novamente realizando o exercício em 2 ângulos para melhor entendimento, 3º exercício o aluno faz o movimento abrir e fechar as pernas em cada degrau da escada, no 4º exercício o aluno João Pedro faz em alto nível os movimentos anteriores. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=7Ulifxp_b4Q	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

<https://www.youtube.com/watch?v=zlpWlm9K6UA>

PLANO DE AULA 10

TEMA: Exercícios na escadinha de agilidade 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a coordenação e agilidade de membros inferiores	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal e óculo pedal.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar Exercícios na escadinha de agilidade 2 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte o aluno Joaquim realiza o exercício chamado saci ou saltar em uma perna só em cada escada, 2º parte o aluno realiza o exercício com os dois pés juntos que chamamos de canguru em cada degrau da escada, 3º exercício o aluno faz o movimento skip alternado na escadinha de agilidade em dois ângulos para melhor entendimento. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=7Ulifxp_b4Q https://www.youtube.com/watch?v=zlpWlm9K6UA	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 1	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a coordenação e agilidade de membros inferiores	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal e óculo pedal.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 1 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte o aluno Joaquim realiza o exercício de saltar nos degraus da escada de pés juntos sobre os cones chinês, 2º parte o aluno realiza o exercício de saltar nos degraus da escada de pés juntos sobre as barras, 3º exercício o aluno João Pedro faz o salto mais vertical, no 4º exercício o aluno faz o salto frontal na escada sobre o cone chinês em seguida realiza o salto lateral na barra e assim sucessivamente até o final da escada. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=7Ulifxp_b4Q https://www.youtube.com/watch?v=zlpWlm9K6UA	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 2	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar a coordenação e agilidade de membros inferiores	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

temporal e óculo pedal.
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar Exercícios coordenação, agilidade e equilíbrio 2 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. Na 1ª parte o aluno Joaquim realiza o exercício de skip sobre as barras lateralmente, no 2º exercício aluno faz o salto frontal sobre a barra em seguida realiza o salto lateral na barra e assim sucessivamente, no 3º exercício o aluno faz o skip elevando a perna na lateral sobre as barras. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=7Ulifxp_b4Q https://www.youtube.com/watch?v=zlpWIm9K6UA

PLANO DE AULA 13

TEMA: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 1.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar o acervo motor de membros inferiores.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, senso de direção e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 1 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. No 1º exercício a ser realizado pelo aluno no circuito foi amarelinha na escada, o 2º exercício realizou o salto nas barras, no 3º exercício ele fez o skip baixo nos cones chinês, no 4º exercício fez o salto lateral nas barras, no 5º exercício fez o zig zag no cone chinês deslocando lateralmente, no 6º exercício faz salto lateral na barra. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=YYKuXxolxZg	

PLANO DE AULA 14

TEMA: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 2.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar o acervo motor de membros inferiores.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, senso de direção e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

passar **Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 2**, para que as nossas atividades tenham mais qualidade.

No 1º exercício a ser realizado pelo aluno no circuito foi o zig zag, o 2º exercício realizou dois saltos frontal, no 3º exercício ele fez movimento de entrar e sair nos degraus da escadinha, no 4º exercício fez o salto lateral seguido de frontal e lateral novamente nas barras, no 5º exercício skip alto nos cones chinês.

Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=NhWqlv-aiVk>

PLANO DE AULA 15

TEMA: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 3.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: Melhorar o acervo motor de membros inferiores.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, senso de direção e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 3 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade. No 1º exercício a ser realizado pelo aluno foi o saltar lateral e frontal no quadrado de barras, o 2º exercício realizou um salto frontal na barra, 3º exercício de entrar e sair em cada degrau da escada, no 4º exercício foi realizado movimento contornar os cones chinês de frente e de costa. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.youtube.com/watch?v=NhWqlv-aiVk	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 4.	Turma: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º Ano
JUSTIFICATIVA: melhorar o acervo motor de membros inferiores.	
OBJETIVO GERAL: trabalhar a coordenação de membros inferiores, agilidade, noção espacial, noção temporal, senso de direção e equilíbrio.	
PROCEDIMENTOS: Revisão de exercício a ser dado nesta aula no site da YOUTUBE , ensaio do roteiro, montagem dos equipamentos, revisão do vídeo, edição do vídeo, desmontagem dos equipamentos, deslocamento até o local de gravação.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: Olá crianças aqui é o professor Roberto de Badminton. Na aula de hoje irei passar Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 4 , para que as nossas atividades tenham mais qualidade.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

No 1º exercício a ser realizado pelos alunos foi saltar frontal nas barras, o 2º exercício realizou zig zag nos cones chinês, 3º exercício salto frontal na barra, no 4º exercício foi realizado movimento de amarelinha na escada, no 5º exercício foi realizada uma brincadeira com as crianças usando o circuito. Valeu crianças curta, compartilhem e comenta os vídeos da pagina do projeto no Youtube, Facebook e instagram. Um Abraço e se cuide

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

<https://www.youtube.com/watch?v=NhWqlv-aiVk>

Relatório Mensal Instrutor (a)- Abril/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Roberto Aparecido Leal			
OFICINA: Badminton			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 01: Oficina de barras de salto 1	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=a99h8AJXVv8&list=PLpU23UKHWZE6DTIwa8H1emUH2-zZHvW6&index=49		
	YouTube	Visualização: 21	Curtida: 4
	Facebook União Brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 4	Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 31		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 02: Oficina de barras de salto 2	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Ewa4P7oHgUg&list=PLpU23UKHWZE6DTIwa8H1emUH2-zZHvW6&index=50		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 8	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 17		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 03: Oficina de barras de salto 3	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=0DAQVZUI6gw&list=PLpU23UKHWZE6DTIwa8H1emUH2-zZHvW6&index=51		
	YouTube	Visualização: 14	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 11
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 29		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 04: Oficina de barras de salto 4	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=8l6Q-6nFoRI&list=PLpU23UKHWZE6DTIwa8H1emUH2-zZHvW6&index=52		
	YouTube	Visualização: 7	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 8
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 15		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 05: Exercícios de skip nas barras 1	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=p79JUcxx-1Q&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=53	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 5 Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 06: Exercícios de skip nas barras 2	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PAkqsspgokg&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=54	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 5 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 07: Exercícios de skip nas barras 3	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=2YtuScMgYYQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=55	
		YouTube	Visualização: 7 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 8 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 3 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 08: Exercícios de skip nas barras 4	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=SLxZaNjmanU&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=56	
		YouTube	Visualização: 5 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 5 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 12		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 09: Exercícios de coordenação escadinha 1	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=UZzEYs89rCQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=57	
		YouTube	Visualização: 10 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 7 Curtida: 7
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 6



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 19		TOTAL DE CURTIDAS: 14	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 10: Exercícios de coordenação escadinha 2	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=KujWdRU5NgM&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=58	
		YouTube	Visualização: 8 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 8 Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 11: Exercícios na escadinha de agilidade 3	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yDL5uzCjvuQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=59	
		YouTube	Visualização: 12 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 8 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 22		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		• Aula nº 12: Exercícios na barra 1	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=PaDOF5k8i-M&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=60	
		YouTube	Visualização: 13 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 14 Curtida: 13
		Instagram	Visualização: 3 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 30		TOTAL DE CURTIDAS: 20	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 13: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 1	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=nyilF4HA1KQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=61	
		YouTube	Visualização: 6 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 9 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 3 Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 15	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 14: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 2	
		Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=yQOFvN9Le7A&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=62	
		YouTube	Visualização: 7 Curtida: 1
		Facebook União brasil	Visualização: 9 Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 2 Curtida: 6



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

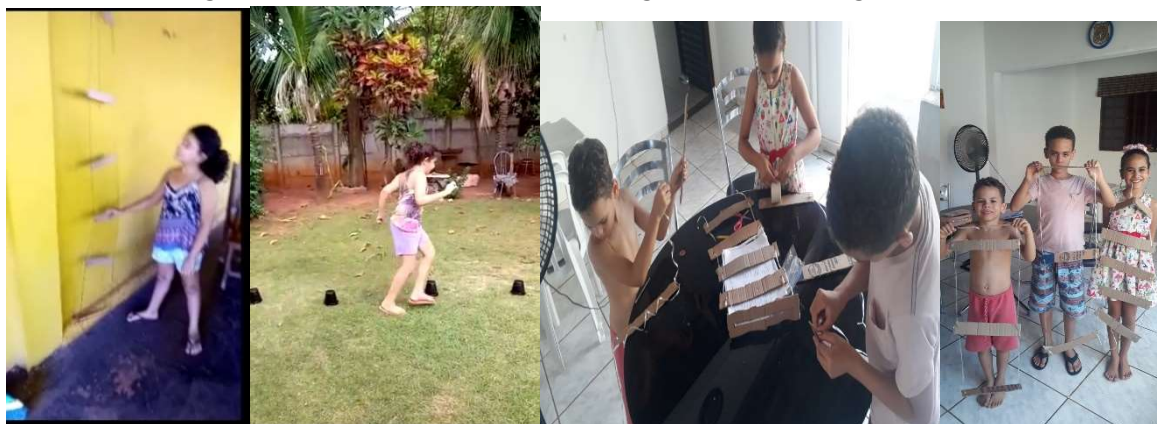
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 16	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 15: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 3	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=p45c6SjmfFk&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=63		
	YouTube	Visualização: 11	Curtida: 2
	Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 18	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 16: Circuito de coordenação e agilidade na escada, cones e barras 4	
	Link do vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=ILA-ge-F6FQ&list=PLpU23UKHWZE6DTIWa8H1emUHy2-zZHvW6&index=64		
	YouTube	Visualização: 8	Curtida: 1
	Facebook União brasil	Visualização: 13	Curtida: 10
	Instagram	Visualização: 2	Curtida: 6
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 23		TOTAL DE CURTIDAS: 17	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeos aulas: 324			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeos aulas: 269			

RETORNO DOS ALUNOS

FOTOS

Aluna: Letícia Oliveira Leite
Serie: 1 ano c
Núcleo: Santa Clara

João Gabriel 4ºD
Maria Conserva Valente Silva 3ºC
Carlos Eduardo Conserva Valente Silva 1ºD



Aluna: Nicole Lopes Pereira –
Serie: 2º E



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Escola: Sylvio Benito

Aluno: Nicolas Lopes Pereira



Anne Elyze Dias Brito 2º B

Serie: 2ºG - Escola Sylvio Benito

Eduardo Ponssiano Dias 3º C

Núcleo: ECO Santo Antonio



Rafael Duran - Núcleo: Santa Clara



Isaque Ramos Borges Silva 7º ano E

Vitória Ramos Borges Silva, 3º ano F

Giovana Ramos Borges Silva, 6º ano C



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



Aluno: Davi Artur Pereira dos Santos

Projeto: Santa Clara.

Turma: 3

Período: manhã



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

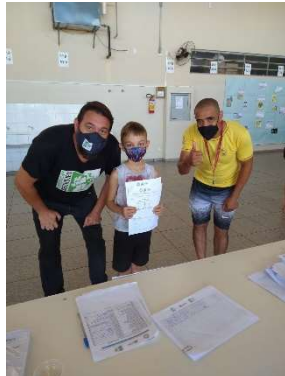
DIA: 08 de abril 2021

DIA 29 de Abril de 2021

Matriculas e rematrículas

Entrega de apostilas

Núcleo: Santa Clara



Matriculas e rematrículas

Entrega de Apostilas

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- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 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 05/04/21	Gravação da vídeoaula: Batidão do Rei Leão
TERÇA-FEIRA 06/04/21	*Reunião pedagógica on line
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Gravação da vídeoaula: Fundamento
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Gravação da vídeoaula: Variação de passo
SEXTA-FEIRA 09/04/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Gravação da vídeoaula: Dança do morto vivo
TERÇA-FEIRA 13/04/21	*Reunião pedagógica on line
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Gravação da vídeoaula: Coreografia
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Gravação da vídeoaula: Coreografia 2
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Gravação da vídeoaula: Coreografia 3
TERÇA-FEIRA 20/04/21	*Reunião pedagógica on line
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Gravação da vídeoaula: Coreografia 4
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Gravação da vídeoaula: Coreografia
SEXTA-FEIRA 23/04/21	
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Gravação da vídeoaula: Coreografia 2
TERÇA-FEIRA 27/04/21	*Reunião pedagógica on line
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Gravação da vídeoaula: Coreografia 3
QUARTA-FEIRA	Gravação da vídeoaula: Dança pela BNCC



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

29/04/21	
QUINTA-FEIRA 30/04/21	*entrega de material impresso na E. M. Paul Percy Harris

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR: Thiago Prates dos Santos	
OFICINA: Dança	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 48 horas	CARGA HORARIAL MENSAL: 12 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 • Batidão do Rei Leão • Fundamento • Variação de passo	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 • Dança do morto vivo • Coreografia • Coreografia 2	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 • Coreografia 3 • Coreografia 4 • Coreografia	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 • Coreografia 2 • Coreografia 3 • Dança pela BNCC	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Batidão do Rei Leão	Turma: 1º,2º e 3º ano.
JUSTIFICATIVA: Essa tem atividade tem como objetivo desenvolver uma coreografia mais animada por meio desse ritmo.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar membros superiores e inferiores com passos coreografados.	
PROCEDIMENTOS: Foi realizada uma pesquisa na internet para desenvolver a coreografia de acordo com a faixa etária dos alunos, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som, ensaio.	
ROTEIRO VIDEOAULA: - dançando a coreografia na música; - saudação do professor; - apresentação do 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 as redes sociais;	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: composição própriaMusica < https://youtu.be/hvCBy2U9qZU >(acesso em 01/04/2021)

PLANO DE AULA 2

TEMA: Fundamento	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar o fundamento dos passos contratempo.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

OBJETIVO GERAL: Fazer uma variação do ritmo com o passo a passo.
PROCEDIMENTOS: Ensaio, escolha do local, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - executando os passos na música; - saudação do professor; - apresentação do que será trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos contratempo; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar as redes sociais;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: própria Musica: instrumental do app do celular.

PLANO DE AULA 3

TEMA: Variação de Passo	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Aprimorar os fundamentos do passo contratempo com outros passos	
OBJETIVO GERAL: Realizar uma variação do ritmo com novos passos.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, escolha do local, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - executando os passos na música; - Apresentação do professor; - apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar as redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia: própria Musica: instrumental do app do celular.	

PLANO DE AULA 4

TEMA: Dança do Morto Vivo	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Desenvolver uma coreografia dinâmica para as crianças se divertirem em casa.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar o tempo de reação, atenção, desenvolver os membros superiores e Ritmo.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, escolha do local, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - coreografia na integra; - 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. Musica: < https://youtu.be/WLPGdJvrp6A > (acesso em 08/04)	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Coreografia	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
--------------------------	-----------------------------------



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

JUSTIFICATIVA: Executar passos mais elaborados para os alunos dançar e praticar em casa.
OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação motora e musicalidade.
PROCEDIMENTOS: Ensaio, escolha do local, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - fazendo a coreografia; - 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 as redes sociais.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria. Música: Bruno Mars - Finesse < https://youtu.be/LsoLEjrDogU >(acesso em 12/04/2021)

PLANO DE AULA 6

TEMA: Coreografia 2	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Continuação da aula anterior introduzindo novos passos no ritmo musical.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a coordenação motora, lateralidade e musicalidade com o aluno.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, escolha do local, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando a coreografia: continuação da coreografia anterior; - 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 as redes sociais.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria. Música: Bruno Mars - Finesse < https://youtu.be/LsoLEjrDogU > (acesso em 13/04/2021)	

PLANO DE AULA 7

TEMA: Coreografia 3	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Sequência da coreografia das aulas anteriores inserindo novos passos para complementar o ritmo musical que está sendo trabalhado.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar o desenvolvimento dos membros do corpo com o passo a passo da coreografia.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, escolha do local, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando a continuação da coreografia da aula passada; - 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 as redes sociais;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:Coreografia de composição própria. Musica: Bruno Mars - Finesse
<<https://youtu.be/LsoLEjrDogU>> (acesso em 14/04/2021)

PLANO DE AULA 8

TEMA: Coreografia 4	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Finalização da coreografia com o passo a passo de todos os movimentos a serem feitos nesse ritmo musical.	
OBJETIVO GERAL: Encerrar a coreografia dançando ela por completo com o passo a passo desenvolvido nas aulas anteriores e nessa.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - apresentando a finalização da coreografia; - 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. Musica: Bruno Mars - Finesse < https://youtu.be/LsoLEjrDogU > (acesso em 19/04/2021)	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Coreografia	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Trazar para os alunos uma coreografia com um ritmo animado para, também, se divertirem em casa ao realizar.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar lateralidade, musicalidade e coordenação.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, escolha do local, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando a coreografia na integra; - 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 as redes sociais.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria. Musica: Bruno Mars - Uptown < https://youtu.be/OPf0YbXqDm0 > (acesso em 20/04/2021)	

PLANO DE AULA 10

TEMA: Coreografia 2	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Continuação da aula anterior. Trabalhar com os alunos algo diferente para que haja interação com o aluno e a aula.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a lateralidade, musicalidade e coordenação da criança.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Dançando a continuação da Coreografia; - apresentação do professor;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- apresentação do contexto que vai ser trabalhado a 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 as redes sociais;
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria. Musica: Bruno Mars - Uptown < https://youtu.be/OPf0YbXqDm0 > (acesso em 22/04/2021)

PLANO DE AULA 11

TEMA: Coreografia 3	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Finalizar esse ritmo musical, que não é da época deles, com uma coreografia bem bacana de fazer.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar, lateralidade, musicalidade e ritmo.	
PROCEDIMENTOS: Ensaio, gravação da vídeoaula com auxílio do tripé e caixa de som.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - dançando a continuidade da coreografia da música; - apresentação do professor; - apresentação do contexto que vai ser trabalhado na aula; - instruções para fazer o aquecimento/alongamento; - explicações detalhadas dos passos da coreografia; - dançando os passos na música; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar as redes sociais;	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Coreografia de composição própria. Musica: Bruno Mars - Uptown < https://youtu.be/OPf0YbXqDm0 > (acesso em 26/04/2021)	

PLANO DE AULA 12

TEMA: Dança pela BNCC	Turma: 1º,2º e 3º e 5º ano
JUSTIFICATIVA: Trabalhar a parte teórica com os alunos sobre a Dança de acordo com os parâmetros que regem o ensino dessa modalidade.	
OBJETIVO GERAL: Explorar a parte teórica para que os alunos adquiram mais conhecimento sobre as diversas possibilidades da dança.	
PROCEDIMENTOS: Estudo do conteúdo, organização de slide para facilitar o entendimento do aluno, gravação da vídeoaula, edição.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Apresentação do professor; - apresentação do conteúdo; - explicação de estrutura da dança; - convidar os alunos para curtirem, comentar e compartilhar as redes sociais;	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: SECRETÁRIA DA EDUCAÇÃO
< http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/noticias/article.php?storyid=169 > (27/04/2021)	
	acesso



UNIÃO 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 ABRIL/ 2021

EDUCADOR/ INSTRUTOR: Thiago Prates dos Santos			
OFICINA: Dança			
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 48 horas		CARGA HORÁRIA MENSAL: 12 horas	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 37 :Batidão do rei leão	
		Link do vídeo: https://youtu.be/ZhfTiLcKCT0	
		YouTube	Visualização: 18 Curtida: 5
		Facebook União Brasil	Visualização: 35 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 54 Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 107		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 38 :Fundamento	
		Link do vídeo:	
		YouTube	Visualização: 20 Curtida: 5
		Facebook União brasil	Visualização: 25 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 51 Curtida: 8
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 96		TOTAL DE CURTIDAS: 23	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 39 :Variação de passos	
		Link do vídeo: https://youtu.be/oez-RPCjhOk	
		YouTube	Visualização: 23 Curtida: 6
		Facebook União brasil	Visualização: 38 Curtida: 8
		Instagram	Visualização: 44 Curtida: 7
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 105		TOTAL DE CURTIDAS: 21	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 40: Dança do morto vivo	
		Link do vídeo: https://youtu.be/CSXRMPWa_hw	
		YouTube	Visualização: 44 Curtida: 5
		Facebook União brasil	Visualização: 51 Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 8 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 103		TOTAL DE CURTIDAS: 19	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 41: Coreografia	
		Link do vídeo: https://youtu.be/5f66yOeidJ0	
		YouTube	Visualização: 13 Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 29 Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 26 Curtida: 4
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 68		TOTAL DE CURTIDAS: 18	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 42: Coreografia 2		
		Link do vídeo: https://youtu.be/Ot0kIPURm1o		
		YouTube	Visualização: 17	Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 28	Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 2	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 47		TOTAL DE CURTIDAS: 18		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 43: Coreografia 3		
		Link do vídeo: https://youtu.be/Yhp-H9zPNbg		
		YouTube	Visualização: 14	Curtida: 4
		Facebook União brasil	Visualização: 37	Curtida: 9
		Instagram	Visualização: 2	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 53		TOTAL DE CURTIDAS: 18		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 44: Coreografia 4		
		Link do vídeo: https://youtu.be/BNmwpzw2Di8		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 43	Curtida: 10
		Instagram	Visualização: 8	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 64		TOTAL DE CURTIDAS: 18		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 45: Coreografia		
		Link do vídeo: https://youtu.be/boE21UWpHDw		
		YouTube	Visualização: 13	Curtida: 4
		Facebook União brasil	Visualização: 6	Curtida: 11
		Instagram	Visualização: 13	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 35		TOTAL DE CURTIDAS: 20		
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 46: Coreografia 2		
		Link do vídeo: https://youtu.be/RlXkGp8kTac		
		YouTube	Visualização: 16	Curtida: 3
		Facebook União brasil	Visualização: 10	Curtida: 12
		Instagram	Visualização: 0	Curtida: 0
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 26		TOTAL DE CURTIDAS: 15		



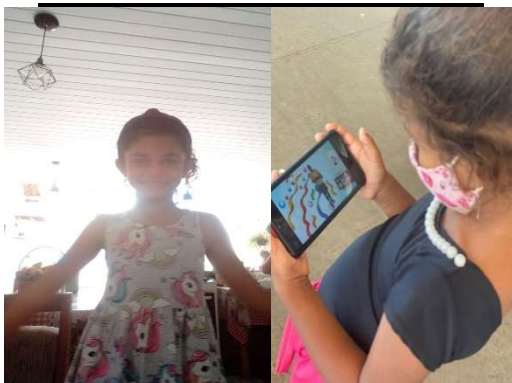
UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

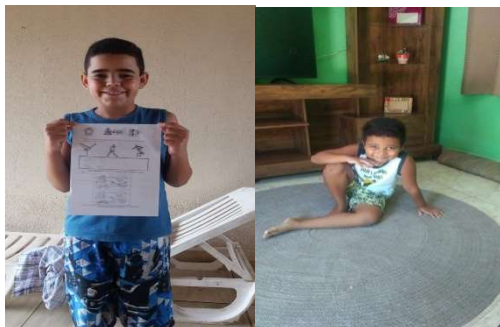
Fundada em 17 de Janeiro de 2004 – CNPJ 07.433.983/0001-07

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 47: Coreografia 3	
	Link do vídeo:https://youtu.be/3ypWhgvT03s		
	YouTube	Visualização: 13	Curtida: 4
	Facebook União brasil	Visualização: 37	Curtida: 13
	Instagram	Visualização: 13	Curtida: 5
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 63		TOTAL DE CURTIDAS: 22	
PRINT DO VÍDEO		Aula nº 48: Dança pela BNCC	
	Link do vídeo:https://youtu.be/sTgoKhulwJw		
	YouTube	Visualização: 12	Curtida: 3
	Facebook União brasil	Visualização: 48	Curtida: 14
	Instagram	Visualização: 10	Curtida: 9
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 70		TOTAL DE CURTIDAS: 26	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 834			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 241			

RETORNO DOS ALUNOS



Anna Rita Ayala- ESCOLA PAUL/ Mikaelly Moraes- Santa Clara



JOSUÉ MENDES VIANA/

VICTOR



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

DIA: 30/04/2021

Núcleo: Paul



BUSCA ATIVA



27/04

-

28/05



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- ABRIL/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019	
PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Wagner Antônio Brito	
Oficina: Iniciação Esportiva - Futebol	
Carga horária semanal: 16 horas	
Carga horária total: 64 horas	
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 05/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: Fundamento de goleiro com mini gol.
TERÇA-FEIRA 06/04/21	*Reunião pedagógica por vídeo chamada. Idealização e gravação da vídeoaula: Fundamento de goleiro reposição de bola com as mãos e com os pés.
QUARTA-FEIRA 07/04/21	Entrega de Material pedagógico e Matrículas/ Rematrículas dos alunos do ECO-Santa Antônio.
QUINTA-FEIRA 08/04/21	Fundamento de goleiro com empunhadura com um dos joelhos no solo.
SEXTA-FEIRA 09/04/21	Montagem e gravação da vídeoaula: Fundamento de goleiro empunhadura com queda unilateral.
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 12/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: fundamento específico para centroavante fazer giro e finalizar.
TERÇA-FEIRA 13/04/21	*Reunião pedagógica por vídeo chamada. Idealização e gravação da vídeoaula: Fundamento de futebol de campo treinamento de goleiro chute rasteiro, meia altura e alta.
QUARTA-FEIRA 14/04/21	Montagem e gravação da vídeoaula: fundamento específico para goleiro, futebol de campo empunhadura fazendo zig-zag e depois zig-zag saltando meia altura.
QUINTA-FEIRA 15/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: fundamento de fortalecimento muscular agachamento isométrico com a bola entre os joelhos.
SEXTA-FEIRA 16/04/21	
3º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 19/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: fundamento de futebol de campo pisando sobre a bola e passando uma das pernas por cima da bola que chama pedalada.
TERÇA-FEIRA 20/04/21	*Reunião pedagógica por vídeo chamada. Idealização e gravação da vídeoaula: fundamento específico para goleiro cama com salto, meia altura e bola rasteira.
QUARTA-FEIRA 21/04/21	Montagem e gravação da vídeoaula: fundamento de finalização com levantamento da perna sobre os cones ou garrafas 2 litros deitada.
QUINTA-FEIRA 22/04/21	Elaboração e gravação da vídeoaula: fundamento específico para goleiro de futebol de campo reposição com objetivo de acertar golzinho.
SEXTA-FEIRA 23/04/21	
4º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 26/04/21	Elaboração e gravação do vídeoaula: fundamento de fortalecimento muscular quadríceps com salto unilateral.
TERÇA-FEIRA 27/04/21	*Reunião pedagógica por vídeo chamada. Idealização e gravação da vídeoaula: fundamento de cabeceio com passe de



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	chapa parte interna do pé.
QUARTA-FEIRA 28/04/21	Montagem e gravação da vídeoaula: fundamento de futebol de campo suicídio com os cones e finalização.
QUINTA-FEIRA 29/04/21	Elaboração e gravação do vídeoaula: fundamento de futebol de campo goleiro saltar de frente sobre cone ou garrafas de 2 litros com queda rasteira e queda meia altura.
SEXTA-FEIRA 30/04/21	

Plano de Aula

EDUCADOR/ INSTRUTOR (A): Wagner Antonio Brito	
OFICINA: Iniciação Esportiva e Futebol	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 16 horas	CARGA HORÁRIA MENSAL: 64 horas
Plano de aula 1º semana de 05/04 à 09/04/21 - Fundamento de goleiro com mini gol. - Fundamento de goleiro reposição de bola com as mãos e com os pés. - Fundamento de goleiro com empunhadura com um dos joelhos no solo. - Fundamento de goleiro empunhadura com queda unilateral.	
Plano de aula 2º semana de 12/04 à 16/04/21 - Fundamento específico para centroavante fazer giro e finalizar. - Fundamento de futebol de campo treinamento de goleiro chute rasteiro, meia altura e alta. - Fundamento específico para goleiro futebol de campo empunhadura fazendo zig-zag e depois zig-zag saltando meia altura. - Fundamento de fortalecimento muscular agachamento isométrico com a bola entre os joelhos.	
Plano de aula 3º semana de 19/04 à 23/04/21 - Fundamento de futebol de campo pisando sobre a bola e passando uma das pernas por cima da bola que chama pedalada. - Fundamento específico para goleiro cama com salto meia altura e bola rasteira. - Fundamento de finalização com levantamento da perna sobre os cones ou garrafas 2 litros deitada. - Fundamento específico para goleiro de futebol de campo reposição com objetivo de acertar golzinho.	
Plano de aula 4º semana de 26/04 à 30/04/21 - Fundamento de fortalecimento muscular quadríceps com salto unilateral. - Fundamento de cabeceio com passe de chapa parte interna do pé. - Fundamento de futebol de campo suicídio com os cones e finalização. - Fundamento de futebol de campo goleiro saltar de frente sobre cone ou garrafas de 2 litros com queda rasteira e queda meia altura.	

PLANO DE AULA 1

TEMA: Fundamento de goleiro com mini gol.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Praticar dentro da sua casa uma atividade que requer treino e dedicação podendo usar bola de plástico, chinelos ou tênis para fazer golzinho.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação motora, velocidade, lateralidade, queda, saltos e noção espacial.	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do fundamento do goleiro, passar por trás do golzinho correndo saltar para pegar a bola não deixar fazer o gol. - Explicação das regras e orientação para adaptar os chinelos ou tênis para fazer o golzinho. - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.facebook.com/watch/?v=155390236447512

PLANO DE AULA 2

TEMA: Fundamento de goleiro reposição de bola com as mãos e com os pés.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar os membros inferiores e superiores ao se exercitar para pegar a bola.	
OBJETIVO GERAL: Promover o desenvolvimento da coordenação motora, flexibilidade, lateralidade, membros inferiores/ superiores e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento de goleiro reposição de bola com as mãos e com os pés. - Explicação das regras demonstrando a utilizando da reposição com o braço e com a perna; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/CaSNAsStGOW	

PLANO DE AULA 3

TEMA: Fundamento de goleiro com empunhadura com um dos joelhos no solo.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Demonstrar a importância de movimentar o corpo dentro dos fundamentos do futebol.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação motora, equilíbrio corporal, flexibilidade, força dos membros inferiores, resistência muscular e noção corporal.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Saudação aos alunos; - Explicação dos objetivos a serem alcançados com a aula (trabalho de equilíbrio corporal, concentração e força dos membros inferiores); - Exposição dos materiais utilizados (bola de plástico ou de campo número 3 ou 4); - Demonstração de como fazer o Fundamento empunhadura com um dos joelhos no solo; - Realização da atividade; - Encerramento e despedida.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/Tay0dgf6cHk	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 4

TEMA: Fundamento de goleiro empunhadura com queda unilateral.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Expressar a forma correta de pegar a bola sem que haja nenhuma queda brusca ou lesão.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação motora, força dos membros inferiores, ginga salto, envergadura, lateralidade e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento de goleiro empunhadura com um dos joelhos no solo com salto unilateral. - Explicação das regras exemplificando o pegar a bola com empunhadura, levantar e saltar unilateral para agarrar a bola. - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/Tay0dgf6cHk	

PLANO DE AULA 5

TEMA: Fundamento específico para centroavante fazer giro e finalizar.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Melhorar a finalização chutando a bola no gol com a perna direita e esquerda.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação motora, concentração, força dos membros inferiores, ginga e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento giro com finalização no gol; - Explicação das regras e do que tem que ser feito; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/0aOkWwZnF4E	

PLANO DE AULA 6

TEMA: Fundamento de futebol de campo treinamento de goleiro chute rasteiro, meia altura e alta.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Praticar a atividade para exercitar o corpo e saber um pouco mais as maneiras de se chutar a bola e a forma de defender para não fazer gol.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação motora, resistência muscular e respiratória, força dos membros inferiores, ginga lateralidade, salto e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento 3 tipos de queda rasteira, meia altura e alta. - Explicação das regras explicando o que tem que fazer; - Realização da atividade;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Finalização da aula; - Despedida dos alunos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/rnJP4MK8fLs

PLANO DE AULA 7

TEMA: Fundamento específico para goleiro futebol de campo empunhadura fazendo zig-zag e depois zig-zag saltando meia altura.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Fazer um percurso para realizar a atividade desenvolvendo os membros superiores e inferiores do aluno através do manuseio da bola.	
OBJETIVO GERAL: Aprimorar a coordenação motora, ginha, flexibilidade, lateralidade, resistência muscular e respiratória e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento zig-zag entre os cones ou garrafas de 2 litros, jogar a bola meia altura fazendo a defesa com as mãos. - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/JT5GIZGThE	

PLANO DE AULA 8

TEMA: Fundamento de fortalecimento muscular agachamento isométrico com a bola entre os joelhos.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Fortalecer a musculatura dos membros inferiores para que não haja lesões/ câibras quando estiver treinando ou em competições.	
OBJETIVO GERAL: Desenvolver a coordenação motora, força dos membros inferiores, isométrico fortalecimento dos músculos iliopsoas e abdutores.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento fortalecimento muscular com a bola entre os joelhos; - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/lb09-ur95Z0	

PLANO DE AULA 9

TEMA: Fundamento de futebol de campo pisando sobre a bola e passando uma das pernas por cima da bola que chama pedalada.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Trabalhar e treinar a forma correta de realizar a famosa “pedalada” quando estiver em campo.	
OBJETIVO GERAL: Ampliar a coordenação motora, agilidade, flexibilidade, velocidade, concentração,	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ginga, resistência muscular, respiratória e noção espacial.
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento: pisar sobre a bola e depois pedalar, passar uma perna de cada vez sobre a bola. - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/thgBjhKq3aU

PLANO DE AULA 10

TEMA: Fundamento específico para goleiro: cama com salto meia altura e bola rasteira.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Treinar a cama meia altura e a bola rasteira desenvolvendo e fortalecendo os membros do corpo.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, velocidade, ginga, resistência muscular e respiratória, salto, força dos membros inferiores e superiores e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento: cama com bola rasteira depois trocar cama com salto meia altura. - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/feleL2oku6w	

PLANO DE AULA 11

TEMA: Fundamento de finalização com levantamento da perna sobre os cones ou garrafas 2 litros deitada.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Praticar o levantamento das pernas utilizando um objeto para dar suporte com certa altura.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação motora, flexibilidade, velocidade, ginga, lateralidade, força dos membros inferiores e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do fundamento de finalização erguendo uma perna de cada vez sobre os cones; - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: CMZ3mgsBDfP/?igshid=d97eo0qi5nq1	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PLANO DE AULA 12

TEMA: Fundamento específico para goleiro de futebol de campo reposição com objetivo de acertar golzinho.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Praticar em casa atividades que requerem treino e dedicação para desenvolver dentro do jogo.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação motora, equilíbrio corporal, mira, concentração e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do Fundamento reposição com objetivo de acertar golzinho; - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://youtu.be/CaSNAsStGOW	

PLANO DE AULA 13

TEMA: Fundamento de fortalecimento muscular quadríceps com salto unilateral.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Fortalecer os joelhos e fazer movimentos saltando em diagonal.	
OBJETIVO GERAL: Essa atividade trabalha coordenação motora, lateralidade, velocidade, equilíbrio corporal, fortalecimento muscular e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do fortalecimento músculo do quadríceps agachamento isométrico; - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA	BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/reel/CMdB1-SH9So/?igshid=1hd608x3soeun

PLANO DE AULA 14

TEMA: Fundamento de cabeceio com passe de chapa parte interna do pé.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Treinar em casa exercícios do futebol que requer atenção e dedicação do aluno.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar coordenação motora, flexibilidade, salto, equilíbrio corporal, velocidade, força dos membros inferiores e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do fundamento de cabeceio com passe de chapa parte interna do pé; - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer;	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

- Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://fb.watch/4YyU3Bil0z/

PLANO DE AULA 15

TEMA: Fundamento de futebol de campo suicídio com os cones e finalização	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: Fazer a atividade dentro do espaço da sua casa organizando os objetos em um lugar para iniciar o que está sendo proposto.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação motora, resistência muscular e respiratória, velocidade, força dos membros inferiores e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do fundamento suicídio com os cones: correr 1 cone para próximo até 4 cones pegar a bola girar e fazer a finalização. - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.instagram.com/reel/CMZ3mgsBDfP/?igshid=d97eo0qi5nq1	

PLANO DE AULA 16

TEMA: Fundamento de futebol de campo goleiro saltar de frente sobre cone ou garrafas de 2 litros com queda rasteira e queda meia altura.	Turma: 1º ao 5º ANO
JUSTIFICATIVA: O intuito da aula para aluno é fazer com que eles pratiquem dentro da sua casa as atividade, pois é através do treino e dedicação que se chega ao resultado almejado.	
OBJETIVO GERAL: Trabalhar a coordenação motora, flexibilidade, velocidade, resistência muscular e respiratória, força dos membros inferiores e noção espacial.	
PROCEDIMENTOS: Escolha do local adequado para a realização da atividade, organização do local, verificar melhor ângulo para gravação, demonstração de como executar atividade, ensaio e gravação da vídeoaula.	
ROTEIRO VÍDEOAULA: - Início da aula com saudação; - Explicação do fundamento goleiro salto frontal com queda rasteira e meia altura. - Explicação das regras exemplificando o que tem que fazer; - Realização da atividade; - Finalização da aula; - Despedida dos alunos.	
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: https://www.facebook.com/100023169559138/videos/663659694416343/	



UNIÃO 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)- ABRIL/ 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 49: fundamento de goleiro com mini gol	
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 1
	Facebook União Brasil	Visualização: 06	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 09	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 50: reposição de bola com mãos e pés	
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 04	Curtida: 08
	Instagram	Visualização:01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 08		TOTAL DE CURTIDAS:10	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 51: empunhadura com um dos joelhos no solo	
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 07	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 11		TOTAL DE CURTIDAS: 10	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 52: empunhadura com queda unilateral	
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 03	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 09	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 13		TOTAL DE CURTIDAS: 11	

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 53: fundamento de goleiro empunhadura jogar bola rasteira e depois meia altura	
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 09	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 16		TOTAL DE CURTIDAS: 11	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 54: fundamento de goleiro chute rasteiro, meia altura e alto		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 04	Curtida: 01
	Facebook União Brasil	Visualização: 12	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 18		TOTAL DE CURTIDAS: 09	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 55: fundamento de pedalada e pisar sobre a bola		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 16	Curtida: 05
	Facebook União Brasil	Visualização: 06	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:23		TOTAL DE CURTIDAS:15	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 56: fundamento de fortalecimento muscular isométrico com a bola entre os joelhos		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 16	Curtida: 12
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:23		TOTAL DE CURTIDAS:15	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 57: fundamento giro e finalização entre os cones		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 05	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 07	Curtida: 07
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:14		TOTAL DE CURTIDAS:10	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 58: fundamento de goleiro cama com salto meia altura entre os cones		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 06	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:13		TOTAL DE CURTIDAS:09	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 59: fundamento de finalização com reposição de bola procurando acertar o mini golzinho		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 08	Curtida: 09
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		TOTAL DE CURTIDAS:12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 60: fundamento de finalização erguendo uma das pernas sobre os cones e fazendo finalização		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 03
	Facebook União Brasil	Visualização: 05	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:13		TOTAL DE CURTIDAS:10	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 61: fortalecimento músculos quadríceps com salto unilateral		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 06	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 08	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 01	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:15		TOTAL DE CURTIDAS:09	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 62: fundamento cabeceio com passe de chapa parte interna do pé		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 07	Curtida: 03
	Facebook União Brasil	Visualização: 09	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 02	Curtida: 01
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:18		TOTAL DE CURTIDAS:12	

PRINT DO VÍDEO	Aula nº 63: fundamento de suicídio nos cones com finalização		
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 09	Curtida: 02
	Facebook União Brasil	Visualização: 10	Curtida: 06
	Instagram	Visualização: 11	Curtida: 04
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES:30		TOTAL DE CURTIDAS:12	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

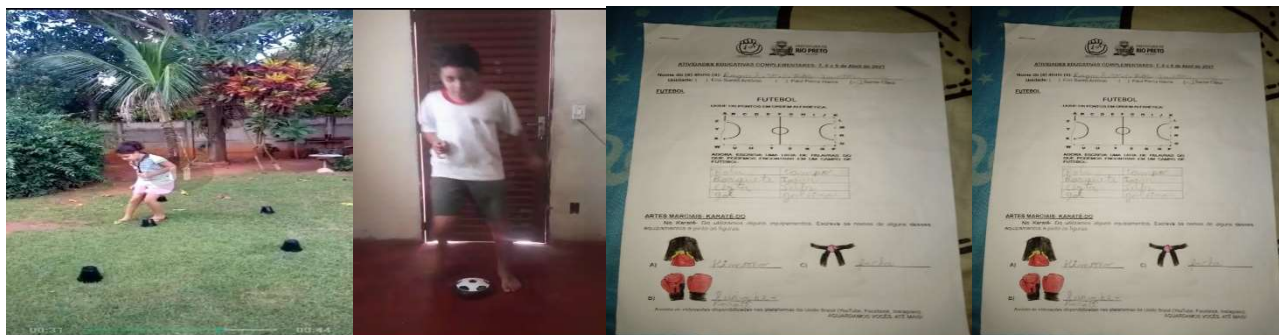
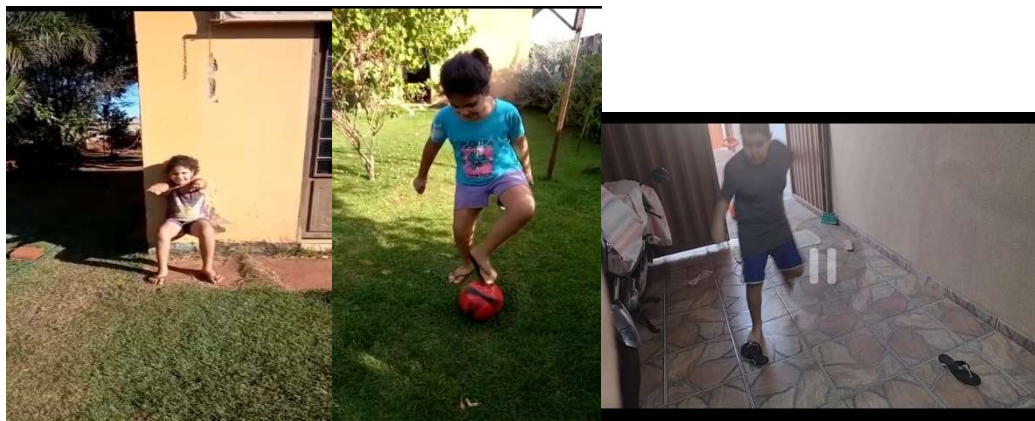
UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

PRINT DO VÍDEO		Aula nº 64: fundamento salto frontal entre os cones e fazer a defesa meia altura e depois rasteira	
	Link do vídeo:		
	YouTube	Visualização: 08	Curtida: 02
	Facebook União brasil	Visualização: 09	Curtida: 08
	Instagram	Visualização: 20	Curtida: 06
TOTAL DE VISUALIZAÇÕES: 37		TOTAL DE CURTIDAS:16	
Total geral de todas as VISUALIZAÇÕES das vídeoaulas: 278			
Total geral de todas as CURTIDAS das vídeoaulas: 180			

RETORNO DOS ALUNOS

Núcleo Santa Clara: Thayla Nicole Duarte de Lima serie 2D, Alessandro Lucas de Jesus serie 5B, Emerson Mocci Arcas serie 5D, Yasmin dos Santos Gomes, Raquel Veronica da Silva dos Santos.





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

Núcleo Eco: Heitor Herinque Ribeiro Simionato serie 3C, Arthur Ribeiro Simionato serie 1D, Emannelly Ribeiro Simiano serie 4D, Rafael José Duran Silva serie 3B.



AÇÕES DESENVOLVIDAS NOS NÚCLEOS

Escola: Roberto Rollemberg (ECO). Matrícula e rematrícula dos alunos do projeto entrega do material pedagógico.

Lucas Allef/ Emilly Dean Severine ferreira da Silva.





UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

AÇÕES DESENVOLVIDAS PELA ENTIDADE – ABRIL/ 2021

REUNIÃO PEDAGÓGICA

DIA: 06/04/2021

HORA: 9 h às 10 h

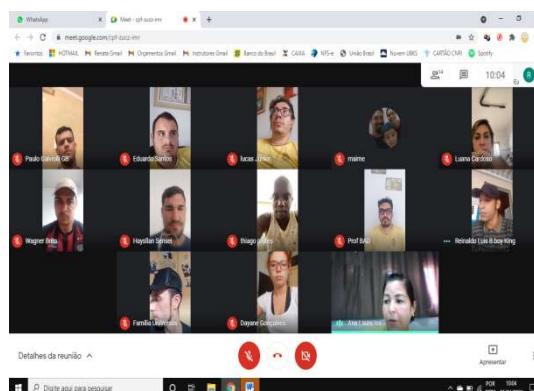
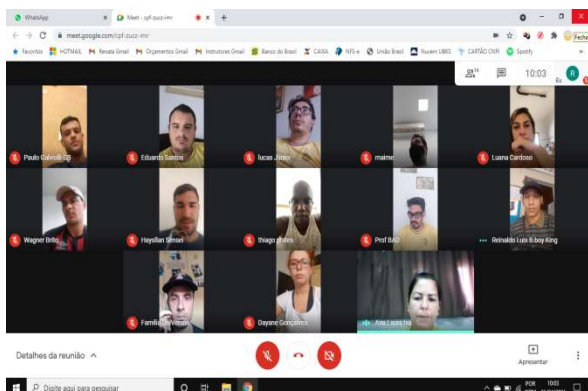
LOCAL: Reunião on line- Plataforma Google Meet

PARTICIPANTES: Equipe Técnica e instrutores

ATA da Reunião- 06 de Abril de 2021

Aos dias seis de abril de dois mil e vinte e um, às nove horas da manhã, foi realizada a reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. Nessa reunião estavam presentes instrutores, coordenadora pedagógica e funcionárias da União Brasil.

A reunião se inicia com a coordenadora montando a grade horária de entrega de materiais impressos e para a realização de matrícula. Cada dia de entrega um professor ficará responsável por aquele núcleo. A coordenadora combinou um dia da semana para os instrutores virem trazer as folhas de ponto assinadas e assinar o relatório, em seguida a coordenadora esclareceu as dúvidas dos instrutores referente a relatório e vídeoaulas.



DIA: 13/04/2021

HORA: 9 h às 10 h

LOCAL: Reunião on line- Plataforma Google Meet

PARTICIPANTES: Equipe Técnica e instrutores

ATA da Reunião - 13 de Abril de 2021

Aos dias treze de abril de dois mil e vinte e um foi realizada a reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. Nesta reunião estavam presentes coordenadora pedagógica, instrutores e funcionárias da União Brasil.

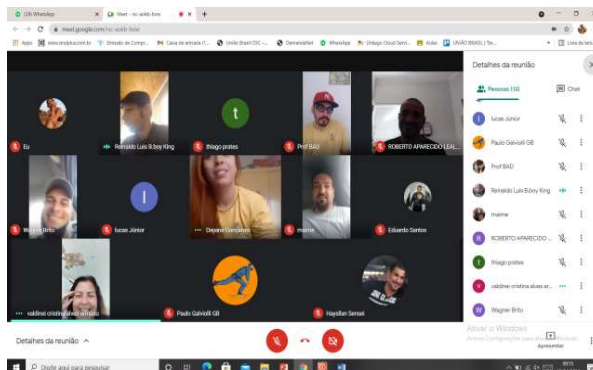
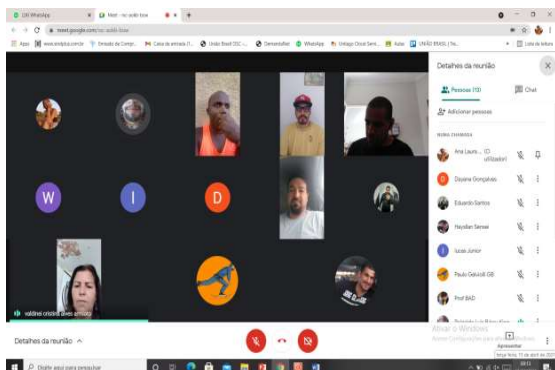
A reunião iniciou-se com a coordenadora falando sobre o planejamento semestral para todos enviarem até sexta-feira. Em seguida foi passado aos instrutores a data de entrega dos relatórios. O relatório mensal ficou acordado para o dia 02 de maio, plano e semanário do dia 16 à 18 de abril e as ações desenvolvidas para o dia 23 de abril. A coordenadora esclareceu as dúvidas dos instrutores e após finalizou a reunião



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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



DIA: 20/04/2021

HORA: 9 h às 10 h

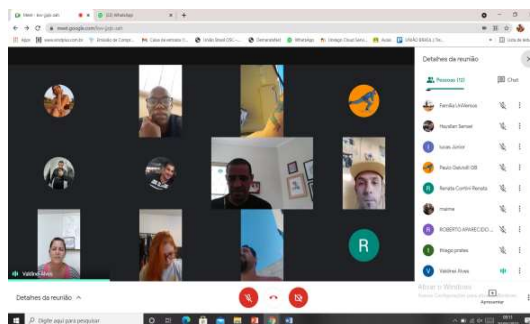
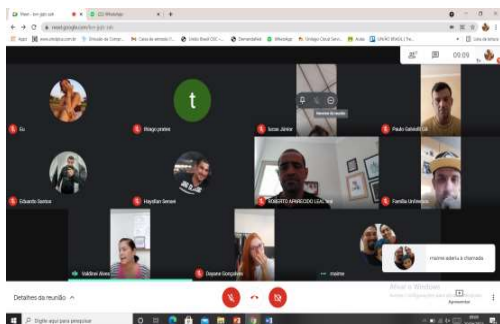
LOCAL: Reunião on line- Plataforma Google Meet

PARTICIPANTES: Equipe Técnica e instrutores

ATA da Reunião - 20 de Abril de 2021

Aos dias vinte de abril de dois mil e vinte um, foi feita a reunião pedagógica. Nesta reunião estavam presentes instrutores, coordenadora pedagógica e funcionárias da União Brasil. A reunião iniciou-se com a coordenadora alertando os instrutores com a duração das vídeoaulas, ela pediu aos instrutores para diminuir a introdução da aula, pois os vídeos estavam muito longos.

Em seguida, a coordenadora falou sobre as entregas de materiais pedagógicos que ocorrerá dias 28, 29 e 30. Ela pediu aos instrutores para mandar as atividades gráficas no e-mail para montar as apostilas e montou a grade horária dos instrutores para a entrega de material impresso e finalizou a reunião esclarecendo as dúvidas dos instrutores.



DIA: 27/04/2021

HORA: 9 h às 10 h

LOCAL: Reunião on line- Plataforma Google Meet

PARTICIPANTES: Equipe Técnica e instrutores

ATA da Reunião- 27 de Abril de 2021

Aos dias vinte e sete de abril de dois mil e vinte um, às nove horas da manhã ocorreu a reunião pedagógica pela plataforma Google Meet. Nessa reunião estavam presentes instrutores,

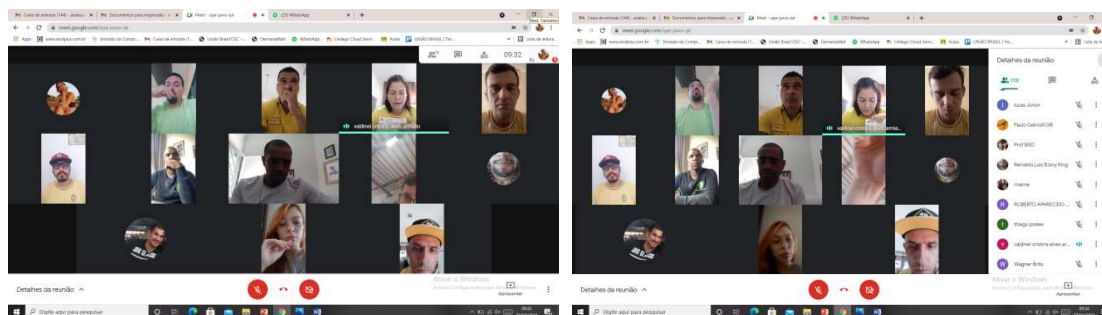


UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

coordenadora pedagógica e funcionárias da União Brasil. Na reunião a coordenadora pediu aos instrutores para fazerem a busca ativa com os alunos do Paul. Após foi conversado com os instrutores respeitarem as datas de entrega dos relatórios. A coordenadora passou instruções sobre as entregas de materiais impressos e finalizou a reunião esclarecendo as dúvidas dos instrutores.



Valdinei Cristina Alves Armiato
Coordenadora Pedagógica