



UNIÃO 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 SEMANAL DO PROFESSOR	
Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Daniel Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip-Hop modalidade Breaking	Semana de: 03/08/2020 à 07/08/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 03/08/ 2020 (4 horas)	Reunião pedagógica online pelo app Google Met. Pesquisa e planejamento das aulas: fundamentos direcionados ao breaking, estudo das técnicas e criações por parte dos irmãos Nigga Twin. Estudo movimento CC Rock (3 movimentos de entrada e saída). Pesquisa sobre o aquecimento e alongamento, teorias e posições adequadas para músculos específicos. Referencia bibliográfica: TÉCNICAS dos irmão Nigga. Disponível em: < https://www.youtube.com/watch?v=IKb1vszkeC8 >. Acesso em: 03/08/2020./ RAPOSO, Otávio Ribeiro. Tese de doutorado em Antropologia urbana. 2013. Coreografias da Amizade: estilos de vida e segregação entre os jovens do break dance da Maré (Rio de Janeiro)./ RIBEIRO, Silva Regina. Atividades rítmicas e expressivas: a dança na educação física. Pag. 245 Curitiba: Intersaberes, 2019.
TERÇA-FEIRA 04/08/ 2020 (4 horas)	Treino dos movimentos do CC Rock (3 entradas). Testes de sequência dos passos, aquecimento. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente (tatames), regulagem e instalação do som e tripé.
QUARTA--FEIRA 05/08/2020 (4 horas)	Treino dos movimentos do CC Rock. 3 (saídas). Testes de sequência dos passos, aquecimento. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente (tatames), regulagem e instalação do som e tripé.
QUINTA-FEIRA 06/08/2020 (4 horas)	Treino dos exercícios de alongamento. Testes de sequência dos passos, aquecimento. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente (tatames), regulagem e instalação do som e tripé.
SEXTA-FEIRA 07/08/2020	Reunião na sede da União Brasil

RELATÓRIO SEMANAL DO PROFESSOR	
Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip – Hop modalidade break	Semana de: 10/08/2020 à 14/08/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 10/08/2020 (4 horas)	Reunião pedagógica online pelo app Google Met. Pesquisa e planejamento das aulas da semana: Estudos dos movimentos inspirados em animais, estudo do método “embolado e trançado”. Estudos sobre impulsão e preparação física. Referencias bibliográficas: MORANDI, Marcia Strazzacappa Carla, Entre a arte e a docência : a formação do artista da dança. Campinas. Papirus, 2ª ed, 2011. TADRA, Debora Sicupira Arzu, Linguagem da dança, Editora Intersaberes, 2012. 1ª ed. Curitiba./ 11 exercícios fundamentais para o fortalecimento muscular. Disponível em:< https://blogeducacaofisica.com.br/fortalecimento-muscular/ >. Acesso em:



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

	10/08/2020.
TERÇA-FEIRA 11/08/2020 (4 horas)	Treino de fortalecimento inspirados em movimentos de animais. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente (tatames), regulagem e instalação do som e tripé.
QUARTA--FEIRA 12/08/2020 (4 horas)	Treino dos movimentos variados (trançado e embolado). Testes de sequência dos passos, aquecimento. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente (tatames), regulagem e instalação do som e tripé.
QUINTA-FEIRA 13/08/2020 (4 horas)	Treino dos exercícios de preparação física (aquecimento e impulsão). Testes de sequência dos passos, aquecimento. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente, regulagem e instalação do som e tripé. Separação de materiais para a aula como; lata de leite em pó e corda.
SEXTA-FEIRA	

RELATÓRIO SEMANAL DO PROFESSOR

Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip – Hop modalidade break	Semana de: 17/08/2020 à 21/08/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
	ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
SEGUNDA-FEIRA 17/08/2020 (4 horas)	Reunião pedagógica online pelo app Google Met. Preparação e estudo das aulas da semana: Movimento Lock'n Load, monkey swing hook spin, estudo sobre as variações de movimento hook. <u>Referencia Bibliográfica:</u> RAPOSO, Otavio Ribeiro. Tese de doutorado em Antropologia urbana. 2013. Coreografias da Amizade: estilos de vida e segregação entre os jovens do break dance da Maré (Rio de Janeiro)./ PROCESSOS psicológicos básicos. Memória. Carlos Alberto Mourão Junior. Universidade Federal de Juiz de Fora, MG. Disponível em: < https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722015000400017 >. Acesso em 17/08/2020.
TERÇA-FEIRA 18/08/2020 (4 horas)	Treino de movimentos de lock'n load. Aquecimento e treino dos movimentos. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente, regulagem e instalação do som e tripé.
QUARTA--FEIRA 19/08/2020 (4 horas)	Treino dos movimentos de monkey swing hook spin. Testes de sequência dos passos, aquecimento. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente, regulagem e instalação do som e tripé.
QUINTA-FEIRA 20/08/2020 (4 horas)	Treino dos movimentos de variações de hook. Testes de sequência dos passos, aquecimento. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente, regulagem e instalação do som e tripé.
SEXTA-FEIRA 21/08/2020	



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

RELATÓRIO SEMANAL DO PROFESSOR	
Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip – Hop modalidade break	Semana de: 24/08/2020 à 28/08/2020
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64 horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
SEGUNDA-FEIRA 24/08/2020 (4 horas)	Reunião pedagógica online pelo app Google Met. Preparação e estudo das aulas da semana: Estudos do movimento hook spin (helicóptero), movimento double legg flow e preparação para freezes. Referencia bibliográfica: DANÇA urbana. Caderno do professor. Governo do Estado de São Paulo. Ensino fundamental II. Disponível em: < https://efape.educacao.sp.gov.br/curriculopaulista/wp-content/uploads/sites/7/download/cadernos-do-professor-v2-2020-EF/educacao-fisica/EF_PR_EDF_06-07-08-09_VP.pdf >. Acesso em 24/08/2020. PORTAL Oh2c. Historia do Break. Disponível em: < https://www.oh2c.com.br/historia-do-break/ > Acesso em 24/08/2020.
TERÇA-FEIRA 25/08/2020 (4 horas)	Treino para execução do helicopter hook spin. Aquecimento e treino dos movimentos. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente (tatames), regulagem e instalação do som e tripé.
QUARTA-FEIRA 26/08/2020 (4 horas)	Treino para movimento double legg flow. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente, regulagem e instalação do som e tripé.
QUINTA-FEIRA 27/08/2020 (4 horas)	Treino e aquecimento para execução para base de freeze. Gravação da vídeoaula, organização do ambiente, regulagem e instalação do som e tripé.
SEXTA-FEIRA	