



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Fevereiro/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019- PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES	
Educador/ Instrutor (a): Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça	
Oficina: Hip Hop – modalidade breaking	
Carga horária semanal: 16 horas	Carga horária total: 64horas
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	
1º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 01/02/21	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, Combinação e variação de movimentos do power move (movimento de poder). • Treino passo a passo da base negativa com variação de braço Turma 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 22/02/21	• Reunião pedagógica online pelo Google Meet. • Treino do movimento hand glide (deslizamento com a mão) Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 03/02/21	• Treino do movimento turtle(tartaruga) Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 04/02/21	• Treino do movimento turtle jump (tartaruga pulando).Turma: 1º ao 5º ano • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
SEXTA-FEIRA 05/02/21	
2º SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 08/02/21	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, Combinação e variação de movimentos do power move(movimento de poder) • Treino do movimento turtle jump spin (moimento da tartaruga pulando e girando) Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 09/02/21	• Reunião pedagógica online pelo Google Meet • Treino do movimento go up to head (subida de cabeça) Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 10/02/21	• Treino do movimento spider(moimento da aranha) Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist • Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 11/02/21	• Treino do movimento head drill (moimento cabeça de broca) Turma: 1º ao 5º ano • Preparação de playlist. • Filmagem 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

SEXTA-FEIRA 12/02/21	
3° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 15/02/21	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, footwork e variação de movimentos. • Treino de Footwork (trabalho com os pés) one step (um passo) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 16/02/21	• Reunião pedagógica online pelo Google Meet. • Treino de Footwork (trabalho com os pés) two steps (dois passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist • Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 17/02/21	• Treino de Footwork (trabalho com os pés) three steps (três passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist • Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 18/02/21	• Treino de Footwork (trabalho com os pés) four steps (quatro passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
SEXTA-FEIRA 19/02/21	
4° SEMANA	
SEGUNDA-FEIRA 22/02/21	• Pesquisa e planejamento das aulas da semana, footwork e variação de movimentos. • Treino de Footwork (trabalho com os pés) five steps (cinco passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist • Filmagem da aula.
TERÇA-FEIRA 23/02/21	• Reunião pedagógica online pelo Google Meet. • Treino de Footwork (trabalho com os pés) six steps (seis passos) com variação Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
QUARTA-FEIRA 24/02/21	• Treino de Footwork long (trabalho com os pés longo) passo a passo Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
QUINTA-FEIRA 25/02/21	• Treino de Footwork (trabalho com os pés) com combinação front jump (pulo na frente) Turma: 1º ao 5º ano. • Preparação de playlist. • Filmagem da aula.
SEXTA-FEIRA 26/02/21	• Entrega de material impresso “apostila” e matricula o dia todo no núcleo Santa Clara.