



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR- Março/2021

TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 21/2019

PROJETO: AÇÕES EDUCATIVAS COMPLEMENTARES

Educador/ Instrutor: Reinaldo Luis Oliveira Doho Daniel Ferraça

Oficina: HIP-HOP- Modalidade Breaking

Carga horária semanal: 16 horas

Carga horária total: 64horas

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

1º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 01/03/21	Matriculas e matrículas realizadas na Escola de Competências Roberto Rollemberg das 08h as 16h.
TERÇA-FEIRA 02/03/21	Planejamento das aulas da semana; Preparação para gravação da vídeoaula, regulagem do som e tripé, preparação da playlist, Gravação da aula: Movimento Hand Down (mão para baixo)
QUARTA-FEIRA 03/03/21	Preparação, regulagem do som e do tripé, treino do movimento e gravação da vídeoaula Merengue(movimento da dança latina).
QUINTA-FEIRA 04/03/21	Matriculas e matrículas realizadas na ECO- Santo Antônio das 8h às 16h, Busca ativa dos alunos (via telefone)
SEXTA-FEIRA 05/03/21	Treino, preparação, regulagem do som e do tripé, preparação da playlist, Filmagem da aula: movimento The W (O w)

2º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 08/03/21	Matriculas e matrículas realizadas na Escola de Competências Roberto Rollemberg das 8h às 16h
TERÇA-FEIRA 09/03/21	Planejamento das aulas da semana; Organização do espaço, checagem do som e do tripé, preparação de playlist, Filmagem da aula: movimento Dolphin Dive (mergulho do golfinho).
QUARTA-FEIRA 10/03/21	Treino do movimento, checagem dos equipamentos, separar a música na playlist, Filmagem da aula: movimento Suhuffle kick (chute embaralhado)
QUINTA-FEIRA 11/03/21	Treino dos passos a serem trabalhados nesta aula, preparação e checagem do som e tripé, separação da música na playlist, gravação da vídeoaula: Movimento Baby Freeze (bebe congelado)
SEXTA-FEIRA 12/03/21	Organização do espaço, treino do movimento, conferência dos equipamentos, gravação da vídeoaula: <u>Movimento Kip Up (descansar) e Movimento Spider (aranha).</u>

3º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 15/03/21	Planejamento das aulas da semana; Treino e gravação da vídeoaula: Movimento Zulu Spin(volta, céu) com combinação one leg (um passo)
TERÇA-FEIRA 16/03/21	*Reunião pedagógica online pelo Google Meet. Preparação, regulagem do tripé, regulagem do som, preparação de playlist, filmagem da aula: Movimento Combo, freeze the chair (congelar na cadeira)
QUARTA-FEIRA 17/03/21	Treino, checagem dos equipamentos e gravação da vídeoaula do movimento Freeze Head Elbow(congelar cabeça e cotovelo)
QUINTA-FEIRA 18/03/21	Treino do movimento, preparação, regulagem do tripé, checagem no som e filmagem da aula: movimento Zulu Spin + Cc (volta, céu+ cc)
SEXTA-FEIRA 19/03/21	

4º SEMANA

SEGUNDA-FEIRA 22/03/2021	Planejamento das aulas da semana. Preparação, regulagem do tripé, checagem do som, preparação da playlist e filmagem da aula: movimento Octopus(polvo) +
------------------------------------	--



UNIÃO BRASIL
ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

UNIÃO BRASIL KARATE-DO SHITORYU-KAI

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

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