



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

PLANO MENSAL DO PROFESSOR

NOME DO PROFESSOR: LUCAS HERNANDES DE SOUZA

MÊS: JULHO

<u>SEMANA</u>	<u>SEGUNDA</u>	<u>TERÇA</u>	<u>QUARTA</u>	<u>QUINTA</u>	<u>SEXTA</u>
1º				(01/07) - ATESTADO	(02/07) - ATESTADO
2º	(05/07) – Estudo, roteiro para gravação do vídeo – “PRANCHA FRONTAL” Limpeza do espaço Reunião de equipe	(06/07) –Ligações para os pais/responsáveis Digitar o registro de ligações. Elaboração e montagem da apostila mensal TELETRABALHO	(07/07) –Ensaio e gravação do vídeo: “PRANCHA FRONTAL” Limpeza do espaço TELETRABALHO	(08/07) –Monitoramento e acompanhamento das atividades. Entrega das atividades impressas Limpeza do espaço	(09/07) - FERIADO
3º	(12/07) –Estudo, roteiro para gravação do vídeo “PRANCHA LATERAL” Limpeza do espaço Reunião de equipe (online)	(13/07) – Ligações para os pais/responsáveis Digitar o registro de ligações. TELETRABALHO	(14/07) –Ensaio e gravação do vídeo: “PRANCHA LATERAL” Limpeza do espaço Reunião ATPC	(15/07)-Monitoramento e acompanhamento das atividades TELETRABALHO	(16/07) -Plantão de dúvidas . Organização dos relatórios da semana. Limpeza do espaço



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

4º	(19/07) –Estudo, roteiro para gravação do vídeo - “PRANCHA INVERTIDA” Limpeza do espaço TELETRABALHO	(20/07) – Ligações para os pais/responsáveis Digitar o registro de ligações. Limpeza do espaço	(21/07) – Ensaio e gravação do vídeo: “PRANCHA INVERTIDA” TELETRABALHO	(22/07)-Monitoramento e acompanhamento das atividades Plantão para retorno das atividades impressas Limpeza do espaço	(23/07) - Plantão de dúvidas. Organização dos relatórios da semana TELETRABALHO
5º	(26/07) –Estudo, roteiro para gravação do vídeo - “O DESAFIO” Limpeza do espaço Reunião Geral	(27/07) –Ligações para os pais/responsáveis Digitar o registro de ligações. TELETRABALHO	(28/07) –Ensaio e gravação do vídeo: “O DESAFIO” TELETRABALHO	(29/07) - Monitoramento e acompanhamento das atividades Plantão para retorno das atividades impressas Limpeza do espaço	(30/07) - Plantão de dúvidas. Organização dos relatórios do mês. Entrega de fotos TELETRABALHO



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR		
Nome da OSC : Associação Paraíso / Núcleo Vila Mayor		TC :07/2018
Professor :Lucas Hernandes de Souza		Oficina: Iniciação esportiva
Carga horária semanal: 16 horas		Semana de:01/07/2021 à 02/07/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira		00 horas
Terça-feira		00 horas
Quarta-feira		00 horas
Quinta-feira 01/07	Realizei monitoramento remoto aos alunos, feito através de vídeos chamadas e ligações para tirar dúvidas pedagógicas e orientação de como fazer a atividade que passei por vídeo.	08 horas
Sexta-feira 02/07	O plantão de duvidas pedagógicas foi por vídeos chamadas, para os alunos que estão com dificuldades nas atividades escolares.	08 horas
Total de horas da semana		16 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR		
Nome da OSC : Associação Paraíso / Núcleo Vila Mayor		TC : 07/2018
Professor : Lucas Hernandes de Souza		Oficina: Iniciação esportiva
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 05/07/2021 à 09/07/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 05/07	<p>Pesquisa e estudo para o vídeo da semana foi pela Fonte bibliográfica AYOUB, E. Ginástica geral e educação física escolar. 2. ed. Campinas: Ed. UNICAMP, 2007.</p> <p>Desenvolvimento de um roteiro, de forma simples com uma linguagem clara e explicações bem resumida para que não fique confuso e os alunos consiga entender como executar e montar a atividade.</p> <p>Reunião de equipe</p>	08 horas
Terça-feira 06/07	<p>Foram realizadas ligações para os pais e responsáveis, para saber como esta o bem estar dos alunos e se estão conseguindo fazer as atividades.</p>	08 horas
Quarta-feira 07/07	<p>Feito Ensaio, decorado o roteiro e preparação do ambiente para a gravação. Desde checagem da iluminação, até checagem de eco no ambiente. Até deixar o ambiente adequado para gravação da vídeo aula.</p> <p>Feito vídeos testes para verificação de áudio/vídeo</p> <p>Feito gravação da vídeo aula: "PRANCHA FRONTAL". Em acordo com o roteiro desenvolvido anteriormente. Falando de forma bem clara, para melhor compreensão dos alunos do projeto.</p>	08 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Quinta-feira 08/07	Realizei monitoramento remoto aos alunos, feito através de vídeos chamadas e ligações para tirar dúvidas pedagógicas e orientação de como fazer a atividade que passei por vídeo.	08 horas
Sexta-feira 09/07	O plantão de duvidas pedagógicas foi por vídeos chamadas, para os alunos que estão com dificuldades nas atividades escolares.	08 horas
Total de horas da semana		40 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR		
Nome da OSC : Associação Paraíso / Núcleo Vila Mayor		TC : 07/2018
Professor: Lucas Hernandez de Souza		Oficina: Iniciação esportiva
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 12/07/2021 à 16/07/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 12/07	<p>Pesquisa e estudo para o video da semana foi pela Fonte bibliográfica: :KISHIMOTO, T.M. Salas de aulas nas escolas infantis e o uso de brinquedos e materiais pedagógicos. Trabalho apresentado na 23ª reunião da ANPEd, Caxambu, 2000. Disponível em <http://www.anped.org.br/reuniões/23/textos/0722t.PDF>.</p> <p>Desenvolvimento de um roteiro, de forma simples com uma linguagem clara e explicações bem resumida para que não fique confuso e os alunos consiga entender como executar e montar a atividade.</p> <p>Reunião de equipe</p>	08 horas
Terça-feira 13/07	<p>Foram realizadas ligações para os pais e responsáveis, para saber como esta o bem estar dos alunos e se estão conseguindo fazer as atividades.</p> <p>Desenvolvimento de um roteiro, de forma simples com uma linguagem clara e explicações bem resumida para que não fique confuso e os alunos consiga entender como executar e montar a atividade.</p>	08 horas
Quarta-feira 14/07	<p>Feito Ensaio, decorado o roteiro e preparação do ambiente para a gravação. Desde checagem da iluminação e no ambiente. Até deixar o ambiente adequado para gravação da vídeo aula.</p> <p>Feito vídeos testes para verificação de áudio/vídeo</p> <p>Feito gravação da vídeo aula: "PRANCHA LATERAL". Em acordo com o roteiro desenvolvido anteriormente. Falando de forma bem clara, para melhor compreensão dos alunos do projeto.</p>	08 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

	Reunião de ATPC com a coordenadora e educadores.	
Quinta-feira 15/07	Realizei monitoramento remoto aos alunos, feito através de vídeos chamadas e ligações para tirar dúvidas pedagógicas e orientação de como fazer a atividade que passei por vídeo.	08 horas
Sexta-feira 16/07	O plantão de duvidas pedagógicas foi por vídeos chamadas, para os alunos que estão com dificuldades nas atividades escolares.	08 horas
Total de horas da semana		40 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR		
Nome da OSC : Associação Paraíso / Núcleo Vila Mayor		TC : 07/2018
Professor : Lucas Hernandes de Souza		Oficina: Iniciação esportiva
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 19/07/2021 à 23/07/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 19/07	<p>Pesquisa e estudo para o video da semana foi pela Fonte bibliográfica: KISHIMOTO, T.M. Salas de aulas nas escolas infantis e o uso de brinquedos e materiais pedagógicos. Trabalho apresentado na 23ª reunião da ANPEd, Caxambu, 2000. Disponível em <http://www.anped.org.br/reuniões/23/textos/0722t.PDF>.</p> <p>Desenvolvimento de um roteiro, de forma simples com uma linguagem clara e explicações bem resumida para que não fique confuso e os alunos consiga entender como executar e montar a atividade.</p>	08 horas
Terça-feira 20/07	<p>Foram realizadas ligações para os pais e responsáveis, para saber como esta o bem estar dos alunos e se estão conseguindo fazer as atividades.</p> <p>Reunião de Equipe com a coordenadora: reflexão sobre alunos, demanda da semana, vídeo aula, planejamento e conteúdos a serem propostos, avaliando se as nossas ações estão tendo resultados positivos para os alunos.</p>	08 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Quarta-feira 21/07	Feito Ensaio, decorado o roteiro e preparação do ambiente para a gravação. Desde checagem da iluminação e no ambiente. Até deixar o ambiente adequado para gravação da vídeo aula. Feito vídeos testes para verificação de áudio/vídeo Feito gravação da vídeo aula: "PRANCHA INVERTIDA". Em acordo com o roteiro desenvolvido anteriormente. Falando de forma bem clara, para melhor compreensão dos alunos do projeto.	08 horas
Quinta-feira 22/07	Realizei monitoramento remoto aos alunos, feito através de vídeos chamadas e ligações para tirar dúvidas pedagógicas e orientação de como fazer a atividade que passei por vídeo.	08 horas
Sexta-feira 23/07	O plantão de duvidas pedagógicas foi por vídeos chamadas, para os alunos que estão com dificuldades nas atividades escolares. Drive julino	08 horas
Total de horas da semana		40horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR		
Nome da OSC : Associação Paraíso / Núcleo Vila Mayor		TC : 07/2018
Professor : Lucas Hernandes de Souza		Oficina: Iniciação esportiva
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 26/07/2021 à 30/07/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 26/07	<p>Pesquisa e estudo para o vídeo da semana foi pela Fonte bibliográfica AYOUB, E. Ginástica geral e educação física escolar. 2. ed. Campinas: Ed. UNICAMP, 2007.</p> <p>Desenvolvimento de um roteiro, de forma simples com uma linguagem clara e explicações bem resumida para que não fique confuso e os alunos consiga entender como executar e montar a atividade.</p> <p>Reunião geral com a coordenadora: reflexão sobre alunos, demanda da semana, vídeo aula, planejamento e conteúdos a serem propostos, avaliando se as nossas ações estão tendo resultados positivos para os alunos.</p>	08 horas
Terça-feira 27/07	<p>Foram realizadas ligações para os pais e responsáveis, para saber como esta o bem estar dos alunos e se estão conseguindo fazer as atividades.</p>	08 horas
Quarta-feira 28/07	<p>Feito Ensaio, decorado o roteiro e preparação do ambiente para a gravação. Desde checagem da iluminação, até checagem de eco no ambiente. Até deixar o ambiente adequado para gravação da vídeo aula.</p>	08 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

	Feito vídeos testes para verificação de áudio/vídeo Feito gravação da vídeo aula: "O DESAFIO". Em acordo com o roteiro desenvolvido anteriormente. Falando de forma bem clara, para melhor compreensão dos alunos do projeto.	
Quinta-feira 29/07	Realizei monitoramento remoto aos alunos, feito através de vídeos chamadas e ligações para tirar dúvidas pedagógicas e orientação de como fazer a atividade que passei por vídeo.	08 horas
Sexta-feira 30/07	O plantão de duvidas pedagógicas foi por vídeos chamadas, para os alunos que estão com dificuldades nas atividades escolares.	08 horas
Total de horas da semana		40 horas



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

PLANO DE AULA – “PRANCHA FRONTAL”

DATA: 07/07/2021 **PROFESSOR:** Lucas Hernandes de Souza

OFICINA: Iniciação esportiva TURMAS I, II e III

JUSTIFICATIVA: Vídeo aula para levar um conteúdo de qualidade para os alunos do projeto, que estão em isolamento social devido a pandemia.

OBJETIVO GERAL: Ensinar para os alunos, através de vídeo aula

PROCEDIMENTOS: Estudos e preparação de um roteiro coeso, e de fácil entendimento. E gravação da vídeo aula, demonstrando na prática como melhorar a motricidade, agilidade, resistência muscular e do cardio, usando materiais que os alunos tem em casa.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Olá galera, tudo bem? Sou o Lucas Hernandes, professor de iniciação esportiva do projeto Paraíso Vila Mayor.

Hoje o tio Lucas trouxe uma atividade que chama prancha frontal, chamei meu filho Lorenzo, vamos lá?!?!

Coloquei um pano no chão para não machucar o cotovelo, coloca os cotovelos no chão e na ponta dos pés levanta o quadril, ficar por 30 segundos, ajuda a fortalecer a lombar, abdômen, pernas e ombros. É isso, obrigado Lorenzo, Mandem fotos, vídeo espero vocês!

Até mais!!!

LINK DA AULA POSTADA:

<https://youtu.be/La0gvrjnvXw>

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: AYOUB, E. Ginástica geral e educação física escolar. 2. ed. Campinas: Ed. UNICAMP, 2007.



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

PLANO DE AULA – “PRANCHA LATERAL”

DATA: 14/07/2021 **PROFESSOR:** Lucas Hernandes de Souza

OFICINA: Iniciação esportiva TURMAS I, II e III

JUSTIFICATIVA: Vídeo aula para levar um conteúdo de qualidade para os alunos do projeto, que estão em isolamento social devido a pandemia.

OBJETIVO GERAL: Ensinar para os alunos, através de vídeo aula

PROCEDIMENTOS: Estudos e preparação de um roteiro coeso, e de fácil entendimento. E gravação da vídeo aula, demonstrando na prática como melhorar a motricidade, agilidade, resistência muscular e do cardio, usando materiais que os alunos tem em casa.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Olá galera, tudo bem? Sou o Lucas Hernandes, professor de iniciação esportiva do projeto Paraíso Vila Mayor.

Como na aula passada passei a prancha frontal, hoje vamos fazer a prancha lateral, chamei a Juju para mostra como faz o movimento, vamos lá?!?!?! Coloquei um pano no chão para colocar o cotovelo, e de lado vai levantar o quadril. E ficando por 30 segundos de um lado e depois do outro, É isso galera, obrigado Juju!!!

Mandem fotos e vídeos, assistam nossas aulas, curta e compartilha.

Até a próxima!!!

LINK DA AULA POSTADA:

<https://youtu.be/TTcCJVHa20I>

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: : AYOUB, E. Ginástica geral e educação física escolar. 2. ed. Campinas: Ed. UNICAMP, 2007.



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

PLANO DE AULA – “PRANCHA INVERTIDA”

DATA: 21/07/2021 **PROFESSOR:** Lucas Hernandes de Souza

OFICINA: Iniciação esportiva TURMAS I, II e III

JUSTIFICATIVA: Vídeo aula para levar um conteúdo de qualidade para os alunos do projeto, que estão em isolamento social devido a pandemia.

OBJETIVO GERAL: Ensinar para os alunos, através de vídeo aula

PROCEDIMENTOS: Estudos e preparação de um roteiro coeso, e de fácil entendimento. E gravação da vídeo aula, demonstrando na prática como melhorar a motricidade, agilidade, resistência muscular e do cardio, usando materiais que os alunos tem em casa.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Olá galera, tudo bem? Sou o Lucas Hernandes, professor de iniciação esportiva do projeto Paraíso Vila Mayor.

Hoje eu trouxe a prancha inversa, chamei a Bianca e a Manu para fazer nossa aula. Sentado no chão, com o apoio das mãos levanta o quadril, deixa a cabeça reta de acordo com a coluna, para relaxar o pescoço, manter por 30 segundos nessa posição. Obrigado meninas!!!

Mandem fotos, vídeos e participem das aulas!!!

Valeu galera. Até a próxima. fuuuui!!!

LINK DA AULA POSTADA:

https://youtu.be/cp3ZTaY93_w

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: : AYOUB, E. Ginástica geral e educação física escolar. 2. ed. Campinas: Ed. UNICAMP, 2007.



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

PLANO DE AULA – “O DESAFIO”

DATA: 28/07/2021 PROFESSOR: Lucas Hernandes de Souza

OFICINA: Iniciação esportiva TURMAS I, II e III

JUSTIFICATIVA: Vídeo aula para levar um conteúdo de qualidade para os alunos do projeto, que estão em isolamento social devido a pandemia.

OBJETIVO GERAL: Ensinar para os alunos, através de vídeo aula

PROCEDIMENTOS: Estudos e preparação de um roteiro coeso, e de fácil entendimento. E gravação da vídeo aula, demonstrando na prática como melhorar a motricidade, agilidade, resistência muscular e do cardio, usando materiais que os alunos tem em casa.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Olá galera, tudo bem? Sou o Lucas Hernandes, professor de iniciação esportiva do projeto Paraíso Vila Mayor.

Hoje eu trouxe um desafio para vocês, durante esse mês aprendemos as três pranchas, certo?!?!? E o desafio é fazer as três girando sem parar.

Vamos lá? Começamos com a prancha invertida, depois giramos para a lateral, passamos para a frontal e finalizamos na lateral para o outro lado.

Desafio feito, agora é com vocês!!!

Mandem fotos e videos!!!

Até a proxima!!!

LINK DA AULA POSTADA:

<https://youtu.be/ONkOgD0aKzs>



Projeto
Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: : AYOUB, E. Ginástica geral e educação física escolar. 2. ed. Campinas: Ed. UNICAMP, 2007.

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____