



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

Termo de Colaboração SME N. 004/2018
RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES
MÊS: Setembro /2021

Nome do Professor: Eduardo Viana Remundino
Oficina: Artes Marciais / Kung Fu
Quantidade total de horas-aula desenvolvida: 42

Atividades Desenvolvidas:

Continuando o processo de desenvolvimento psicomotor através do desenvolvimento da coordenação, lateralidade, concentração e resistência física, iniciamos neste mês o aprendizado dos alunos da primeira sequencia de movimentos do Kung Fu tradicional Fei Hok Phai conhecido como formas ou “Kati”, esta sequencia desenvolve todos estes aspectos, inclusive memoria, além disso neste mês demos continuidade ao treinamento das posturas tradicionais principais, dos chutes básicos e movimentos básicos de punhos.

Conclusão:

As crianças tiveram bom aproveitamento conseguindo treinarem juntas e apresentarem os movimentos do Kati em grupo melhorando seu nível de envolvimento com o grupo e socialização e também corrigindo as falhas de lateralidade.

Assinatura do Professor: _____



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

DATA: 26/08/2021

PROFESSOR: Eduardo Viana Remundino

OFICINA: Artes Marciais

TURMAS: 1, 2 e 3

TEMA: Lim Pou Chuan partes 1 e 2

JUSTIFICATIVA:

Com o chegada do introdutor do Kung Fu no Brasil , o grão mestre Chiu Ping Lok em 1961 , a prática dos Katis ou movimentos regulares de posturas, passos e punhos foi disseminada em nosso país como exercício de desenvolvimento de habilidades marciais, o primeiro e muito importante “Kati” é conhecido como Lin Pou Chuan que em sua tradução literal significa exercícios de passos e punhos ou treinar passos e punhos, cuja função de fortalecimento de posturas e bases e melhoria de coordenação motora e lateralidade é muito reconhecido pela comunidade de Kung Fu no Brasil, por isso escolhemos esta sequencia para ensinar os alunos nesse momento de volta a aula presencial.

OBJETIVO GERAL:

Que os alunos aprendam a primeira e segunda parte do Lin Pou Chuan

PROCEDIMENTOS:

Ensinar a abrir os 4 passos, executar a primeira parte com 4 socos para frente e a segunda parte que trabalha os lados direita e esquerda e a coordenação de braços e posturas.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Gravar a vídeo aula explicando como executar a parte 1 e 2 do Lin Pou Chuan para os alunos em casa conseguirem acompanhar o aprendizado dos alunos presenciais.

LINK DA AULA POSTADA:

https://youtu.be/_OOdY24yN74

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

União Fei Hok Phai Kung Fu Wushu do Brasil: <http://uniaofhp.com.br/>

Livro: **Breve História do Kung Fu**, Wiliam Azevedo, Carlos Gutierrez e Mei Chung, Editora Madras

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____



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

DATA: 02/09/2021

PROFESSOR: Eduardo Viana Remundino

OFICINA: Artes Marciais

TURMAS: 1, 2 e 3

TEMA: Lim Pou Chuan partes 3 e 4

JUSTIFICATIVA:

Com o chegada do introdutor do Kung Fu no Brasil , o grão mestre Chiu Ping Lok em 1961 , a prática dos Katis ou movimentos regulares de posturas, passos e punhos foi disseminada em nosso país como exercício de desenvolvimento de habilidades marciais, o primeiro e muito importante “Kati” é conhecido como Lin Pou Chuan que em sua tradução literal significa exercícios de passos e punhos ou treinar passos e punhos, cuja função de fortalecimento de posturas e bases e melhoria de coordenação motora e lateralidade é muito reconhecido pela comunidade de Kung Fu no Brasil, por isso escolhemos esta sequencia para ensinar os alunos nesse momento de volta a aula presencial.

OBJETIVO GERAL:

Que os alunos aprendam a terceira e quarta parte do Lin Pou Chuan

PROCEDIMENTOS:

Ensinar a esquivas lateral fortalecendo os membros inferiores e trabalhando o tempo de resposta (reflexo motor) para esquivas e a quarta parte com equilíbrio sobre uma perna só em ambos os lados.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Gravar a vídeo aula explicando como executar a parte 3 e 4 do Lin Pou Chuan para os alunos em casa conseguirem acompanhar o aprendizado dos alunos presenciais.

LINK DA AULA POSTADA:

<https://youtu.be/BUcbHvYtFB8>

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

União Fei Hok Phai Kung Fu Wushu do Brasil: <http://uniaofhp.com.br/>

Livro: **Breve História do Kung Fu**, Wiliam Azevedo, Carlos Gutierrez e Mei Chung, Editora Madras

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____



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

DATA: 09/09/2021

PROFESSOR: Eduardo Viana Remundino

OFICINA: Artes Marciais

TURMAS: 1, 2 e 3.

TEMA: Lim Pou Chuan partes 5 e 6

JUSTIFICATIVA:

Com o chegada do introdutor do Kung Fu no Brasil , o grão mestre Chiu Ping Lok em 1961 , a prática dos Katis ou movimentos regulares de posturas, passos e punhos foi disseminada em nosso país como exercício de desenvolvimento de habilidades marciais, o primeiro e muito importante “Kati” é conhecido como Lin Pou Chuan que em sua tradução literal significa exercícios de passos e punhos ou treinar passos e punhos, cuja função de fortalecimento de posturas e bases e melhoria de coordenação motora e lateralidade é muito reconhecido pela comunidade de Kung Fu no Brasil, por isso escolhemos esta sequencia para ensinar os alunos nesse momento de volta a aula presencial.

OBJETIVO GERAL:

Que os alunos aprendam a quinta e sexta parte do Lin Pou Chuan

PROCEDIMENTOS:

Ensinar os alunos a técnica do Hok Tui, chute da garça presente na quinta parte onde trabalha o equilíbrio e precisão e na sexta parte a defesa lateral utilizando a perna da frente em equilíbrio com a perna de trás e contragolpe chutando com a perna que está elevada.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Gravar a vídeo aula explicando como executar a parte 5 e 6 do Lin Pou Chuan para os alunos em casa conseguirem acompanhar o aprendizado dos alunos presenciais.

LINK DA AULA POSTADA:

https://youtu.be/fo99_NJaWAY

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

União Fei Hok Phai Kung Fu Wushu do Brasil: <http://uniaofhp.com.br/>

Livro: **Breve História do Kung Fu**, Wiliam Azevedo, Carlos Gutierrez e Mei Chung, Editora Madras

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____



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

DATA: 16/09/2021

PROFESSOR: Eduardo Viana Remundino

OFICINA: Artes Marciais

TURMAS: 1, 2 e 3.

TEMA: Lim Pou Chuan saudação e movimento completo

JUSTIFICATIVA:

Com o chegada do introdutor do Kung Fu no Brasil , o grão mestre Chiu Ping Lok em 1961 , a prática dos Katis ou movimentos regulares de posturas, passos e punhos foi disseminada em nosso país como exercício de desenvolvimento de habilidades marciais, o primeiro e muito importante “Kati” é conhecido como Lin Pou Chuan que em sua tradução literal significa exercícios de passos e punhos ou treinar passos e punhos, cuja função de fortalecimento de posturas e bases e melhoria de coordenação motora e lateralidade é muito reconhecido pela comunidade de Kung Fu no Brasil, por isso escolhemos esta sequencia para ensinar os alunos nesse momento de volta a aula presencial.

OBJETIVO GERAL:

Que os alunos aprendam a saudação tradicional de 6 movimentos utilizada no inicio e final da forma

PROCEDIMENTOS:

Ensinar a saudação tradicional e sua funcionalidade.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Gravar a vídeo aula explicando sobre a saudação tradicional da forma Lin Pou Chuan e suas funções de defesa e ataque presentes no movimento de inicio de final da forma.

LINK DA AULA POSTADA:

https://youtu.be/mD_cctC6sDQ

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

União Fei Hok Phai Kung Fu Wushu do Brasil: <http://uniaofhp.com.br/>

Livro: **Breve História do Kung Fu**, Wiliam Azevedo, Carlos Gutierrez e Mei Chung, Editora Madras

Assinatura do Professor: _____

Assinatura da Coordenadora: _____