



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

Termo de Colaboração SME N. 005/2018

PROFESSOR: Cleber Flores Batista

OFICINA: Capoeira

MÊS: Novembro/Dezembro

<u>SEMANA</u>	<u>SEGUNDA</u>	<u>TERÇA</u>	<u>QUARTA</u>	<u>QUINTA</u>	<u>SEXTA</u>
1º TÉCNICAS DE CHUTES DA CAPOEIRA E TÉCNICAS DE GOLPES FRONTAIS		(23/11) – Neste dia ministrei aula sobre técnicas de chutes da capoeira			(26/11) –: Hoje foi dia de ministrar a aula sobre técnicas de golpes frontais
2º BASE DE FINTA DE GOLPE E VARIEDADE DE GOLPES GIRATÓRIOS		(30/11) - Hoje foi dia de passar uma aula prática sobre base de finta de golpe.			(03/12) – Hoje foi dia de estar ministrando a aula para os alunos sobre variedade de golpes giratórios
3º GOLPES DE BASE DE CINTURA E BASE TROCADA.		(07/12) – Hoje foi passado aos alunos uma alua sobre golpes de base de cintura			(10/12) – Nesta aula foi passado aos alunos uma aula sobre base trocada.
4º TÉCNICA DE RASTEIRA DE MÃO E DEFESA DE RASTEIRA		(14/12) – Neste dia foi passado uma aula sobre técnica de rasteira de mão.			(17/12) – Hoje foi passado aos alunos uma aula sobre defesa de rasteira

Rua Beatriz Da Conceição Nº340 – Bairro Solo Sagrado

CEP: 15044-025 - Telefone: (17) 3363-7668 - São José do Rio Preto/SP

E-mail: mundonovopinheiro@gmail.com - Site: <https://mundonovopinheiro.wixsite.com/paraiso>



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

Termo de Colaboração SME N. 005/2018
RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES
MÊS: 21 Novembro a 20 Dezembro /2021

Nome do Professor: Cleber Flores Batista
Oficina: Capoeira
Turma: 1, 2 e 3
Núcleo: Pinheirinho
Quantidade total de horas-aula desenvolvida: 48

Atividades Desenvolvidas:

Técnicas de chutes e golpes da capoeira: Nesta aula foi trabalhado com os alunos sobre a técnica de chute da capoeira e técnicas de golpes frontais. Trabalhamos com as crianças as etapas de cada golpe especificando cada movimento na sua técnica, introduzindo aos alunos o entendimento de cada golpe no seu contexto dentro da roda de capoeira, para que eles possam aplicar o golpe sem causar nenhuma lesão a si próprio e também nenhuma lesão ao seu oponente, tendo total controle da técnica de cada chute e golpe oferecido nesta oficina. Trabalhamos as variedades dos golpes giratórios e golpes de base de cintura, onde foi oferecido aos alunos a variedade de golpes giratórios, armada, chapéu-de-couro, pisão rodado, melo de frente com armada, golpes esses que utilizamos dentro da roda de capoeira, orientando a criança onde e quando podem ser aplicado esses golpes dentro da roda. Trabalhamos também as bases de golpes de cintura que são golpes que são aplicados na linha de cintura do seu oponente, foi passado as técnicas de cada golpe a sua função e o momento que o aluno deve estar executando o golpe para que ele conclua o seu objetivo. Nesta aula foi oferecido aos alunos os golpes de base trocada e base de finta de golpe, onde o aluno possa ter uma segurança maior na roda, uma estabilidade dentro da técnica, pois através das bases que foi passado aos alunos podem desenvolver e aplicar os golpes com mais facilidade. O objetivo é assar a base inicial, pois tudo começa com uma base bem aplicada e nessas bases os alunos eles aprenderam os fundamentos e a necessidade de ter uma postura dentro da roda de capoeira, para aplicar golpes de ataque e se defender com a postura correta. Realizamos uma aula sobre defesas onde o aluno consegue realizar movimentos dentro da roda tais como defesa de rasteira e rasteira de mão, pois o aluno consegue gingar na roda com os golpes que foram aprendidos durante as aulas anteriores.

Conclusão:

Através destas aulas deste mês que foi oferecido aos alunos eu concluo que os alunos tiveram uma absorção esperada aonde foi apurado técnicas golpes e esquivas bases defesas rasteiras e assim o aluno pode se sentir mais seguro e também mostrar dentro da roda de capoeira sua evolução no seu aprendizado e tudo que foi passado a eles foi identificado quando os alunos jogaram capoeira na roda foi também percebido que cada aluno estava mais seguro de si mesmo para jogar capoeira aplicando os ataques as defesas e toda a aula que foi passado esse mês foi muito proveitosa essas aulas deste mês e teve uma ótima evolução cada aluno que participou das aulas anteriores.

Assinatura do Professor

Assinatura Coordenador