



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

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO

TERMO DE COLABORAÇÃO 05/2018

RELATÓRIO DE ATIVIDADES MENSAL

OFICINA DE CAPOEIRA

REF. SETEMBRO /2022



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

PLANO MENSAL

Termo de Colaboração SME N. 005/2018

PROFESSOR: CLEBER FLORES BATISTA

OFICINA: CAPOEIRA

MÊS: AGOSTO E SETEMBRO/2022

<u>SEMANA</u>	<u>SEGUNDA</u>	<u>TERÇA</u>	<u>QUARTA</u>	<u>QUINTA</u>	<u>SEXTA</u>
1° Técnica de golpes lateral		(23/08) –Técnica de golpes lateral parte 1			(29/07) - Técnica de golpes lateral parte 2
2° Técnica de golpes frontais		(02/08) –Técnica de golpes frontais parte 1			(05/08) - Técnica de golpes frontais parte 2
3° Técnica de golpes de recuo		(09/08) –Técnica de golpes de recuo parte 1			(12/08) - Técnica de golpes de recuo parte 2
4° Técnica de golpes invertidos		(16/08) –Técnica de golpes invertidos parte 1			(19/08) – Técnica de golpes invertidos parte 2
5° Revisão das aulas anterior		(16/08) –Revisão das aulas anteriores parte 1			(16/08) –Revisão das aulas anteriores parte 2



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: Setembro /2022

Nome do Professor: Cleber Flores Batista
Oficina: Capoeira
Turma: 1, 2 e 3
Núcleo: Pinheirinho
Quantidade total de horas-aula desenvolvida: 54 Horas

Atividades Desenvolvidas: As atividades desenvolvidas neste mês foram atividades relacionadas às técnicas da capoeira, técnica de golpes laterais, frontais, recuo e invertidos. Foi revisado também todas as aulas que foram passadas, cada golpe que foi passado e explicado aos alunos para o seu crescimento. Está abaixo todos os conteúdos que foram oferecidos este mês para os alunos do projeto:

1. Técnica de golpes lateral
2. Técnica de golpes frontais
3. Técnica de golpes de recuo
4. Técnica de golpes invertidos
5. Revisão das aulas anteriores

Objetivos: O objetivo é levar os alunos a entender a importância de cada técnica, cada posição, cada expressão corporal e quando aplicar um golpe, para que eles não tenham lesão e para que eles se fortaleçam ao praticar todos os golpes, pois a técnica leva um aluno a perfeição de cada movimento. Também entender a importância de ser um atleta técnico para assim ter uma melhor qualidade de vida e estabelecer um desempenho favorável a cada indivíduo dentro das aulas de capoeira.

Resultados alcançados e benefícios: Os alunos conseguiram executar com facilidade e entender a importância de aplicar cada golpe com técnica e precisão e assim estão praticando mais e mais os golpes que foram passados e aprimorando as técnicas para o seu crescimento pessoal, seu crescimento dentro da capoeira e seu fortalecimento, para que ele possa a cada dia mais se desenvolver com esforço e dedicação. Com essas aulas os alunos tiveram uma ótima qualidade e puderam entender a importância da técnica da arte marcial capoeira.

Assinatura do Professor

Assinatura do Coordenador



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

FOTOS

