



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. OUTUBRO /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:** OUTUBRO/2022

<u>SEMANA</u>	<u>SEGUNDA</u>	<u>TERÇA</u>	<u>QUARTA</u>	<u>QUINTA</u>	<u>SEXTA</u>
1º TÉCNICA DE MOVIMENTOS DE FLOREIO					(23/09) Hoje a aula foi sobre Técnica de movimentos de floreio parte 1
2º MOVIMENTOS DE DEFESA		(27/09) Foi dia de passar aula sobre Técnica de movimentos de floreio parte 2			
3º Técnica de golpes DE LINHA		(04/10) hoje foi passado uma aula sobre movimentos de defesa parte 1			(07/10) Hoje foi passado uma aula sobre movimentos de defesa parte 2
4º TÉCNICA DE GOLPES GIRATORIOS INVERTIDOS		(11/10) Hoje foi dia de passar uma aula sobre Técnica de golpes giratórios invertidos parte 1			(14/10) Hoje foi dia de passar uma aula sobre Técnica de golpes giratórios invertidos parte 2
5º REPASSE DAS AULAS ANTERIOR		(18/10) Hoje foi dia de passar uma aula sobre repasse das aulas anterior.			



# 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: OUTUBRO /2022

Nome do Professor: Cleber Flores Batista
Oficina: Capoeira
Turma: 1, 2 e 3
Núcleo: Pinheirinho
Quantidade total de horas-aula desenvolvida: 42 Horas

#### Atividades Desenvolvidas:

- Técnicas de movimento de floreio
- Movimentos de defesa
- Técnicas de golpes de linha
- Repasse das aulas anteriores
- Técnica de golpes laterais frontais e recuo invertidos

#### Objetivos:

O objetivo alcançar neste mês com as aulas oferecidas sobre as técnicas dos golpes da capoeira aonde temos a diversidade de golpes, de estilos de golpes tanto laterais frontais de recuo invertidos. Podemos assim levar aos alunos a entender a importância de cada técnica cada posição cada expressão corporal quando aplicar um golpe para que eles não tenham lesão para que se fortaleçam ao praticar todos os golpes pois a técnica leva um aluno a perfeição de cada movimento e que eles entendam este mês a importância de ser um atleta técnico para sim ter uma melhor qualidade de vida e estabelecer um desempenho favorável a cada indivíduo dentro das aulas de capoeira.

#### Resultados alcançados e benefícios:

As aulas foram repassadas onde o aluno pode tirar qualquer tipo de dúvida que eles possam ter adquirido. 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 no seu crescimento dentro da capoeira para o seu fortalecimento para que ele possa a cada dia mais se desenvolver com esforço e dedicação.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Professor

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Coordenador

## FOTOS

