



# 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: Dezembro /2022**

Nome do Professor: Alan Moreira
Oficina: Futebol/Futsal
Turma: 1, 2 e 3
Núcleo: Pinheirinho

### **Atividades Desenvolvidas:**

Nesse mês realizamos atividades baseadas nos fundamentos chute e cabeceio, com bastante empenho e dedicação nas atividades propostas, as aulas ocorreram com ótimos rendimentos, tanto individual quanto em equipe. Desenvolvendo assim a melhoria desses dois fundamentos, sendo um dos principais fundamentos futebol.

Além dos fundamentos, trabalhamos a parte física, com exercícios de velocidade, visando a melhoria física coletiva e individual.

- Goleiro artilheiro- Atividade em dupla, desenvolvendo os fundamentos de posse, domínio e finalização, além de trabalhar a socialização e cooperação entre os alunos.

- Jogo do bobinho - Atividade de aperfeiçoamento no fundamento passe e desarme de bola.

- Jogo “ Linha ” Atividade para aprimorar os fundamentos do futsal, tais como: chute, passe e domínio de bola, execução dos fundamentos e cooperação entre os alunos.

- Circuito de velocidade - Exercícios de velocidade cronometrado, visando agilidade e rapidez.

- Jogo propriamente dito. - Cada aluno tem direito de no máximo a 5 passes de bola no jogo, interagindo e aprimorando os fundamentos, como o passe e chute ao gol.

### **Objetivos:**

Atividades que trabalhem parte física, além de aprimoramento dos fundamentos básicos do futebol.

### **Resultados alcançados e benefícios:**

Todos os alunos tiveram um bom desempenho, tanto na participação quanto na socialização.

Rua Beatriz Da Conceição nº 340 - Bairro: Solo Sagrado-CEP: 15044-120

Telefone: (17) 3363-7668 e (17)99667-4536 - São José do Rio Preto/SP

E-mail: [mundonovopinheirinho@gmail.com](mailto:mundonovopinheirinho@gmail.com) – Site: <https://www.projetomundonovo.org.br>