



# Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de Abril de 1964

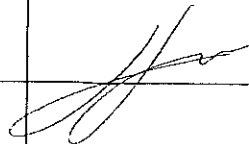
Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

Rua: Silva Jardim, 3925- Santa Cruz - CEP: 15014-050

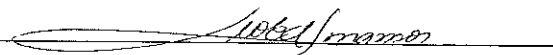
São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

Tel.: (17) 3232-2678- Cel.(17) 99658-8725

Site: centrossc.com.br - E-mail: cssantacruz@terra.com.br

| ROTINA SEMANAL DO MONITOR           |                          |                                                                                       |
|-------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Centro Social Santa Cruz            |                          | Abril                                                                                 |
| Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor |                          | Oficina: Judô                                                                         |
| Carga horária semanal: 04 horas     |                          | 01/04/2021 a 02/04/2021                                                               |
|                                     | Atividades desenvolvidas | Horas                                                                                 |
| Segunda-Feira                       |                          |                                                                                       |
| Terça-Feira                         |                          |                                                                                       |
| Quarta-Feira                        |                          | 00 horas                                                                              |
| Quinta-feira<br>01/04               |                          |                                                                                       |
| Sexta-feira<br>02/04                |                          |  |
| Total de horas da semana            |                          | 00 horas                                                                              |

Declaro que as atividades constantes nessa rotina semanal foram por mim realizadas:





# Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de Abril de 1964

Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

Rua: Silva Jardim, 3925- Santa Cruz - CEP: 15014-050

São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

Tel.: (17) 3232-2678- Cel.(17) 99658-8725

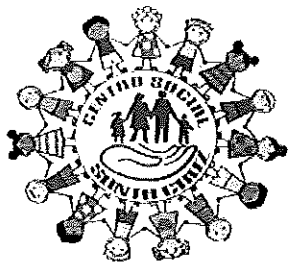
Site: centrossc.com.br - E-mail: cssantacruz@terra.com.br

## ROTINA SEMANAL DO MONITOR

|                                     |                                                                                                                                                                             |                         |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| Centro Social Santa Cruz            |                                                                                                                                                                             | Abril                   |
| Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor |                                                                                                                                                                             | Oficina: Judô           |
| Carga horária semanal: 04 horas     |                                                                                                                                                                             | 05/04/2021 a 09/04/2021 |
|                                     | Atividades desenvolvidas                                                                                                                                                    | Horas                   |
| Segunda-Feira<br>05/04              |                                                                                                                                                                             |                         |
| Terça-Feira<br>06/04                |                                                                                                                                                                             |                         |
| Quarta-Feira<br>07/09               | Realizei pesquisa em várias páginas da internet e redes sociais na área de judô.<br>Fiz a higienização do tatami e preparei o material<br>Fiz a gravação e editei os vídeos | 04 horas                |
| Quinta-feira<br>08/04               |                                                                                                                                                                             |                         |
| Sexta-feira<br>09/04                |                                                                                                                                                                             |                         |
| Total de horas da semana            |                                                                                                                                                                             | 04 horas                |

Declaro que as atividades constantes nessa rotina semanal foram por mim realizadas:





# Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de Abril de 1964

Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

Rua: Silva Jardim, 3925- Santa Cruz - CEP: 15014-050

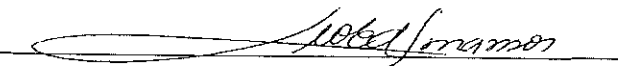
São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

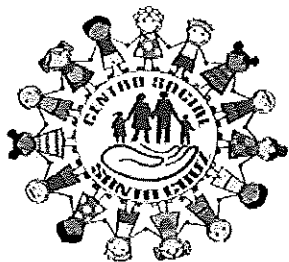
Tel.: (17) 3232-2678- Cel.(17) 99658-8725

Site: centrossc.com.br - E-mail: cssantacruz@terra.com.br

| ROTINA SEMANAL DO MONITOR           |                                                                                                                                                                                                   |                                    |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| Centro Social Santa Cruz            |                                                                                                                                                                                                   | Abril                              |
| Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor |                                                                                                                                                                                                   | Oficina: Judô                      |
| Carga horária semanal: 04 horas     |                                                                                                                                                                                                   | Semana de: 12/04/2021 a 16/04/2021 |
|                                     | Atividades desenvolvidas                                                                                                                                                                          | Horas                              |
| Segunda-feira<br>12/04              |                                                                                                                                                                                                   |                                    |
| Terça-feira<br>13/04                |                                                                                                                                                                                                   |                                    |
| Quarta-feira<br>14/04               | Realizei pesquisa em várias páginas da internet e redes sociais na área de judô.<br>Fiz a higienização do tatami e preparei o material<br>Fiz a transmissão da aula e gravação para depois editar | 04 horas                           |
| Quinta-feira<br>15/04               |                                                                                                                                                                                                   |                                    |
| Sexta-feira<br>16/04                |                                                                                                                                                                                                   |                                    |
| Total de horas da semana            |                                                                                                                                                                                                   | 04 horas                           |

Declaro que as atividades constantes nessa rotina semanal foram por mim realizadas:





# Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de Abril de 1964

Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

Rua: Silva Jardim, 3925- Santa Cruz - CEP: 15014-050

São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

Tel.: (17) 3232-2678- Cel.(17) 99658-8725

Site: centrossc.com.br - E-mail: cssantacruz@terra.com.br

| ROTINA SEMANAL DO MONITOR           |                          |                                    |
|-------------------------------------|--------------------------|------------------------------------|
| Centro Social Santa Cruz            |                          | Abril                              |
| Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor |                          | Oficina: Judô                      |
| Carga horária semanal: 04 horas     |                          | Semana de: 19/04/2021 a 23/04/2021 |
|                                     | Atividades desenvolvidas | Horas                              |
| Segunda-feira<br>19/04              |                          |                                    |
| Terça-feira<br>20/04                |                          |                                    |
| Quarta-feira<br>21/04               | FERIADO                  | 00 horas                           |
| Quinta-feira<br>22/04               |                          |                                    |
| Sexta-feira<br>23/04                |                          |                                    |
| Total de horas da semana            |                          | 00 horas                           |

Declaro que as atividades constantes nessa rotina semanal foram por mim realizadas:





# Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de Abril de 1964

Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

Rua: Silva Jardim, 3925- Santa Cruz - CEP: 15014-050

São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

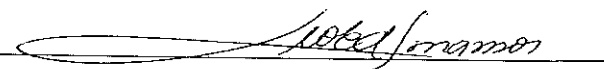
Tel.: (17) 3232-2678- Cel.(17) 99658-8725

Site: centrossc.com.br - E-mail: cssantacruz@terra.com.br

## ROTINA SEMANAL DO MONITOR

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                    |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| Centro Social Santa Cruz            |                                                                                                                                                                                                                                                               | Abril                              |
| Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor |                                                                                                                                                                                                                                                               | Oficina: Judô                      |
| Carga horária semanal: 04 horas     |                                                                                                                                                                                                                                                               | Semana de: 26/04/2021 a 30/04/2021 |
|                                     | Atividades desenvolvidas                                                                                                                                                                                                                                      | Horas                              |
| Segunda-feira<br>26/04              |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                    |
| Terça-feira<br>27/04                |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                    |
| Quarta-feira<br>28/04               | Realizei pesquisa em várias páginas da internet e redes sociais na área de judô.<br>Fiz a higienização do tatami e preparei o material para a realização da aula on-line ao vivo<br>Fiz a transmissão da aula ao vivo e a gravação para depois fazer a edição | 04 horas                           |
| Quinta-feira<br>29/04               |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                    |
| Sexta-feira<br>30/04                |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                    |
| Total de horas da semana            |                                                                                                                                                                                                                                                               | 04 horas                           |

Declaro que as atividades constantes nessa rotina semanal foram por mim realizadas:





# Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de Abril de 1964

Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

Rua: Silva Jardim, 3925- Santa Cruz - CEP: 15014-050

São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

Tel.: (17) 3232-2678- Cel.(17) 99658-8725

Site: centrossc.com.br - E-mail: cssantacruz@terra.com.br

## PLANO DE AULA – AULA DE JUDÔ

DATA: 10/04/2021    MONITOR: LÉO EDUARDO SECCHES MANSOR    OFICINA: JUDÔ    TURMAS: A,B,C,D, e E.

**JUSTIFICATIVA:** Vídeo aula para levar um conteúdo de qualidade para os alunos do projeto, que estão em isolamento social devido a pandemia, ensinando golpes de judô.

**OBJETIVO GERAL:** Pesquisa e preparação da rotina do vídeo aula de fácil entendimento. Preparação e montagem do equipamento para a transmissão ao vivo via aplicativo ZOOM MEETING e posterior gravação do vídeo aula executando exercício de auxiliará na pratica do Judô.

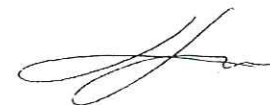
### **ROTEIRO DE VÍDEO AULA:**

**VIDEO AULAS** “Olá garotada, tudo bem? Professor Léo Mansor do Judô do Centro Social Santa Cruz. Hoje vamos fazer essa aula ao vivo via aplicativo para nos interagir, deixei o vídeo e microfone ligados e qualquer dúvida perguntem. Eu espero que todos estejam bem e se cuidando.” Após o cumprimento inicial, tradicional no Judô, foram feitos exercício de aquecimento articular e muscular para depois praticarmos o *de-ashi-barai* e o *o-soto-gari* sem a utilização de material para facilitar a execução. Durante a aula foram corrigidas a execução dos movimentos dos alunos e interagido com eles, no final proposto uma atividade lucida, o vivo/morto. Encerrando a aula com o cumprimento tradicional do Judô. Tendo a seguir fazer a gravação da aula.

**REFERÊNCIA BIBLIOGRAFICA:** [www.fpj.com.br](http://www.fpj.com.br) e [www.cbj.com.br](http://www.cbj.com.br)

Assinatura da Monitor: \_\_\_\_\_ 

Assinatura da Pedagoga: \_\_\_\_\_ 





# Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de Abril de 1964

Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

Rua: Silva Jardim, 3925- Santa Cruz - CEP: 15014-050

São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

Tel.: (17) 3232-2678- Cel.(17) 99658-8725

Site: centrossc.com.br - E-mail: cssantacruz@terra.com.br

## PLANO DE AULA – AULA DE JUDÔ

**DATA:** 28/04/2021    **MONITOR:** LÉO EDUARDO SECCHES MANSOR    **OFICINA:** JUDÔ    **TURMAS:** A,B,C,D, e E.

**JUSTIFICATIVA:** Vídeo aula para levar um conteúdo de qualidade para os alunos do projeto, que estão em isolamento social devido a pandemia, ensinando golpes de judô.

**OBJETIVO GERAL:** Pesquisa e preparação da rotina do vídeo aula de fácil entendimento. Preparação e montagem do equipamento para a transmissão ao vivo via aplicativo ZOOM MEETING e posterior gravação do vídeo aula executando exercício de auxiliará na pratica do Judô.

### **ROTEIRO DE VÍDEO AULA:**

**VIDEO AULAS** “Olá garotada, tudo bem? Professor Léo Mansor do Judô do Centro Social Santa Cruz. Hoje vamos fazer essa aula ao vivo via aplicativo para nos interagir, deixei o vídeo e microfone ligados e qualquer dúvida perguntem. Eu espero que todos estejam bem e se cuidando.” Após o cumprimento inicial, tradicional no Judô, foram feitos exercício de aquecimento articular e muscular para depois praticarmos o *de-ashi-barai* e o *o-soto-gari* com a utilização da faixa do judô ou uma toalha que os alunos deveriam providenciar com a autorização dos responsáveis, para facilitar a execução. Durante a aula foram corrigidas a execução dos movimentos dos alunos e interagido com eles, no final proposto uma atividade lucida, o vivo/morto. Encerrando a aula com o cumprimento tradicional do Judô. Tendo a seguir fazer a gravação da aula.

**REFERÊNCIA BIBLIOGRAFICA:** [www.fpj.com.br](http://www.fpj.com.br) e [www.cbj.com.br](http://www.cbj.com.br)

Assinatura da Monitor: \_\_\_\_\_  


Assinatura da Pedagoga: \_\_\_\_\_  