



Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de março 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

Fevereiro

Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor

Oficina: Judô

Carga horária semanal: 04 horas

01/02/2021 a 05/02/2021

	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-Feira 01/02		
Terça-Feira 02/02		
Quarta-Feira 03/02	Realizei pesquisa em várias páginas da internet e redes sociais na área de judô. Fiz a higienização do tatame e preparei o material Fiz a gravação e editei os vídeos.	04 horas
Quinta-feira 04/02		
Sexta-feira 05/02		
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 março 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

Fevereiro

Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor

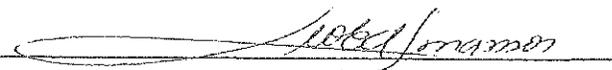
Oficina: Judô

Carga horária semanal: 04 horas

Semana de: 08/02/2021 a 12/02/2021

	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 08/02		
Terça-feira 09/02		
Quarta-feira 10/02	Realizei pesquisa em várias páginas da internet e redes sociais na área de judô. Fiz a higienização do tatame e preparei o material Fiz a gravação e editei os vídeos	04 horas
Quinta-feira 11/02		
Sexta-feira 12/02		
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 março de 1964

Projeto Criança Feliz Projeto Assistencial Aparecida Martins Clemente

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

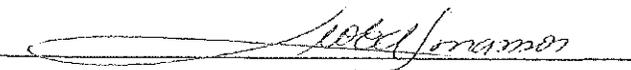
São José do Rio Preto- SP - CNPJ 59.998.211/0001-08

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		Fevereiro
Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor		Oficina: Judô
Carga horária semanal: 04 horas		Semana de: 15/02/2021 a 19/02/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 15/02		
Terça-feira 16/02		
Quarta-feira 17/02	Realizei pesquisa em várias páginas da internet e redes sociais na área de judô. Fiz a higienização do tatame e preparei o material Fiz a gravação e editei os vídeos	04 horas
Quinta-feira 18/02		
Sexta-feira 19/02		
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 março 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		Fevereiro
Monitor: Léo Eduardo Secches Mansor		Oficina: Judô
Carga horária semanal: 04 horas		Semana de: 22/02/2021 a 26/02/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 22/02		
Terça-feira 23/02		
Quarta-feira 24/02	Realizei pesquisa em várias páginas da internet e redes sociais na área de judô. Fiz a higienização do tatame e preparei o material Fiz a gravação e editei os vídeos	04 horas
Quinta-feira 25/02		
Sexta-feira 26/02		
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 março 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: 03/02/2021 **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.

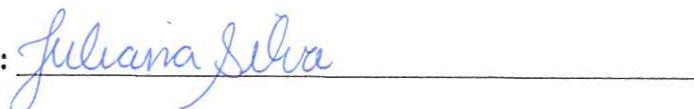
OBJETIVO GERAL: Fazer vídeo aulas para aprendizado e pratica do Judô. Pesquisa e preparação da rotina do vídeo aula de fácil entendimento. Gravação do vídeo aula executando exercícios de movimentação de punho e usando a faixa.

ROTEIRO DE VÍDEO AULA:

Vídeos – “Olá garotada, tudo bem? Professor Léo Mansor do Judô do Centro Social Santa Cruz. E no vídeo de hoje vamos trabalhar sobre equilíbrio.” Depois de explicar a rotina das atividades, fazer a demonstração e gravações dos videos.

REFERÊNCIA BIBLIOGRAFICA: www.fpj.com.br e www.cbj.com.br

Assinatura da Monitor: 

Assinatura da Pedagoga: 





Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de março 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: 10/02/2021 **MONITOR:** LÉO EDUARDO SECCHES MANSOR **OFICINA:** JUDÔ **TURMAS:** A,B,C,D, e E.

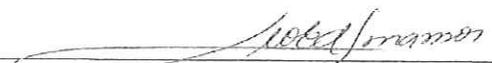
JUSTIFICATIVA: Vídeo aula para levar um conteúdo de qualidade para os alunos do projeto, que estão em isolamento social devido a pandemia, ensinando golpes de judô.

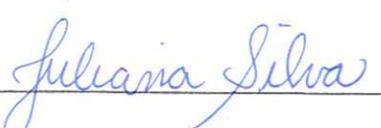
OBJETIVO GERAL: Pesquisa e preparação da rotina do vídeo aula de fácil entendimento. Gravação do vídeo aula executando exercício de auxiliará na pratica do Judô.

ROTEIRO DE VÍDEO AULA:

VIDEOS AULAS “Boa tarde garotada!!! Professor Léo Mansor .Hoje vamos executar uma atividade física para fortalecer os membros inferiores.”. Após explicar a atividade fazer a gravação do Avanço e Afunda e propor que eles executem repetidamente a atividade com cuidado e muita vontade. Depois com a utilização de uma cadeira executar o Avanço e fortalecer os membros inferiores.

REFERÊNCIA BIBLIOGRAFICA: www.fpj.com.br e www.cbj.com.br

Assinatura da Monitor: 

Assinatura da Pedagoga: 





Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de março 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: 17/02/2021 **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. Gravação do vídeo aula executando exercício de auxiliará na pratica do Judô.

ROTEIRO DE VÍDEO AULA:

VIDEO AULA 01 “Boa tarde garotada!!! Professor Léo Mansor para mais um vídeo aula. Hoje vamos falar sobre a faixa e como amarra-la corretamente.”. Após explicar a atividade e demonstrar como amarrar a faixa pedir para eles fazerem em casa, seguindo o passo a passo.

REFERÊNCIA BIBLIOGRAFICA: www.fpj.com.br e www.cbj.com.br

Assinatura da Monitor: _____

Assinatura da Pedagoga: _____



Centro Social Santa Cruz

Fundação: 13 de março 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: 24/02/2021 **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. Gravação do vídeo aula executando exercício de auxiliará na pratica do Judô.

ROTEIRO DE VÍDEO AULA:

VIDEO AULA “Boa tarde garotada!!! Professor Léo Mansor para mais um vídeo aula. Hoje vamos fazer o passo a passo para pular a corda/faixa.” Após explicar a atividade fazer a gravação do pular a corda/faixa.

Depois propor uma atividade em forma de desafio. Pular a maior quantidade de vezes a faixa e depois ver quem pulará a menor faixa.

REFERÊNCIA BIBLIOGRAFICA: www.fpj.com.br e www.cbj.com.br

Assinatura da Monitor: 

Assinatura da Pedagoga: 