



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

PLANO DE AULA

MÊS: OUTUBRO

PROFESSOR: Lorena de Oliveira Murata

OFICINA: Dança

TURMAS: 1, 2, 3

TEMAS:

IMITAÇÃO DE ANIMAIS

COREOGRAFIA STREET DANCE

COREOGRAFIA DIA DAS CRIANÇAS

RODA DE CONVERSA OUTUBRO ROSA

ALONGAMENTO E RELAXAMENTO

OBJETIVO GERAL:

Apresentar e ensinar a prática de dança com o objetivo principal de incentivar a prática de exercícios, melhora da coordenação motora, trabalhar o processo de criatividade em cada um, assim utilizando este meio da dança para conseguir alcançar uma melhoria na qualidade de vida físico-mental destes alunos.

IMITAÇÃO DE ANIMAIS: O objetivo é ampliar a expressividade gestual dos alunos, assim a criança constrói, a partir de vivências corporais, um vocabulário gestual fluente e expressivo que pode ser estimulado pela aproximação da dança ao universo infantil.

COREOGRAFIA STREET DANCE: Tem o objetivo de apresentar aos alunos novos estilos de dança e enriquecer sua aprendizagem cultural e arsenal de movimentações pois o Street Dance é uma mistura de ritmos que mescla movimentos coordenados, detalhados, rápidos, simétricos, coreografados e harmoniosos, é uma dança que se inspira na vida urbana, nas ruas – assim como leva o seu nome – mas, assim como outros estilos, é uma forma de se comunicar através da arte, na qual leva características de uma cultura própria.

Associação Paraíso – Núcleo João Paulo PIC
Av. Danilo Galeazzi, s/nº - Residencial Machado I
São José do Rio Preto/SP CEP 15052-240



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

COREOGRAFIA DE DIA DAS CRIANÇAS: Tem o objetivo de comemorar o dia das crianças, reestabelecendo a pureza da infância através da dança, onde conseguissem se expressar de maneira geral com seus sentimentos para todo o público presente, transpassando para todos esta emoção em forma de apresentação.

RODA DE CONVERSA SOBRE OUTUBRO ROSA: possui o objetivo de conscientizar sobre a prevenção do Câncer de Mama. Assim “o combate à doença não depende apenas dos profissionais de saúde”, toda a população pode conscientizar e amplificar o alcance para diversas pessoas sobre a temática. E o diálogo que permeia os líderes de opinião com a sociedade, possibilitam a comunicação efetiva com a realidade local sobre a prevenção durante o ano todo. Deste modo, torna-se real o auxílio para as famílias, pessoas e os alunos que vivenciam a rotina de uma mãe doente.

ALONGAMENTO/RELAXAMENTO: O alongamento muscular é de suma importância para manutenção da qualidade de vida, melhora da aptidão física e promoção de saúde. Trata-se de um tipo de exercício físico que tem como objetivo dar mais agilidade, elasticidade e um aumento na amplitude do movimento muscular. Também é utilizado como um tipo de movimento que pode ajudar na prevenção de lesões, especialmente durante o exercício físico, que requer um elevado nível de amplitude de movimento. Já o relaxamento, é utilizado para volta à calma da criança, preparando-a para a próxima oficina que virá, uma vez que a agitação leva a um prejuízo da memória e do aprendizado, além da agitação na criança, é sabido que, quanto mais cansada a criança está, mais agitada ela fica. Durante o período de relaxamento, o corpo regenera todos os sistemas fisiológicos, preparando-o assim para um novo estímulo. O mais importante disso é que através do descanso, se reconstituem e se potencializam as funções corporais, graças ao efeito da super compensação. Essa adaptação biológica permite, graças a estímulos precisos, ao descanso é possível melhorar nosso rendimento físico, aumentando assim a qualidade de vida.

Associação Paraíso – Núcleo João Paulo PIC
Av. Danilo Galeazzi, s/nº - Residencial Machado I
São José do Rio Preto/SP CEP 15052-240



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

DESENVOLVIMENTO:

Das atividades de dança aplicadas durante o mês de outubro, o alongamento foi passado no início de cada aula, para que haja consistência na flexibilidade dos alunos a cada dia e que consigam aumentar a amplitude de movimentos cada vez mais. E ao fim, foi passado o relaxamento para volta à calma dos alunos antes de passarem para outras atividades, afim de diminuir a agitação com exercícios e músicas de padrão mais lento e suave. No dia 4 de outubro foi comemorado o “Dia dos Animais” então, utilizei deste tema para fazer uma dinâmica de imitações com os alunos, onde puderam se expressar, conhecer movimentações diferentes das quais estão acostumados e se divertir. Ao fim do mês de setembro comecei a coreografia do dia das crianças, onde escolhi a música “Aquarela” do compositor “Toquinho”, a qual representa de forma completa a infância em seu lado mais puro. Assim, neste mês de outubro dei continuidade aos ensaios, e tivemos o privilégio de poder apresentar a mesma na Escola Municipal Dr Norberto Buzzini e também na festa do Dia das Crianças do nosso projeto. Dessa forma, colocando em evidência a infância na sua forma mais pura, e utilizando da dança para trazer de volta esses valores culturais para que cada criança usufrua da sua infância corretamente e de uma forma lúdica e divertida. Foi colocado em prática, também neste mês, uma roda de conversa com os alunos, sobre o outubro rosa, assunto muito importante de se explicar, com a intenção de informar e conscientizar sobre a prevenção do Câncer de Mama, para que as crianças através do diálogo consigam passar as informações a diante para a família e vizinhos, que as vezes possam não estar por dentro do assunto.

FEEDBACK DA AULA:

Associação Paraíso – Núcleo João Paulo PIC
Av. Danilo Galeazzi, s/nº - Residencial Machado I
São José do Rio Preto/SP CEP 15052-240



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

Turma 1: Esta turma tem uma diferença significativa entre período da manhã e o período da tarde. Onde, os alunos da manhã são mais atenciosos, conseguem compreender de forma mais rápida o que é passado além do interesse nas aulas. Já os alunos da tarde não conseguem focar no que estão fazendo, sempre brincam e tiram o foco das aulas, assim ficando muito mais difícil para conseguir aplicar alguma atividade ou coreografia.

Turma 2: É a turma que mais se identifica com a oficina de dança, tanto as meninas quanto os meninos têm se interessado cada vez mais em participar de todos os eventos e dar o seu melhor nas aulas. Nota-se uma evolução constante em todos os aspectos, tanto manhã, quanto tarde, até as crianças que tinham mais dificuldade já conseguem acompanhar, do seu jeito, pois são muito esforçados.

Turma 3: No período da manhã os alunos não têm responsabilidade com os compromissos que fazem, colocam o nome nos eventos e após algumas aulas querem sair, depois entrar novamente, são poucos os que participam de tudo do início até o final. Já a turma da tarde é o oposto, fazem tudo que é proposto, todos os tipos de coreografias, se dedicam, e participam de todas as apresentações. No quesito desenvolvimento, as duas turmas têm habilidades de agilidade, ritmo e coordenação motora bem apurados, e com os exercícios passados estão em constante evolução.

BIBLIOGRAFIA

[20 Exercícios de Alongamento Fáceis Para o Corpo Todo - MundoBoaForma](#)

[A importância da DANÇA na vida das crianças \(oficinadearteiros.com.br\)](#)

[A Cultura do streetdance – Conexão Escola SME \(goiania.go.gov.br\)](#)

[a influencia volta calma.pdf \(diaadia.pr.gov.br\)](#)

[Outubro Rosa: origem, objetivos, importância - Brasil Escola \(uol.com.br\)](#)

[Atividades Dia dos animais educação infantil - ABC educação infantil \(abceducaoinfantil.com\)](#)



**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

*Associação Paraíso – Núcleo João Paulo PIC
Av. Danilo Galeazzi, s/nº - Residencial Machado I
São José do Rio Preto/SP CEP 15052-240*