

QUADRO DE HORÁRIO - ESCOLA DE ESPORTES
PLANO KIDS 2X SEMANA

EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL (3 A 5 ANOS)

HORÁRIO	DIAS	PROFESSOR
09:30 AS 10:25	2ª/4ª	DEBORA
10:30 AS 11:25	2ª/4ª	DEBORA
10:30 AS 11:25	3ª/5ª	DANIELA
15:00 AS 15:55	2ª/4ª	PEDRO
16:00 AS 16:55	2ª/4ª	PEDRO
15:00 AS 15:55	3ª/5ª	DEBORA
16:00 AS 16:55	3ª/5ª	DARLA

INICIAÇÃO ESPORTIVA GERAL (6 A 8 ANOS)

HORÁRIO	DIAS	PROFESSOR
08:30 AS 09:25	2ª/4ª	DANIELA
14:00 AS 14:55	2ª/4ª	PEDRO
09:30 AS 10:25	3ª/5ª	DANIELA
14:00 AS 14:55	3ª/5ª	RAFAEL
17:00 AS 17:55	3ª/5ª	LÚCIA

INICIAÇÃO ESPORTIVA ESPECÍFICA - (CRIANÇAS 09 A 12 ANOS)

MODALIDADE	HORÁRIO	DIAS	LOCAL	PROFESSOR
JUDÔ	09:30 As 10:25	3ª/5ª	QUADRA	DARLA
JUDÔ (08 A 12 ANOS)	18:00 As 19:00	2ª/4ª	QUADRA	JULIANA
JUDÔ (09 A 14 ANOS)	17:00 As 17:55	3ª/5ª	QUADRA	DARLA
GIN. OLÍMPICA	15:00 As 15:55	2ª/4ª	QUADRA	DARLA
GIN. OLÍMPICA	08:30 As 09:25	3ª/5ª	QUADRA	DARLA
FUTSAL (09 A 12 ANOS)	09:30 As 10:25	2ª/4ª	QUADRA	JOÃO
FUTSAL (DE 09 A 12 ANOS)	15:00 As 15:55	3ª/5ª	QUADRA	RAFAEL
FUTSAL (DE 12 A 15 ANOS)	18:00 AS 19:00	3ª/5ª	QUADRA	LÚCIA
VOLEI (09 A 12 ANOS)	10:30 As 11:25	2ª/4ª	QUADRA	PEDRO
VOLEI MISTO (INIC. ATÉ 12 ANOS)	16:00 As 17:30	2ª/4ª	QUADRA	DANIEL
TÊNIS 2 (09 A 12 ANOS)	10:30 As 11:25	2ª/4ª	QUADRA	MARCOS A.
TÊNIS 2 (09 A 12 ANOS)	14:00 AS 14:55	2ª/4ª	QUADRA	ALESSANDRO
TÊNIS 2 (09 A 12 ANOS)	15:00 As 15:55	2ª/4ª	QUADRA	ALESSANDRO
TÊNIS 1 (13 A 16 ANOS)	16:30 AS 17:30	2ª/4ª	QUADRA	MARCOS A.
TÊNIS 1 (09 A 12 ANOS)	10:30 As 11:25	3ª/5ª	QUADRA	MARCOS A.
TÊNIS 2 (09 A 12 ANOS)	14:00 As 14:55	3ª/5ª	QUADRA	ALESSANDRO
TÊNIS 2 (09 A 12 ANOS)	15:00 As 15:55	3ª/5ª	QUADRA	ALESSANDRO
TÊNIS 2 (09 A 12 ANOS)	16:00 AS 16:55	3ª/5ª	QUADRA	ALESSANDRO
TÊNIS AVANÇADO (13 A 16 ANOS)	17:00 AS 18:00	3ª/5ª	QUADRA	MARCOS A.
BASQUETE (09 A 12 ANOS)	16:00 As 16:55	3ª/5ª	QUADRA	RAFAEL

ADULTOS / ADOLESCENTES

HORÁRIO	DIAS	MODALIDADE	LOCAL	PROFESSOR
19:00 AS 20:30	3ª/5ª	FUTSAL (ACIMA 14 ANOS)	QUADRA	LÚCIA
20:30 AS 22:00	3ª/5ª	BASQUETE (ACIMA 17 ANOS AVANÇADO)	QUADRA	LÚCIA
17:30 AS 19:00	2ª/4ª	VOLEI MISTO AVANÇADO (13 ANOS A 16 ANOS)	QUADRA	DANIEL
19:00 AS 20:30	2ª/4ª	VOLEI MASCULINO ADULTO	QUADRA	DANIEL
19:00 AS 20:30	2ª/4ª	JUDÔ ADULTO	QUADRA	JULIANA
20:30 AS 22:00	2ª/4ª	VOLEI FEMININO AVANÇADO (ACIMA 18 ANOS)	QUADRA	DANIEL
19:00 AS 20:30	6ª	VOLEI MISTO ADULTO (INICIAÇÃO)	QUADRA	DANIEL
20:30 AS 22:00	6ª	VOLEI MISTO AVANÇADO (ACIMA 18 ANOS)	QUADRA	DANIEL

BALLET

FAIXA ETÁRIA	HORÁRIO	DIAS	LOCAL	PROFESSOR
BABY CLASS (03 A 05 ANOS)	16:30 AS 17:15	2ª/4ª	SALA 3	SÔNIA
BÁSICO (05 A 07 ANOS)	17:15 AS 18:00	2ª/4ª	SALA 3	SÔNIA
BALLET (07 A 10 ANOS)	18:00 AS 18:45	2ª/4ª	SALA 3	SÔNIA
BABY CLASS (03 A 05 ANOS)	08:45 AS 09:30	3ª/5ª	SALA 3	SÔNIA
JAZZ (08 A 13 ANOS)	09:30 AS 10:15	3ª/5ª	SALA 3	SÔNIA
BÁSICO (05 A 09 ANOS)	10:15 AS 11:00	3ª/5ª	SALA 3	SÔNIA
BÁSICO (04 A 07 ANOS)	15:10 AS 16:00	3ª/5ª	SALA 3	SÔNIA
JAZZ (08 A 13 ANOS)	16:00 AS 16:45	3ª/5ª	SALA 3	SÔNIA

**HORÁRIOS SUJEITOS A ALTERAÇÃO
SETEMBRO/2011**

QUADRO DE HORÁRIO - ESCOLA DE ESPORTES
PLANO KIDS 1 X SEMANA.

EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL (3 A 5 ANOS)

HORÁRIO	DIAS	PROFESSOR
09:00 AS 09: 55	6ª	DÉBORA
14:15 AS 15:10	6ª	PEDRO
09:15 AS 10:10	SÁB.	JULI ANA
10:10 AS 11:00	SÁB.	RAFAEL

**INICIAÇÃO ESPORTIVA
GERAL (6 A 8 ANOS)**

HORÁRIO	DIAS	PROFESSOR
10:00 AS 10:55	6ª	ZÉ
15:15 AS 16:10	6ª	DANIEL
11:15 AS 12:10	SÁB.	JULIANA

INICIAÇÃO ESPORTIVA ESPECÍFICA - (CRIANÇAS 09 A 12 ANOS)

MODALIDADE	HORÁRIO	DIAS	LOCAL	PROFESSOR
JUDÔ (09 A 12 ANOS)	09:30 AS 10:30	6ª	QUADRA	DARLA
JUDÔ (09 A 12 ANOS)	15:15 AS 16:10	6ª	QUADRA	DARLA
JUDÔ (09 A 12 ANOS)	10:15 AS 11:10	SÁB	QUADRA	JULIANA
GIN. OLÍMPICA	10:30 AS 11:25	6ª	QUADRA	DARLA
GIN. OLIMPICA	16:15 AS 17:10	6ª	QUADRA	DARLA
FUTSAL (09 A 12 ANOS)	09:00 AS 10:00	6ª	QUADRA	ZÉ
FUTSAL (09 A 12 ANOS)	14:15 AS 15:10	6ª	QUADRA	DANIEL
FUSAL Feminino ACIMA DE 14 ANOS	18:00 AS 19:00	6ª	QUADRA	JÉSSICA
FUTSAL (09 A 12 ANOS)	09:00 AS 10:00	SÁB	QUADRA	RAFAEL

BALLET

FAIXA ETÁRIA	HORÁRIO	DIAS	LOCAL	PROFESSOR
JAZZ (07 A 12 ANOS)	09:30 AS 10:15	6ª	SALA 3	SÔNIA
BÁSICO (03 A 06 ANOS)	10:15 AS 11:00	6ª	SALA 3	SÔNIA
BÁSICO (03 A 06 ANOS)	16:45 AS 17:30	6ª	SALA 3	SÔNIA
JAZZ (07 A 12 ANOS)	17:30 AS 18:15	6ª	SALA 3	SÔNIA
BABY CLASS (03 A 06 ANOS)	9:15 AS 10:00	SÁB	SALA 3	CAROL
JAZZ (07 A 10 ANOS)	10:00 AS 10:45	SÁB	SALA 3	CAROL
BÁSICO (07 A 10 ANOS)	10:45 AS 11:30	SÁB	SALA 3	CAROL

SETEMBRO/2011 - HORÁRIOS SUJEITOS A ALTERAÇÃO



DESCRIÇÃO DAS AULAS

CRIANÇAS

EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL - esta aula destina - se a crianças de 03 a 05 anos (duração 55 min.), com um trabalho desenvolvido de forma lúdica, através de materiais e processos pedagógicos adaptados à faixa etária, onde as crianças vivenciam uma modalidade a cada 03 semanas: atletismo, basquete, capoeira, futsal, Handebol, ginástica olímpica, judô, tênis e voleibol.

INICIAÇÃO ESPORTIVA GERAL - destina - se a crianças de 06 a 08 anos (duração 55 min.), o trabalho é desenvolvido com materiais adaptados a faixa etária. Nesta fase as crianças iniciam o conhecimento técnico e o trabalho em equipe. Praticam uma modalidade a cada 03 semanas (atletismo, basquete, capoeira, futsal, Handebol, ginástica olímpica, judô, tênis e voleibol).

INICIAÇÃO ESPORTIVA ESPECÍFICA - aula para crianças de 09 a 12 anos (duração 55 min). Nessa faixa etária as crianças já escolhem a modalidade que desejam participar (basquete, capoeira, futebol, tênis e Judô). Neste nível a criança estará realizando trabalhos em equipe, jogos internos, amistosos e competições.

GINÁSTICA OLÍMPICA

OBJETIVOS GERAIS - Exercícios de desenvolvimento da agilidade, coordenação, equilíbrio, força, flexibilidade, postura e movimentos específicos da modalidade.

BALLET E JAZZ

OBJETIVOS GERAIS: Valorizar a dança e incentivar sua prática como atividade física, artística e cultural, motivando a criatividade e o trabalho em grupo. A partir disso, melhorar as condições físicas, desenvolver e fortalecer a musculatura, desenvolver a sociabilidade, promover o lazer e a recreação voltados para a dança.

TÊNIS - aula para crianças de 09 a 12 anos (duração 55 min.). As aulas de Tênis da Escola de Esportes são de iniciação ao esporte (fundamentos básicos e iniciação ao jogo), divididos em 2 níveis: Nível 1 e Nível 2. A turma tem capacidade para 08 crianças. Para as aulas, o catador de bolinhas é pago à parte, no valor de R\$1,00 a cada aula por criança. **Se o aluno atingir os níveis da Escola de esportes, fica a cargo de o professor indicar aulas individuais ou clínicas, sendo o preço destas diferenciado da Escola de Esportes.**

JOVENS E ADULTOS

JUDÔ – Nosso trabalho é desenvolvido pela **Associação Douglas Vieira de Judô (medalhista Olímpico em Los Angeles)** e tem como objetivo desenvolver o indivíduo como um todo – corpo e mente, trabalhando concentração e disciplina.

VOLEIBOL

O curso de voleibol destina-se a fornecer informações teóricas e práticas da modalidade, fazendo com que o aluno desenvolva o conhecimento das técnicas de movimento, dos fundamentos básicos e gerais (toque, manchete, defesa, bloqueio, saque, ataque, levantamento, recepção e o jogo com suas regras e táticas).

Obs.: Não importa o nível de habilidade em que se apresente o aluno (se souber jogar, se tem alguma noção ou um bom nível técnico). O professor irá avaliar e colocar dentro do grupo mais adequado para o treinamento a fim de tornar o grupo mais homogêneo possível e com características mais próximas.

BASQUETEBOL

A aula tem duração de 1h e 30 minutos, dividida em informações teóricas e desenvolvimento das habilidades para os fundamentos da modalidade.

FUTSAL

Aula de 1h 30 min. tem como objetivo a sociabilização e integração dos alunos através do jogo.