



# CALENDÁRIO

## 05 À 09/10

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	05/10	06/10	07/10	08/10	09/10
<b>SALA 1</b>	<b>DANÇA</b> 19h <b>Aula:</b> Jazz <b>Faixa etária:</b> A partir de 9 anos <b>Material:</b> cadeira com encosto <b>OBS.:</b> usar sapatilha ou meia antiderrapante (caso não tenha, fazer descalço)	<b>DANÇA</b> 19h <b>Aula:</b> Circuito de dança <b>Faixa etária:</b> a partir de 6 anos <b>Material:</b> 1 fita ou elástico, 1 bolinha, 1 boneca ou ursinho <b>OBS.:</b> Roupas bem confortável	<b>DANÇA</b> 19h <b>Aula:</b> Oficina de Boi Bumbá <b>Faixa etária:</b> LIVRE <b>Material:</b> Adereço de índio <b>OBS.:</b> Caso não possua nenhum adereço de índio, não tem problema. Utilizar roupas confortáveis	<b>DANÇA</b> 19h <b>Aula:</b> Fit Dance <b>Faixa etária:</b> a partir de 6 anos <b>Material:</b> Nenhum <b>OBS.:</b> Roupas bem confortável	<b>APENAS ASSÍNCRONAS</b>
<b>SALA 2</b>	<b>FUTSAL</b> 19h <b>Aula:</b> Passe <b>Faixa etária:</b> a partir de 6 anos <b>Material:</b> bola e marcadores <b>OBS.:</b> usar roupa confortável e tênis adequado.	<b>FUTSAL</b> 19h <b>Aula:</b> Circuito <b>Faixa etária:</b> a partir de 6 anos <b>Material:</b> Bola, bola de meia, cadeira, obstáculos e corda <b>OBS.:</b> Roupas adequadas e água.	<b>FUTSAL</b> 19h <b>Aula:</b> Condicionamento Físico <b>Faixa etária:</b> 6 a 60 anos <b>Material:</b> 1 Bola <b>OBS.:</b> Roupas confortáveis e água	<b>FUTSAL</b> 19h <b>Aula:</b> Exercícios de Corrida (FIFA 11+) <b>Faixa etária:</b> a partir dos 4 anos <b>Material:</b> 3 obstáculos (garrafinhas, caixa de leite, etc.) <b>OBS.:</b> Tentar utilizar o local com espaço maior de sua casa.	<b>APENAS ASSÍNCRONAS</b>
<b>SALA 3</b>	<b>JUDÔ</b> 19h <b>Aula:</b> Atividades para desenvolvimento de técnicas de pé e perna <b>Faixa etária:</b> a partir de 6 anos <b>Material:</b> cabo de vassoura, calçados, tampinha de garrafa.	<b>JUDÔ</b> 19h <b>Aula:</b> Desenvolvimento motor e coordenativo <b>Faixa etária:</b> 4 anos acima <b>Material:</b> nenhum <b>OBS.:</b> garrafinha de água	<b>JUDÔ</b> 19h <b>Aula:</b> Circuito motor, Atividades motoras, Atividades Educativas de Osae-komi-waza (imobilizações). <b>Faixa etária:</b> a partir dos 06 anos. <b>Material:</b> 4 chinelos, Faixa de Judô (pedaço de barbante de 1,5 m), 1 travesseiro (almofada), 1 blusa de frio.	<b>JUDÔ</b> 19h <b>Aula:</b> Projeções e Funcional <b>Faixa etária:</b> LIVRE <b>Material:</b> tapete ou colchonete ou tatame <b>OBS:</b> garrafinha de água, roupas leves.	<b>APENAS ASSÍNCRONAS</b>
<b>SALA 4</b>	<b>VOLEIBOL</b> 19h <b>Aula:</b> Manchete (Iniciação) <b>Faixa etária:</b> a partir de 8 anos. <b>Material:</b> Bola, marcadores e parede. <b>OBS.:</b> Utilizar roupa adequada e garrafinha de água.		<b>JOGOS TEATRAIS</b> 19h <b>Aula:</b> Construção de personagens <b>Faixa etária:</b> LIVRE <b>OBS.:</b> Roupas confortáveis. Observar algum familiar (como anda, como come, como fica feliz, triste...)		<b>APENAS ASSÍNCRONAS</b>

Acesse a Equipe do SMMEC no *Teams* utilizando o código dc72141  
Dúvidas: [contatosmmec@pucminas.br](mailto:contatosmmec@pucminas.br)