

**ADITAMENTO Nº 015 /2025 AO TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 04/2024 QUE FIRMAM
A SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO E A ASSOCIAÇÃO DE
EDUCAÇÃO E NOVAS TECNOLOGIAS PHORTE**

A **PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO**, por meio da **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**, inscrita no CNPJ/MF sob nº 46.392.114/0001-25, situada na Rua Borges Lagoa, 1.230, na cidade de São Paulo, Estado de São Paulo, neste ato representada pelo Secretário Municipal de Educação, Fernando Padula Novaes, doravante denominada **SME**, e a **ASSOCIAÇÃO DE EDUCAÇÃO E NOVAS TECNOLOGIAS PHORTE**, instituição sem fins lucrativos, inscrita no CNPJ sob nº 42.098.615/0001-42, com sede na Rua Rui Barbosa, nº 422, 1º andar, CEP 01326-010, Bela Vista, neste ato representada de acordo com seus atos constitutivos, doravante denominado simplesmente **PHORTE EDUCACIONAL**, resolvem formalizar o Primeiro Apostilamento nos termos do despacho exarado nº 144057558 Processo SEI nº 6016.2024/0084633-3, nos termos da Lei nº 13.019/2014 e do Decreto Municipal nº 57.575/2016.

CLÁUSULA PRIMEIRA – DO OBJETO

- 1.1. O presente Termo de Aditamento tem como objeto a prorrogação do prazo para utilização dos recursos do Programa de Partida constante no item 20.2 da Cláusula Vigésima do Termo de Colaboração 04/2024 pelo período adicional de 16 (dezesesseis) meses em conformidade com o Plano de Trabalho e cronograma de desembolso, parte integrante e indissociável deste termo de Aditamento ao Termo de Colaboração;

CLÁUSULA SEGUNDA – DA RATIFICAÇÃO

- 2.1. Ficam mantidas em seu inteiro teor todas as demais Cláusulas e condições do Termo de Colaboração nº 04/2024 originário, não modificado por este Termo de Aditamento.



CLÁUSULA TERCEIRA – DE OUTRAS DISPOSIÇÕES

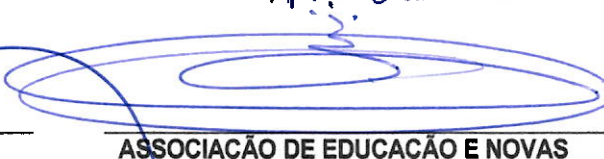
3.1. E, por estarem de pleno acordo, assinam o presente instrumento em 02 (duas) vias de igual teor, sendo que uma das vias ficará arquivada junto a **SME/COGED – DIPAR**.

São Paulo, 14 de Setembro de 2025.



SECRETARIA

Fernando Padula Novaes
Secretário Municipal de Educação



**ASSOCIAÇÃO DE EDUCAÇÃO E NOVAS
TECNOLOGIAS PHORTE**

Fabio Mazzone
Presidente

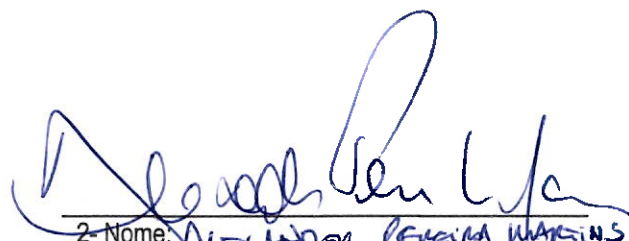
Testemunha:

1- Nome:



ELIZABETH TOSCANELLI RODRIGUES

2- Nome:



ALEXANDER PEREIRA MARTINS

**PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DOS CENTROS EDUCACIONAIS UNIFICADOS**

PROCESSO: 6016.2024/0084633-3
CONTRATADA: ASSOCIAÇÃO DE EDUCAÇÃO E NOVAS TECNOLOGIAS PHORTE
CNPJ: 42.098.615/0001-42

OBJETO: Parceria na modalidade de Termo de Colaboração para o oferecimento de atividades aos finais de semana em 10 (dez) Escolas Municipais de Ensino Fundamental.

Chamamento Público nº 04/SME/2023, objetivando a seleção de Organizações da Sociedade Civil, em conformidade com a Lei Federal nº 13.019/2014 e com o Decreto Municipal nº 57.575/2016, interessadas em celebrar PARCERIA, na modalidade TERMO DE COLABORAÇÃO.

CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO - EXERCÍCIO 2024

OBJETO	MÊS	PROGRAMA DE PARTIDA	VALOR DO REPASSE	VALOR ATUALIZADO (IPC - ACUMULADO)
Compra e Implementação do Programa de Partida	01		328.195,14	-
	02	101.674,24	445.417,10	-
Oferecimento de atividades no fim de semana: Saberes e Cultura, Esportes, Corpo e Bem-estar, Capacitação Profissional em 10 escolas do Bloco Leste.	03		589.650,30	-
	04		589.650,30	-
	05		665.170,79	-
Total do Desembolso	2024	101.674,24		3.618.083,63

CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO - EXERCÍCIO 2025

	06		920.191,49	-
	07		920.191,49	929.752,14
	08		920.192,19	961.166,45
	09		665.170,79	694.789,50

SME/COGED/DIPAR

Oferecimento de atividades no fim de semana: Saberes e Cultura, Esportes, Corpo e Bem-estar, Capacitação Profissional em 10 escolas do Bloco Leste.	10		665.170,79	694.789,50
	11		665.170,80	694.789,50
	12		665.170,81	694.789,50
	13		703.104,57	734.412,37
	14		703.104,57	734.412,37
	15		703.104,57	734.412,37
	16	558.834,65	703.104,57	734.412,37
	17		703.104,57	734.412,37
Total do Desembolso		2025	558.834,65	9.262.329,93
CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO - EXERCÍCIO 2026				
Oferecimento de atividades no fim de semana: Saberes e Cultura, Esportes, Corpo e Bem-estar, Capacitação Profissional em 10 escolas do Bloco Leste.	18		703.104,57	734.412,37
	19		703.104,57	734.412,37
	20	169.745,55	703.104,57	734.412,37
	21	169.745,56	703.104,57	734.412,37
	22		703.104,57	734.412,37
Total do Desembolso		2026	339.491,11	3.672.061,85
TOTAL de DESEMBOLSO - 2024, 2025 E 2026				16.552.475,41
PROGRAMA DE PARTIDA				1.000.000,00

Os valores do REPASSE MENSAL e do VALOR_i, conforme estabelecido na subcláusula 8.5 serão reajustados pelo ÍNDICE DE REAJUSTE a cada período de 12 (doze) meses, contados a partir da DATA FINAL DE ENTREGA DAS PROPOSTAS. (ANEXO II CLÁUSULA 8.5)

VALOR_i é o valor da glosa correspondente. (ANEXO II CLÁUSULA 8.4)

O valor unitário disposto na subcláusula 27.1.1 será reajustado pelo ÍNDICE DE REAJUSTE na hipótese em que decorra período superior a 12 (doze) meses entre a DATA FINAL DE ENTREGA DAS PROPOSTAS e o período

para aquisição dos EQUIPAMENTOS e MATERIAIS do PROGRAMA DE PARTIDA nos termos da subcláusula 20.1. (ANEXO II CLÁUSULA 27.1.2)

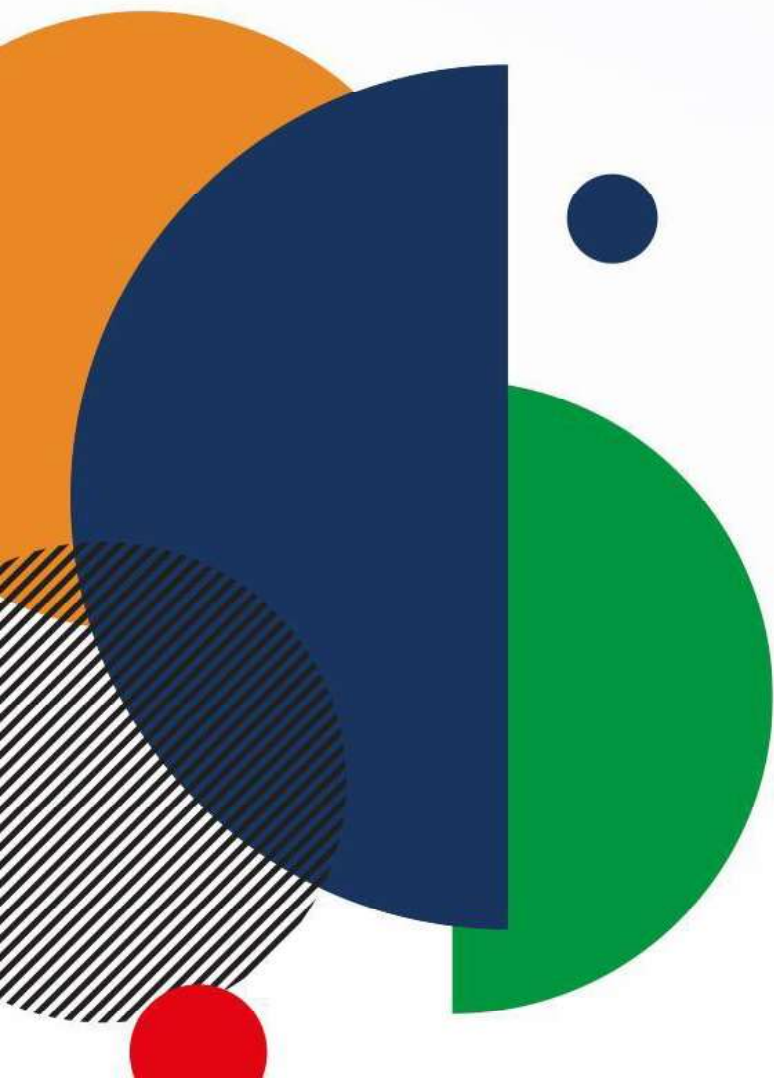
- ÍNDICE DE REAJUSTE: O índice de reajuste será o Índice de Preços ao Consumidor - IPC, divulgado mensalmente pela FIPE – Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas, ou aquele vier a o substituir. (EDITAL CLÁUSULA 1.1. DAS DEFINIÇÕES).
- DATA FINAL DE ENTREGA DAS PROPOSTAS 22 DE FEVEREIRO DE 2024.

Eljodini
ELIZABETH TORRANCEU RODRIGUES
Fabio mazzonetto.



Escola aberta

**Atualização do cronograma de
desembolso incluindo o
programa de partida**



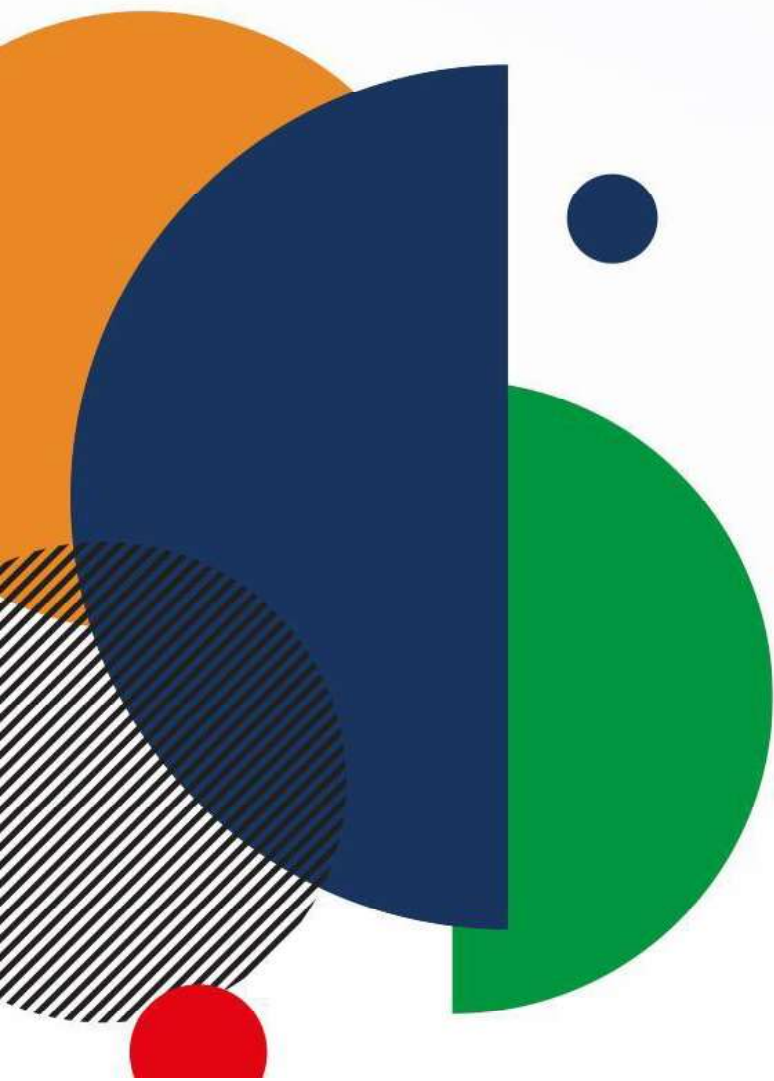
Atualização do cronograma de desembolso incluindo o programa de partida

Desembolso	Mês											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Repassse mensal	R\$ 328.195,14	R\$ 445.417,10	R\$ 589.650,30	R\$ 589.650,30	R\$ 665.170,79	R\$ 920.191,49	R\$ 920.191,49	R\$ 920.192,19	R\$ 665.170,79	R\$ 665.170,79	R\$ 665.170,80	R\$ 665.170,81
Programa de partida		R\$ 101.674,24							R\$ 389.089,10			R\$ 169.745,55
Desembolso total	R\$ 328.195,15	R\$ 546.994,48	R\$ 497.810,09	R\$ 629.089,02	R\$ 620.579,79	R\$ 819.130,20	R\$ 704.230,20	R\$ 808.630,20	R\$ 1.063.024,30	R\$ 796.630,20	R\$ 646.630,20	R\$ 896.375,75

Desembolso	Mês											
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Repassse mensal	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57	R\$ 703.104,57		
Programa de partida		R\$ 169.745,55	R\$ 169.745,55			R\$ 169.745,56						
Desembolso total	R\$ 979.530,20	R\$ 759.930,20	R\$ 839.675,75	R\$ 759.930,20	R\$ 659.930,20	R\$ 924.675,76	R\$ 659.930,20	R\$ 752.930,20	R\$ 651.930,20	R\$ 724.605,20		

Plano de Trabalho

Chamamento público nº 04/SME/2023



7.1. Identificação da proponente

Nome da OSC: Associação de Educação e Novas Tecnologias Phorte		
CNPJ: 42.098.615/0001-42	Endereço: Rua Rui Barbosa, 422	
Complemento: Andar 1	Bairro: Bela Vista	CEP: 01326-010
Telefone: (011) 2714-5650	Telefone:	Telefone: (011)
E-mail: contato@phorte.org.br		Site: phorteducacional.org.br
Dirigente da OSC: Fabio Mazzonetto		
CPR [REDACTED]	RG [REDACTED]	Órgão Expedidor: SSP/SP
Endereço do Dirigente [REDACTED]		

7.2. Resumo do plano de trabalho

BLOCO selecionado:	BLOCO LESTE
---------------------------	--------------------

VALOR DO TERMO DE COLABORAÇÃO:
R\$ 16.070.387,69 REPASSE MENSAL PROPOSTO: R\$ 730.472,17 PROGRAMA DE PARTIDA: R\$ 1.000.000,00

7.3. Descrição das atividades do fim de semana

No âmbito do chamamento público Edital 04/SME/2023 do bloco Leste, a Associação de Educação e Novas Tecnologias Phorte propõe um conjunto diversificado de atividades educacionais, culturais e profissionais, estruturadas para atender às necessidades e aspirações da comunidade que servimos. Estas atividades são projetadas para promover o desenvolvimento integral dos participantes, enfatizando a capacitação crítica, a sensibilidade artística e o protagonismo social. A seguir, apresentamos uma descrição preliminar das atividades que compõem nosso plano de trabalho, alinhadas às diretrizes do Anexo III do Edital – Referências para Execução do Plano de Trabalho.

1. Saberes e Cultura: Este eixo visa fomentar o desenvolvimento da capacidade crítica e a sensibilidade dos frequentadores, incentivando o protagonismo enquanto indivíduos e cidadãos. Para isso, propomos uma série de oficinas e apresentações que abrangem diversas linguagens artísticas e pedagógicas, artes plásticas, artes cênicas, incluindo música, cinema, além de atividades de dança e cultura popular. Acreditamos que a exposição e o envolvimento com estas diversas formas de expressão cultural são fundamentais para o enriquecimento pessoal e o desenvolvimento de uma consciência crítica sobre o mundo.

2. Esportes, Corpo e Bem-estar: reconhecendo a importância do esporte e do bem-estar para o desenvolvimento humano, este eixo engloba atividades esportivas, práticas corporais, lazer e recreação. Além disso, inclui ações voltadas para a reflexão sobre a cultura corporal e esportiva e o movimento humano, considerando o contexto territorial específico dos participantes. Estas atividades são projetadas para promover não apenas a saúde física, mas também o bem-estar psicológico e social dos indivíduos, contribuindo para uma vida mais equilibrada e saudável.

3. Capacitação Profissional: visando preparar os membros da comunidade para uma inserção mais qualificada no mercado de trabalho, este eixo foca no desenvolvimento de habilidades profissionais e técnicas. As atividades propostas incluem qualificação nas áreas de idiomas, redação, matemática, tecnologias, informática e inovação, empreendedorismo, inclusão digital, games, engenharia, inteligência artificial, comunicação, vendas, finanças e fiscal. Estas ações são desenhadas para atender às demandas específicas do mercado de trabalho local, proporcionando aos participantes as ferramentas necessárias para o sucesso profissional e o desenvolvimento econômico, pessoal e da comunidade.

Cada uma das atividades relacionadas abaixo foi cuidadosamente planejada para assegurar que os participantes recebam uma formação abrangente e de qualidade, que não apenas atenda às suas necessidades imediatas, mas também contribua para o seu crescimento contínuo como indivíduos ativos e engajados na sociedade. A Associação de Educação e Novas Tecnologias Phorte está comprometida em implementar estas atividades com excelência, seguindo as diretrizes estabelecidas

e contribuindo significativamente para o desenvolvimento socioeducativo e cultural da comunidade.

7.3.1. EMEF ÁGUAS DE MARÇO

A EMEF Águas de Março faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE Itaquera. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Conjunto Residencial José Bonifácio, integrante da Subprefeitura Itaquera e Distrito de José Bonifácio.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 331 hab/ha, com uma estimativa de 58.405 mil habitantes e uma proporção de 36% dessa população em vulnerabilidade social 1. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 2 (duas) favelas com cerca de 222 domicílios.

O acesso a EMEF através do transporte público se dá através de 46 linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Jardim Tamoio, a cerca de 167 metros da

ESCOLA DA PARCERIA.

Dos equipamentos públicos culturais e/ou esportivos do entorno dessa unidade escolar, existem 1 (um) Centro de Educação Unificado (CEU), 1 (uma) Biblioteca e 2 (dois) Clubes da Comunidade.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE TREINAMENTO FUNCIONAL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Canetas de caligrafia, tintas, papel de alta qualidade, pranchetas, régua e compasso.
Descrição da atividade: Esta oficina visa oferecer uma introdução à prática da caligrafia artística, explorando diferentes estilos e técnicas, incentivando a experimentação de linguagens e o conhecimento diversificado. Espera-se que os participantes desenvolvam as habilidades intelectual, social e cultural, como resultado do contato entre os educandos e demais membros da comunidade escolar. Conteúdo Programático: 1. História e evolução da caligrafia. 2. Introdução aos materiais de caligrafia. 3. Exercícios básicos de traços e formas. 4. Estudo de fontes clássicas (Itálica, Gótica, <i>Copperplate</i>). 5. Técnicas de embelezamento e floritura. 6. Composição de layout e design de texto. 7. Prática de caligrafia com brush pen e pena. 8. Projeto pessoal: criação de uma peça artística. 9. Técnicas de correção e aperfeiçoamento. 10. Exposição coletiva dos trabalhos finais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Precisão e controle no manuseio de ferramentas de caligrafia. 2. Compreensão das propriedades estéticas das letras. 3. Criatividade na composição e design de textos. 4. Capacidade de executar e aplicar diferentes estilos caligráficos. 5. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 6. Habilidade em planejar e executar projetos artísticos pessoais. 7. Apreciação pela caligrafia como forma de expressão artística. 8. Fortalecimento da autoestima através da criação artística. 9. Conhecimento cultural sobre a história da escrita e da caligrafia. 10. Fomento ao senso comunitário através da exposição coletiva.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: VOLEIBOL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: BASQUETE	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: FUTSAL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE	
AVENTURAS LÚDICAS: JOGOS RECREATIVOS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

--

ATIVIDADE	
DESCOBRINDO OS JOGOS TRADICIONAIS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe.	

9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo.
10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.

ATIVIDADE	
TREINAMENTO FUNCIONAL KIDS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, mini-cones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos.	

6. Respeito às regras e aos colegas.
7. Desenvolvimento da confiança e autoestima.
8. Aumento da criatividade e da autonomia.
9. Controle respiratório durante exercícios.
10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: ATLETISMO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições.	

4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades.
5. Foco e concentração em objetivos específicos.
6. Resiliência e superação pessoal.
7. Respeito às regras e ao espírito esportivo.
8. Desenvolvimento da confiança em competições.
9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias.
10. Adaptação a diferentes condições de prova.

ATIVIDADE	
BRINCADEIRAS DE ONTEM PARA AS CRIANÇAS DE HOJE	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas:	

1. Coordenação motora ampla e fina.
2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação.
3. Respeito às regras e aos colegas.
4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras.
5. Promoção do respeito e inclusão social.
6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção.
7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico.
8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais.
9. Consciência corporal em atividades práticas.
10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.

ATIVIDADE
TREINAMENTO TÉCNICO DE ESPORTES DE COMBATE:
TAEKWONDO

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de Taekwondo
Descrição da atividade: Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no Taekwondo, abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico.	
Conteúdo Programático: 1. História e princípios do Taekwondo. 2. Posturas básicas e deslocamentos. 3. Técnicas fundamentais de chutes e socos. 4. Exercícios de defesa pessoal. 5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (poomsae). 6. Treinamento de agilidade e reflexos. 7. Práticas de sparring e simulações de combate seguro. 8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte. 9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade. 10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas.	

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora e equilíbrio corporal.
2. Melhoria da força física e flexibilidade.
3. Aumento da resistência e agilidade.
4. Disciplina e autocontrole emocional.
5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios.
6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate.
7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações.
8. Respeito às regras e valores do Taekwondo.
9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites.
10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.

ATIVIDADE	
YOGA PARA TODOS: HARMONIA E BEM-ESTAR	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Todas as idades (crianças, jovens, adultos e idosos)
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, toalhas, música relaxante, blocos de yoga
Descrição da atividade: Oficina inclusiva que promove o bem-estar físico e emocional por meio da prática do yoga, com exercícios de respiração, posturas e meditação, adaptados para diferentes faixas etárias e níveis de habilidade. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao yoga: história, princípios e benefícios. 2. Técnicas de respiração (pranayamas) para relaxamento e foco. 3. Prática de posturas básicas (asanas) para flexibilidade e força. 4. Exercícios de equilíbrio e coordenação. 5. Sequências dinâmicas adaptadas para diferentes níveis. 6. Técnicas de meditação e mindfulness. 7. Alongamento e relaxamento guiado (yoga nidra). 8. Reflexões sobre autocuidado e bem-estar emocional. 9. Discussão sobre a integração do yoga no cotidiano.	

10. Encerramento com roda de conversa e feedback coletivo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Melhoria da postura e do alinhamento corporal.
2. Aumento da flexibilidade e força muscular.
3. Promoção do relaxamento e redução do estresse.
4. Desenvolvimento da concentração e foco mental.
5. Estímulo ao autoconhecimento e equilíbrio emocional.
6. Promoção de hábitos saudáveis e autocuidado.
7. Capacidade de lidar com tensões físicas e emocionais.
8. Trabalho em grupo com respeito e empatia.
9. Valorização da prática regular para o bem-estar integral.
10. Sensibilização para a conexão entre mente, corpo e respiração.

EIXO - SABERES E CULTURA

ATIVIDADE	
ATIVIDADE DE CONSCIÊNCIA CORPORAL: MEMÓRIAS DO CORPO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com espaço amplo
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, música instrumental, espelhos, cadeiras
Descrição da atividade: Uma prática que combina técnicas de consciência corporal e expressão pessoal, utilizando movimentos e reflexões para conectar o corpo às suas memórias e experiências. A atividade estimula autoconhecimento e bem-estar emocional.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Técnicas de respiração para relaxamento e foco. 3. Exercícios de percepção corporal e alinhamento postural. 4. Movimentos exploratórios para conectar corpo e emoções. 5. Dinâmicas de interação em grupo. 6. Práticas de improvisação corporal com música. 7. Reflexão e expressão das memórias do corpo.	

8. Desenvolvimento de movimentos orgânicos e autênticos.
9. Estratégias para relaxamento e bem-estar.
10. Encerramento com roda de conversa sobre experiências.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Ampliação da percepção corporal e emocional.
2. Melhoria do equilíbrio físico e emocional.
3. Capacidade de relaxamento e redução do estresse.
4. Desenvolvimento de expressão corporal autêntica.
5. Promoção do autoconhecimento e empatia.
6. Melhoria da postura e da mobilidade.
7. Foco e concentração em atividades introspectivas.
8. Estímulo à criatividade e à improvisação.
9. Valorização da conexão mente-corpo.
10. Fortalecimento da autoestima e confiança pessoal.

ATIVIDADE CANTANDO E ATUANDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Microfones, sistema de som, figurinos, espelhos
Descrição da atividade: Uma oficina que une técnicas de canto e interpretação, promovendo o desenvolvimento artístico e a expressão pessoal dos participantes. As práticas incluem atividades práticas de vocalização e encenação. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento vocal e técnicas de respiração. 2. Treino de dicção e projeção da voz. 3. Introdução à expressão corporal em cena. 4. Técnicas de interpretação e improvisação. 5. Desenvolvimento de personagens para performances.	

6. Ensaio de canções com expressão cênica.
7. Dinâmicas para integração de canto e atuação.
8. Práticas de improvisação teatral com música.
9. Apresentação de trechos de peças musicais.
10. Encerramento com uma performance coletiva.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Melhoria da técnica vocal e projeção da voz.
2. Capacidade de interpretar e transmitir emoções.
3. Desenvolvimento de presença de palco.
4. Coordenação entre canto e expressão corporal.
5. Trabalho em equipe e interação com colegas.
6. Criatividade na composição de personagens.
7. Promoção da autoconfiança em apresentações públicas.
8. Melhoria da articulação e dicção.
9. Estímulo à sensibilidade artística e emocional.
10. Capacidade de improvisação e adaptação em cena.

ATIVIDADE DANÇA PARA TODOS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais.	

6. Exploração de ritmos culturais e regionais.
7. Técnicas de respiração aplicadas à dança.
8. Preparação para apresentações públicas.
9. Feedback construtivo e ajustes técnicos.
10. Encerramento com apresentação final para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade.
2. Expressão artística através da dança.
3. Melhoria da postura e do equilíbrio.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Autoconfiança e presença em cena.
6. Respeito à diversidade de corpos e expressões.
7. Sensibilidade rítmica e musical.
8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias.
9. Promoção do bem-estar físico e emocional.
10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.

ATIVIDADE MOVIMENTO RECREATIVO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, cones, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que combinam movimento, criatividade e integração social, promovendo o bem-estar e a alegria entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à recreação como prática educativa. 2. Dinâmicas de integração e socialização. 3. Jogos com foco em habilidades motoras.	

4. Brincadeiras que combinam agilidade e estratégia.
5. Atividades que estimulam a criatividade e improvisação.
6. Competição saudável em jogos cooperativos.
7. Criação de novos jogos com materiais simples.
8. Exploração de jogos culturais e tradicionais.
9. Reflexões sobre o papel do lazer no cotidiano.
10. Encerramento com um festival recreativo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora ampla e fina.
2. Trabalho em equipe e respeito mútuo.
3. Capacidade de resolver desafios lúdicos.
4. Promoção da criatividade e da inovação.
5. Melhoria da agilidade e resistência física.
6. Desenvolvimento da empatia e da inclusão.
7. Estímulo ao bem-estar emocional.
8. Capacidade de organização em atividades coletivas.
9. Promoção de valores como cooperação e solidariedade.
10. Fortalecimento do senso de pertencimento comunitário.

ATIVIDADE	
RECREAÇÃO: BRINCANDO E APRENDENDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, cones, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que estimulam o aprendizado por meio do brincar. As atividades incluem jogos, dinâmicas e brincadeiras que integram aspectos pedagógicos e lúdicos, promovendo o desenvolvimento social e motor das crianças.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do brincar no aprendizado.	

2. Dinâmicas de socialização e interação em grupo.
3. Jogos que envolvem movimento e estratégia.
4. Atividades de raciocínio lógico aplicadas a brincadeiras.
5. Brincadeiras culturais e regionais.
6. Exploração de materiais simples para a criação de jogos.
7. Atividades que integram música e movimento.
8. Técnicas de mediação e inclusão em jogos.
9. Competição saudável em grupos.
10. Encerramento com roda de conversa e feedback das crianças.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora ampla e fina.
2. Trabalho em equipe e colaboração.
3. Resolução de problemas de forma criativa.
4. Promoção do respeito e da empatia.
5. Desenvolvimento do raciocínio lógico e estratégico.
6. Fortalecimento da autoestima e confiança.
7. Melhoria da socialização e integração.
8. Estímulo à criatividade e improvisação.
9. Valorização da cultura lúdica e tradicional.
10. Promoção do bem-estar físico e emocional.

ATIVIDADE JOGOS TEATRAIS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam jogos teatrais para desenvolver habilidades de expressão, criatividade e trabalho em equipe, promovendo o contato com a arte cênica de forma lúdica.	
Conteúdo Programático:	

1. Introdução aos jogos teatrais e sua aplicação.
2. Exercícios de aquecimento e relaxamento corporal.
3. Técnicas de improvisação em grupo.
4. Dinâmicas de criação de personagens.
5. Jogos para explorar a expressão corporal e vocal.
6. Criação de pequenas cenas e histórias.
7. Reflexão sobre os valores sociais em atividades teatrais.
8. Apresentação e análise de esquetes teatrais.
9. Técnicas de concentração e foco para cena.
10. Encerramento com apresentação final para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão corporal e vocal.
2. Criatividade na construção de cenas e personagens.
3. Trabalho em equipe e cooperação.
4. Desenvolvimento da empatia e do respeito mútuo.
5. Capacidade de improvisação e adaptação.
6. Fomento ao pensamento crítico e reflexivo.
7. Confiança e presença de palco.
8. Melhoria da articulação e dicção.
9. Sensibilidade artística e cultural.
10. Resiliência em atividades desafiadoras.

ATIVIDADE	
JOGOS TEATRAIS - ADULTO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som
Descrição da atividade: Atividades voltadas ao público adulto, explorando os jogos teatrais como ferramentas de autoconhecimento, expressão e interação social.	

Conteúdo Programático:

1. Exercícios de aquecimento e relaxamento.
2. Dinâmicas de improvisação e criação coletiva.
3. Técnicas de expressão corporal e vocal.
4. Desenvolvimento de personagens a partir de memórias e experiências.
5. Construção de pequenas cenas em grupos.
6. Reflexão sobre questões sociais por meio do teatro.
7. Apresentação de esquetes criadas pelos participantes.
8. Técnicas de foco e atenção plena para atuação.
9. Introdução a diferentes estilos teatrais.
10. Encerramento com apresentação final para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão corporal e vocal.
2. Fomento ao autoconhecimento e confiança.
3. Trabalho em equipe e interação social.
4. Reflexão sobre questões contemporâneas.
5. Desenvolvimento da criatividade em cena.
6. Sensibilidade artística e cultural.
7. Resiliência e capacidade de lidar com desafios.
8. Melhoria da articulação e dicção.
9. Promoção da empatia e do respeito à diversidade.
10. Planejamento e execução de projetos coletivos.

ATIVIDADE	
JOGOS TEATRAIS - INFANTIL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço lúdico
Materiais e Equipamentos	Fantasia, adereços, música instrumental
Descrição da atividade:	

Jogos teatrais voltados ao público infantil, com foco no desenvolvimento da criatividade, expressão corporal e socialização de forma lúdica e divertida.

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao teatro e seus elementos básicos.
2. Jogos de integração e socialização.
3. Criação de personagens e pequenas histórias.
4. Exploração da expressão facial e corporal.
5. Técnicas de improvisação em grupo.
6. Atividades de ritmo e movimento com música.
7. Dinâmicas para estimular a imaginação.
8. Apresentação de pequenas cenas para os colegas.
9. Reflexão sobre valores e lições nos jogos.
10. Encerramento com um espetáculo infantil coletivo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão corporal e emocional.
2. Desenvolvimento da criatividade e imaginação.
3. Respeito às regras e interação com o grupo.
4. Promoção da autoestima e confiança.
5. Fomento ao trabalho em equipe e cooperação.
6. Sensibilidade para diferentes emoções e situações.
7. Melhoria da concentração e foco.
8. Capacidade de se comunicar de forma expressiva.
9. Promoção da inclusão e empatia.
10. Desenvolvimento de habilidades sociais e artísticas.

ATIVIDADE	
HARMONIAS DA VIDA: EXPLORANDO MUNDOS MUSICAIS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Marçõ
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música

Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônimos
Descrição da atividade: Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia. 2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional). 3. Técnicas básicas de instrumentos variados. 4. Dinâmicas de improvisação musical. 5. Construção de repertório colaborativo. 6. Integração de canto e instrumentos. 7. Técnicas de composição coletiva. 8. Reflexão sobre a música como ferramenta social. 9. Ensaio e refinamento de performances. 10. Apresentação final de um repertório conjunto. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade auditiva e musical. 2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos. 3. Improvisação e criatividade musical. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Confiança e presença em apresentações. 6. Capacidade de composição e criação coletiva. 7. Valorização da diversidade cultural na música. 8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento. 9. Expressão artística e emocional por meio da música. 10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.	

ATIVIDADE RAÍZES E RITMOS: EXPLORANDO OS SABERES AFRO-BRASILEIROS - CAPOEIRA	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos

Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático: 1. História e fundamentos da capoeira. 2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques. 3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples. 4. Práticas musicais com instrumentos típicos. 5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira. 6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira. 7. Dinâmicas de roda de capoeira. 8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação. 9. Exercícios de coordenação e resistência física. 10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio. 2. Sensibilidade musical e rítmica. 3. Fortalecimento físico e emocional. 4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira. 5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras. 6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação. 7. Autoconfiança e disciplina. 8. Expressão artística e corporal. 9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social. 10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.	

ATIVIDADE RECREAÇÃO: BRINCANDO E APRENDENDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos

Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras. 4. Exploração de jogos tradicionais e culturais. 5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos. 6. Criação de novos jogos em grupo. 7. Integração de música e movimento em atividades recreativas. 8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil. 9. Planejamento de jogos e brincadeiras. 10. Encerramento com festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. 4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas. 5. Valorização do respeito e empatia. 6. Promoção do bem-estar físico e emocional. 7. Confiança e autoestima. 8. Exploração da diversidade cultural no brincar. 9. Capacidade de organização e planejamento. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

ATIVIDADE BRINCANDO E APRENDENDO: JOGOS, BRINCADEIRAS E MOVIMENTO RECREATIVO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março

Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que promovem aprendizado e desenvolvimento motor, social e emocional através de jogos, brincadeiras e atividades em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Dinâmicas de integração e socialização. 3. Jogos que estimulam habilidades motoras e cognitivas. 4. Brincadeiras tradicionais e adaptadas. 5. Exploração de jogos em equipe para promover cooperação. 6. Criação de brincadeiras a partir de materiais recicláveis. 7. Integração de música e movimento nas atividades. 8. Reflexões sobre respeito, inclusão e empatia. 9. Encerramento com um festival de brincadeiras. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e cooperação. 3. Promoção da criatividade e improvisação. 4. Resolução de problemas em grupo. 5. Valorização da cultura lúdica e tradicional. 6. Desenvolvimento da empatia e respeito mútuo. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Integração social e habilidades emocionais. 9. Promoção de uma infância ativa e saudável. 10. Estímulo ao bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE ARTE CRIATIVA	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março

Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papel, argila, lápis de cor, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas práticas que estimulam a expressão criativa e artística, proporcionando aos participantes a oportunidade de explorar diferentes técnicas de artes visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo das artes visuais. 2. Técnicas de pintura e desenho. 3. Escultura em argila e materiais recicláveis. 4. Criação de murais colaborativos. 5. Exploração de texturas e formas. 6. Técnicas de colagem e mosaico. 7. Reflexões sobre arte e cultura. 8. Planejamento e execução de projetos criativos. 9. Organização de uma exposição de arte. 10. Avaliação coletiva das obras criadas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Expressão artística e emocional. 3. Resolução de problemas por meio da criação artística. 4. Sensibilidade estética e cultural. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Promoção da autoestima e confiança. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Consciência sobre o papel da arte na sociedade. 10. Fomento à imaginação e inovação.	

ATIVIDADE DANÇA COM RECREAÇÃO

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, bambolês
Descrição da atividade: Atividades que combinam dança e brincadeiras recreativas, promovendo a integração social, o movimento e a diversão. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos de ritmo e movimento. 2. Jogos de integração e brincadeiras com música. 3. Coreografias simples adaptadas para crianças. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Exploração de ritmos brasileiros e internacionais. 6. Atividades que integram dança e brincadeiras tradicionais. 7. Reflexão sobre a importância do movimento para a saúde. 8. Criação de apresentações coletivas. 9. Sessões de relaxamento ao final das práticas. 10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e equilíbrio. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e artística. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Melhoria da autoestima e confiança. 6. Resolução de problemas por meio da criatividade. 7. Promoção do bem-estar físico e emocional. 8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança. 9. Estímulo à criatividade e à improvisação. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

ATIVIDADE	
DANÇA PARA TODAS AS IDADES	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Todas as idades (crianças, jovens, adultos e idosos)
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos, colchonetes
Descrição da atividade: Oficina inclusiva de dança que promove saúde, bem-estar e integração entre diferentes gerações, explorando ritmos variados e movimentos adaptados às necessidades de cada participante. Conteúdo Programático: 1. Introdução à dança como ferramenta de integração e saúde. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Exploração de ritmos variados: samba, forró, salsa, entre outros. 4. Movimentos adaptados para diferentes faixas etárias. 5. Criação de coreografias simples e acessíveis. 6. Integração de danças regionais e culturais brasileiras. 7. Técnicas para desenvolver equilíbrio e coordenação motora. 8. Reflexões sobre a importância da dança no bem-estar. 9. Sessões de improvisação e expressão livre. 10. Encerramento com uma apresentação colaborativa. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Promoção do bem-estar físico e emocional. 3. Sensibilidade rítmica e musical. 4. Expressão corporal e criatividade no movimento. 5. Trabalho em equipe e integração entre gerações. 6. Melhoria da autoestima e autoconfiança. 7. Valorização da diversidade cultural e etária. 8. Desenvolvimento de consciência corporal. 9. Foco e disciplina em práticas regulares. 10. Promoção de hábitos saudáveis e ativos.	

ATIVIDADE REVIVER CAPOEIRA	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina prática que resgata a cultura e os valores da capoeira, explorando movimentos, ritmos e história, promovendo a integração social e o fortalecimento da identidade cultural. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e origem da capoeira. 2. Prática da ginga e movimentos básicos. 3. Técnicas de ataque, defesa e esquivas. 4. Treinamento de equilíbrio e acrobacias simples. 5. Ritmos e cantos tradicionais com instrumentos típicos. 6. Reflexão sobre os valores culturais da capoeira. 7. Formação e prática de rodas de capoeira. 8. Desenvolvimento de força e flexibilidade. 9. Ética, respeito e disciplina no contexto da capoeira. 10. Encerramento com roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e reflexos. 2. Fortalecimento físico e emocional. 3. Sensibilidade musical e rítmica. 4. Consciência cultural e valorização das raízes afro-brasileiras. 5. Trabalho em equipe e cooperação. 6. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 7. Expressão corporal e artística. 8. Respeito mútuo e promoção da ética no esporte. 9. Promoção de autoconfiança e autoestima. 10. Integração social e fortalecimento de identidade cultural.	

--

ATIVIDADE DANÇANDO E ALEGRANDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina de dança com foco em movimentos alegres e dinâmicos, promovendo bem-estar, diversão e conexão social por meio de ritmos animados e coreografias simples. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento e alongamento com música. 2. Exploração de ritmos como axé, samba e pop. 3. Coreografias dinâmicas e acessíveis. 4. Técnicas de improvisação e expressão corporal. 5. Reflexões sobre o papel da dança no bem-estar emocional. 6. Dinâmicas em grupo para promover a interação social. 7. Exercícios de equilíbrio e coordenação motora. 8. Adaptação dos movimentos a diferentes níveis de habilidade. 9. Planejamento de uma apresentação coletiva. 10. Encerramento com uma roda de dança comemorativa. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade rítmica e musical. 2. Coordenação motora e equilíbrio. 3. Expressão corporal e criatividade no movimento. 4. Promoção do bem-estar físico e emocional. 5. Trabalho em equipe e integração social. 6. Aumento da autoestima e confiança. 7. Estímulo à criatividade e à improvisação. 8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança.	

9. Resiliência e superação de desafios no movimento.
10. Promoção de uma rotina ativa e saudável.

ATIVIDADE CANTANDO E DANÇANDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, microfones
Descrição da atividade: Oficina que combina técnicas de canto e dança, promovendo a expressão artística, a integração social e o desenvolvimento de habilidades rítmicas e musicais. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento vocal e alongamento corporal. 2. Técnicas básicas de canto: respiração e projeção. 3. Introdução a movimentos rítmicos e passos simples. 4. Integração de canto e dança em práticas dinâmicas. 5. Reflexão sobre o impacto emocional da música e do movimento. 6. Criação de coreografias com acompanhamento vocal. 7. Dinâmicas em grupo para melhorar a interação e o desempenho coletivo. 8. Adaptação de movimentos e técnicas para diferentes níveis. 9. Planejamento de uma apresentação coletiva. 10. Encerramento com uma performance especial. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação entre canto e movimento. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão artística e corporal. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Melhoria da autoestima e autoconfiança. 6. Promoção do bem-estar físico e emocional. 7. Desenvolvimento de habilidades vocais e corporais.	

8. Criatividade na combinação de música e dança.
9. Resiliência e superação de desafios artísticos.
10. Promoção da inclusão e da diversidade cultural.

ATIVIDADE TEATRO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficina que desenvolve habilidades de expressão corporal, vocal e emocional por meio de práticas teatrais. As atividades promovem a criatividade, a interação social e a autoconfiança em um ambiente colaborativo e dinâmico. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro: conceitos básicos e história. 2. Exercícios de aquecimento corporal e vocal. 3. Dinâmicas de improvisação e criatividade. 4. Técnicas de expressão corporal e facial. 5. Construção de personagens e desenvolvimento de narrativas. 6. Práticas de criação de cenas em grupo. 7. Técnicas de leitura e interpretação de textos teatrais. 8. Reflexões sobre o papel do teatro na sociedade. 9. Planejamento e ensaio de uma apresentação final. 10. Encerramento com performance teatral para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Capacidade de interpretar e transmitir emoções. 5. Melhoria da confiança e presença de palco.	

6. Sensibilidade artística e cultural.
7. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais.
8. Promoção da empatia e do autoconhecimento.
9. Planejamento e organização de projetos artísticos.
10. Resiliência e superação de desafios emocionais e criativos.

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
COMO SE PREPARAR PARA UMA ENTREVISTA DE EMPREGO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flipchart, projetor, materiais para simulação
Descrição da atividade: Oficina prática para preparar os participantes para entrevistas de emprego, abordando desde a apresentação pessoal até as respostas estratégicas às perguntas mais comuns. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mercado de trabalho e à importância da entrevista. 2. Construção de uma apresentação pessoal assertiva. 3. Dicas de vestimenta e linguagem corporal. 4. Como responder perguntas frequentes de forma estratégica. 5. Técnicas para abordar temas desafiadores com confiança. 6. Dinâmicas de simulação de entrevistas. 7. Análise de pontos fortes e áreas de melhoria. 8. Reflexão sobre os tipos de entrevistas: presencial, online e dinâmica de grupo. 9. Estratégias para controle de ansiedade e gestão emocional. 10. Encerramento com feedback coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas:	

1. Comunicação assertiva e clara.
2. Controle emocional em situações de pressão.
3. Confiança para apresentar habilidades e competências.
4. Capacidade de responder a perguntas de forma estruturada.
5. Melhoria da linguagem corporal e da postura.
6. Planejamento e organização de informações pessoais e profissionais.
7. Desenvolvimento de empatia e habilidades interpessoais.
8. Adaptação a diferentes contextos de entrevista.
9. Reflexão sobre a importância do preparo prévio.
10. Promoção da autoconfiança e resiliência.

ATIVIDADE DINÂMICAS DE GRUPO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Flipchart, materiais diversos para dinâmicas
Descrição da atividade: Oficina que utiliza dinâmicas de grupo como ferramenta para desenvolver habilidades interpessoais, colaboração, liderança e comunicação entre os participantes.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância das dinâmicas de grupo no desenvolvimento pessoal e profissional. 2. Jogos de integração e quebra-gelo. 3. Dinâmicas para desenvolver liderança e trabalho em equipe. 4. Atividades voltadas para resolução de problemas em grupo. 5. Exercícios de criatividade e inovação colaborativa. 6. Reflexões sobre empatia e escuta ativa. 7. Atividades para melhorar a comunicação e a confiança. 8. Análise de papéis em grupos e como lidar com conflitos. 9. Feedback individual e coletivo após as atividades. 10. Encerramento com uma dinâmica final de integração.	

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Trabalho em equipe e colaboração.
2. Capacidade de resolução de problemas em grupo.
3. Comunicação clara e assertiva.
4. Desenvolvimento de liderança e iniciativa.
5. Promoção da empatia e da escuta ativa.
6. Capacidade de lidar com conflitos e propor soluções.
7. Estímulo à criatividade e inovação coletiva.
8. Melhoria da autoconfiança em contextos grupais.
9. Reflexão sobre papéis e responsabilidades no grupo.
10. Promoção de um ambiente inclusivo e cooperativo.

ATIVIDADE MATEMÁTICOS EM AÇÃO: A AVENTURA DOS NÚMEROS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, papéis, lápis, régua, jogos matemáticos
Descrição da atividade: Oficinas dinâmicas e interativas que estimulam o raciocínio lógico e o amor pela matemática, explorando números e conceitos por meio de desafios e atividades práticas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância dos números no dia a dia. 2. Atividades de raciocínio lógico e resolução de problemas. 3. Jogos matemáticos para estimular o aprendizado. 4. Exploração de formas geométricas e medidas. 5. Aplicação prática de conceitos de aritmética e álgebra. 6. Desafios de cálculo mental e estratégias. 7. Reflexões sobre a aplicação da matemática na ciência e tecnologia. 8. Dinâmicas de grupo para resolver desafios matemáticos. 9. Planejamento e execução de projetos numéricos criativos. 10. Encerramento com uma competição amigável de matemática.	

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Raciocínio lógico e pensamento estratégico.
2. Resolução criativa de problemas matemáticos.
3. Habilidade em cálculos mentais e agilidade numérica.
4. Trabalho em equipe e cooperação.
5. Valorização da matemática no cotidiano.
6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática.
7. Capacidade de interpretar e solucionar desafios.
8. Conexão entre matemática e áreas práticas como ciência e tecnologia.
9. Foco e concentração durante atividades complexas.
10. Promoção do interesse contínuo pela aprendizagem matemática.

ATIVIDADE	
MATEMÁTICA DIVERTIDA: APRENDENDO COM OS JOGOS - CUBO MÁGICO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de prática lúdica
Materiais e Equipamentos	Cubos mágicos, manuais de soluções, materiais visuais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam o cubo mágico como ferramenta para ensinar conceitos matemáticos, raciocínio lógico e estratégias de resolução de problemas de maneira divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. História e origem do cubo mágico. 2. Conceitos básicos de combinações e permutações. 3. Técnicas de resolução passo a passo. 4. Aplicação de padrões e algoritmos. 5. Dinâmicas de grupo para desafios em equipe. 6. Relacionando o cubo mágico à matemática e à lógica. 7. Reflexões sobre paciência e foco no aprendizado. 8. Criação de competições de tempo e solução.	

9. Estratégias para melhorar a velocidade e eficiência.
10. Encerramento com uma exibição de soluções criativas.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Raciocínio lógico e pensamento crítico.
2. Habilidade de resolver problemas complexos.
3. Desenvolvimento da paciência e persistência.
4. Coordenação motora fina e agilidade manual.
5. Capacidade de seguir e adaptar algoritmos.
6. Promoção da criatividade na busca por soluções.
7. Foco e concentração em atividades desafiadoras.
8. Trabalho em equipe e espírito competitivo saudável.
9. Valorização do aprendizado por meio de desafios lúdicos.
10. Estímulo à curiosidade científica e matemática.

ATIVIDADE

COMO SE PREPARAR PARA UMA ENTREVISTA DE EMPREGO

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flipchart, projetor, materiais para simulação
Descrição da atividade: Oficina prática para preparar os participantes para entrevistas de emprego, abordando desde a apresentação pessoal até as respostas estratégicas às perguntas mais comuns. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mercado de trabalho e à importância da entrevista. 2. Construção de uma apresentação pessoal assertiva. 3. Dicas de vestimenta e linguagem corporal. 4. Como responder perguntas frequentes de forma estratégica. 5. Técnicas para abordar temas desafiadores com confiança. 6. Dinâmicas de simulação de entrevistas. 7. Análise de pontos fortes e áreas de melhoria.	

8. Reflexão sobre os tipos de entrevistas: presencial, online e dinâmica de grupo.
9. Estratégias para controle de ansiedade e gestão emocional.
10. Encerramento com feedback coletivo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Comunicação assertiva e clara.
2. Controle emocional em situações de pressão.
3. Confiança para apresentar habilidades e competências.
4. Capacidade de responder a perguntas de forma estruturada.
5. Melhoria da linguagem corporal e da postura.
6. Planejamento e organização de informações pessoais e profissionais.
7. Desenvolvimento de empatia e habilidades interpessoais.
8. Adaptação a diferentes contextos de entrevista.
9. Reflexão sobre a importância do preparo prévio.
10. Promoção da autoconfiança e resiliência.

ATIVIDADE	
COMUNICAÇÃO EM MOVIMENTO - IMPRENSA JOVEM	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens de 12 a 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala equipada com computadores e câmeras ou smartphones
Materiais e Equipamentos	Computadores, câmeras, gravadores, microfones
Descrição da atividade: Oficina prática que capacita os jovens para atuar como comunicadores em uma equipe de imprensa escolar, desenvolvendo habilidades de reportagem, escrita e produção audiovisual, com foco no dinamismo e na expressão criativa. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao jornalismo jovem: o papel da imprensa escolar. 2. Técnicas de redação e organização de conteúdos jornalísticos. 3. Práticas de fotografia e gravação de vídeos. 4. Técnicas de entrevista e produção de matérias. 5. Introdução à edição de áudio e vídeo.	

6. Reflexões sobre ética e responsabilidade no jornalismo.
7. Dinâmicas de criação de pautas e roteiros.
8. Planejamento e execução de reportagens em campo.
9. Produção de um jornal ou programa escolar.
10. Encerramento com a apresentação dos projetos desenvolvidos.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Comunicação assertiva e objetiva.
2. Desenvolvimento do pensamento crítico e analítico.
3. Capacidade de trabalhar em equipe.
4. Organização e planejamento de projetos midiáticos.
5. Habilidade em edição básica de áudio, texto e vídeo.
6. Promoção da ética e responsabilidade na comunicação.
7. Expressão criativa em narrativas audiovisuais.
8. Confiança e protagonismo jovem na criação de conteúdos.
9. Sensibilidade para captar histórias e temas relevantes.
10. Promoção da inclusão e diversidade na imprensa.

ATIVIDADE PODCAST: EXPRESSÃO E COMUNICAÇÃO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala equipada com computadores e microfones
Materiais e Equipamentos	Microfones, computadores, software de edição de áudio
Descrição da atividade: Oficina prática para criação de podcasts, explorando técnicas de produção, narração e edição, promovendo a expressão criativa e o aprendizado de ferramentas de comunicação digital. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao universo dos podcasts: história e formatos. 2. Técnicas de narração e construção de roteiros. 3. Uso de equipamentos e softwares para gravação e edição.	

4. Práticas de criação de vinhetas e trilhas sonoras.
5. Reflexão sobre temas relevantes para o público-alvo.
6. Dinâmicas de gravação em grupo.
7. Técnicas de edição de áudio para melhorar a qualidade sonora.
8. Publicação e divulgação de podcasts em plataformas digitais.
9. Ética e responsabilidade na criação de conteúdo.
10. Encerramento com apresentação dos podcasts criados.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Narração clara e objetiva.
2. Planejamento e organização de conteúdos digitais.
3. Conhecimento técnico em edição de áudio.
4. Capacidade de construir narrativas criativas e envolventes.
5. Trabalho em equipe e colaboração.
6. Reflexão crítica sobre temas contemporâneos.
7. Promoção da ética e da responsabilidade na comunicação digital.
8. Desenvolvimento da autoconfiança na expressão oral.
9. Sensibilidade para captar e narrar histórias.
10. Valorização do protagonismo e da diversidade cultural.

ATIVIDADE JOGOS MATEMÁTICOS I	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Tabuleiros, cartas, peças de jogos, dados
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas que utilizam jogos matemáticos para introduzir conceitos de lógica, operações e raciocínio, tornando o aprendizado divertido e colaborativo. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao conceito de jogos matemáticos. 2. Jogos de tabuleiro e cartas para somar e subtrair. 3. Atividades de raciocínio lógico com quebra-cabeças.	

4. Dinâmicas com dados para explorar multiplicação e divisão.
5. Jogos que incentivam o trabalho em equipe.
6. Reflexões sobre estratégias para resolver problemas.
7. Exploração de padrões e sequências numéricas.
8. Planejamento de desafios em grupo.
9. Dinâmica final com competição amigável.
10. Encerramento com roda de conversa sobre o aprendizado.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Raciocínio lógico e estratégico.
2. Habilidades básicas de cálculo mental.
3. Trabalho em equipe e colaboração.
4. Resolução de problemas por meio de jogos.
5. Promoção da concentração e atenção.
6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática.
7. Fomento à criatividade no aprendizado numérico.
8. Valorização da matemática no cotidiano.
9. Capacidade de planejar estratégias e antecipar movimentos.
10. Promoção do aprendizado ativo e divertido.

ATIVIDADE JOGOS MATEMÁTICOS II	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens de 11 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, tabuleiros, peças de jogos, softwares de matemática
Descrição da atividade: Oficinas avançadas de jogos matemáticos que promovem o desenvolvimento do raciocínio lógico, álgebra básica e geometria, desafiando os participantes a resolver problemas de forma criativa. Conteúdo Programático:	

1. Exploração de jogos que envolvem operações avançadas.
2. Dinâmicas com tabuleiros e desafios lógicos.
3. Atividades de geometria com quebra-cabeças espaciais.
4. Jogos digitais e aplicativos matemáticos.
5. Reflexões sobre a aplicação da matemática em problemas reais.
6. Dinâmicas em grupo para resolução de problemas complexos.
7. Planejamento de estratégias para vencer desafios.
8. Integração de conceitos de álgebra em jogos práticos.
9. Criação de jogos matemáticos pelos participantes.
10. Encerramento com uma competição matemática saudável.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Raciocínio lógico e resolução de problemas.
2. Aplicação de conceitos matemáticos em situações práticas.
3. Colaboração em grupo e troca de ideias.
4. Desenvolvimento de estratégias e planejamento.
5. Melhoria da confiança em relação à matemática.
6. Promoção do pensamento crítico e analítico.
7. Fomento à criatividade no aprendizado numérico.
8. Valorização da matemática no cotidiano e na ciência.
9. Capacidade de adaptação a desafios de maior complexidade.
10. Promoção do aprendizado divertido e engajador.

ATIVIDADE	
A HARMONIA DAS CORES EM INGLÊS - INGLÊS KIDS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tintas, pincéis, lápis de cor
Descrição da atividade: Oficina lúdica que ensina vocabulário em inglês relacionado às cores por meio de atividades práticas de pintura e desenho, tornando o aprendizado divertido e interativo.	

Conteúdo Programático:

1. Introdução às cores em inglês: nomes e pronúncias.
2. Jogos e músicas para fixar o vocabulário.
3. Atividades de pintura para associar palavras e cores.
4. Criação de desenhos temáticos com identificação das cores em inglês.
5. Dinâmicas para trabalhar variações de tons e gradientes.
6. Reflexões sobre a importância das cores no cotidiano.
7. Planejamento de uma exposição das obras criadas.
8. Integração de frases simples com o vocabulário aprendido.
9. Exercícios de escuta e repetição de palavras.
10. Encerramento com uma roda de conversa sobre o aprendizado.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento do vocabulário básico em inglês.
2. Expressão artística e criatividade.
3. Coordenação motora fina e sensibilidade estética.
4. Promoção do aprendizado interativo e lúdico.
5. Confiança na comunicação em uma língua estrangeira.
6. Trabalho em equipe e colaboração em projetos.
7. Reflexão sobre a conexão entre idiomas e arte.
8. Promoção da curiosidade e interesse pelo aprendizado do inglês.
9. Desenvolvimento da atenção e da concentração.
10. Integração de habilidades linguísticas e visuais para um aprendizado completo.

7.3.2. EMEF BRIGADEIRO CORREIA DE MELO

A EMEF Brigadeiro Correia de melo, faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE Itaquera.

A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Jardim Fernandes, integrante da Subprefeitura de Itaquera e Distrito Cidade Líder.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 176 hab/ha, com uma estimativa de 65.042 mil habitantes e uma proporção de 19% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 4 (quatro) favelas com cerca de 1.636 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 4 (quatro) linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Murici, a cerca de 58 metros da escola. Dos equipamentos públicos culturais e/ou esportivos do entorno dessa unidade escolar, existe 1 (um) Clube da Comunidade.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, adolescentes e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, kettlebells, halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: kettlebells, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos. 10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adolescentes, jovens e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE	
Descobrimdo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe. 9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, minicones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos lúdicos.	

ATIVIDADE

Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Judô (Infanto Juvenil)

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e adolescentes de 8 a 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Tatame ou sala apropriada para práticas esportivas
Materiais e Equipamentos	Tatames, faixas, uniformes de judô

Descrição da atividade:

Treinamento técnico para crianças e adolescentes, com foco no aprendizado dos fundamentos e técnicas básicas do judô. As sessões promovem disciplina, respeito e equilíbrio emocional.

Conteúdo Programático:

1. História e princípios do judô.
2. Fundamentos básicos: quedas e rolamentos.
3. Técnicas de projeção e pegadas.
4. Desenvolvimento da postura e equilíbrio.
5. Exercícios de imobilização e defesa pessoal.
6. Simulação de combates seguros (randori).
7. Regras e etiqueta do judô.
8. Treinamento em trabalho de base e deslocamentos.
9. Alongamento e relaxamento específicos para a modalidade.
10. Planejamento de um torneio recreativo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento do autocontrole e equilíbrio emocional.
2. Melhoria da coordenação motora e força.
3. Respeito às regras e aos adversários.
4. Capacidade de resolver conflitos pacificamente.
5. Consciência corporal e postura.
6. Promoção da disciplina e perseverança.
7. Melhoria da autoconfiança e autoestima.
8. Trabalho em equipe e espírito esportivo.
9. Técnica e precisão nos movimentos.
10. Resiliência e enfrentamento de desafios.

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, adolescentes e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

ATIVIDADE	
Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais. 9. Consciência corporal em atividades práticas. 10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.	

ATIVIDADE	
Pilates: Bem-Estar e Flexibilidade na Melhor Idade	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 40 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com piso apropriado
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas de pilates, elásticos de resistência
Descrição da atividade: Sessões de Pilates adaptadas para a melhor idade, focando em fortalecimento muscular, flexibilidade e bem-estar. As práticas visam melhorar a qualidade de vida e promover a integração social entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao Pilates: benefícios para a melhor idade. 2. Princípios do método Pilates: concentração, controle e respiração. 3. Exercícios básicos para fortalecimento do core. 4. Movimentos para melhorar a flexibilidade e mobilidade. 5. Técnicas de alinhamento postural. 6. Uso de equipamentos simples: bolas e elásticos. 7. Práticas de relaxamento e alongamento final. 8. Estratégias para incorporar o Pilates no dia a dia. 9. Cuidados e adaptações para diferentes condições físicas. 10. Encerramento com avaliação individual e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e da postura. 2. Aumento da flexibilidade e mobilidade articular. 3. Fortalecimento muscular para suporte e proteção corporal. 4. Consciência corporal e controle motor. 5. Promoção do relaxamento e alívio do estresse. 6. Resiliência e superação de desafios físicos. 7. Capacidade de incorporar hábitos saudáveis à rotina. 8. Redução de dores e tensões musculares. 9. Melhoria da qualidade de vida e bem-estar geral. 10. Desenvolvimento da autoconfiança em atividades físicas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Judô (Adulto)	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Tatame ou sala apropriada para práticas esportivas
Materiais e Equipamentos	Tatames, faixas, uniformes de judô
Descrição da atividade: Treinamento técnico de judô para jovens e adultos, com foco no aprendizado avançado de técnicas e no desenvolvimento da disciplina. As sessões incluem práticas de combate, fortalecimento físico e mental e respeito às regras da modalidade. Conteúdo Programático: 1. História e filosofia do judô. 2. Fundamentos básicos: quedas, pegadas e projeções. 3. Técnicas avançadas de imobilização e finalização. 4. Práticas de deslocamento e controle de postura. 5. Treinamento específico para competição: randori. 6. Estratégias para lutas em pé e no chão (ne-waza). 7. Regras oficiais e etiqueta no judô competitivo. 8. Alongamento e aquecimento específicos para evitar lesões. 9. Desenvolvimento de força e resistência específica. 10. Simulações de torneios recreativos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento do autocontrole e da disciplina. 2. Aumento da força, resistência e coordenação. 3. Melhoria da técnica e precisão nos movimentos. 4. Respeito às regras e aos adversários. 5. Capacidade de planejar e executar estratégias em combate. 6. Promoção da resiliência emocional e mental. 7. Consciência corporal e fortalecimento postural. 8. Autoconfiança em práticas esportivas competitivas. 9. Valorização da ética e do espírito esportivo. 10. Capacidade de trabalhar individualmente e em equipe.	

ATIVIDADE	
Yoga para Todos: Harmonia e Bem-Estar	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Todas as idades (crianças, jovens, adultos e idosos)
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, toalhas, música relaxante, blocos de yoga
Descrição da atividade: Oficina inclusiva que promove o bem-estar físico e emocional por meio da prática do yoga, com exercícios de respiração, posturas e meditação, adaptados para diferentes faixas etárias e níveis de habilidade. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao yoga: história, princípios e benefícios. 2. Técnicas de respiração (pranayamas) para relaxamento e foco. 3. Prática de posturas básicas (asanas) para flexibilidade e força. 4. Exercícios de equilíbrio e coordenação. 5. Sequências dinâmicas adaptadas para diferentes níveis. 6. Técnicas de meditação e mindfulness. 7. Alongamento e relaxamento guiado (yoga nidra). 8. Reflexões sobre autocuidado e bem-estar emocional. 9. Discussão sobre a integração do yoga no cotidiano. 10. Encerramento com roda de conversa e feedback coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da postura e do alinhamento corporal. 2. Aumento da flexibilidade e força muscular. 3. Promoção do relaxamento e redução do estresse. 4. Desenvolvimento da concentração e foco mental. 5. Estímulo ao autoconhecimento e equilíbrio emocional. 6. Promoção de hábitos saudáveis e autocuidado. 7. Capacidade de lidar com tensões físicas e emocionais. 8. Trabalho em grupo com respeito e empatia. 9. Valorização da prática regular para o bem-estar integral. 10. Sensibilização para a conexão entre mente, corpo e respiração.	

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE	
Atividade de Consciência Corporal: Memórias do Corpo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com espaço amplo
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, música instrumental, espelhos, cadeiras
Descrição da atividade: Uma prática que combina técnicas de consciência corporal e expressão pessoal, utilizando movimentos e reflexões para conectar o corpo às suas memórias e experiências. A atividade estimula autoconhecimento e bem-estar emocional. Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Técnicas de respiração para relaxamento e foco. 3. Exercícios de percepção corporal e alinhamento postural. 4. Movimentos exploratórios para conectar corpo e emoções. 5. Dinâmicas de interação em grupo. 6. Práticas de improvisação corporal com música. 7. Reflexão e expressão das memórias do corpo. 8. Desenvolvimento de movimentos orgânicos e autênticos. 9. Estratégias para relaxamento e bem-estar. 10. Encerramento com roda de conversa sobre experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Ampliação da percepção corporal e emocional. 2. Melhoria do equilíbrio físico e emocional. 3. Capacidade de relaxamento e redução do estresse. 4. Desenvolvimento de expressão corporal autêntica. 5. Promoção do autoconhecimento e empatia. 6. Melhoria da postura e da mobilidade. 7. Foco e concentração em atividades introspectivas. 8. Estímulo à criatividade e à improvisação. 9. Valorização da conexão mente-corpo. 10. Fortalecimento da autoestima e confiança pessoal.	

ATIVIDADE	
Cantando e Atuando	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Microfones, sistema de som, figurinos, espelhos
Descrição da atividade: Uma oficina que une técnicas de canto e interpretação, promovendo o desenvolvimento artístico e a expressão pessoal dos participantes. As práticas incluem atividades práticas de vocalização e encenação. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento vocal e técnicas de respiração. 2. Treino de dicção e projeção da voz. 3. Introdução à expressão corporal em cena. 4. Técnicas de interpretação e improvisação. 5. Desenvolvimento de personagens para performances. 6. Ensaio de canções com expressão cênica. 7. Dinâmicas para integração de canto e atuação. 8. Práticas de improvisação teatral com música. 9. Apresentação de trechos de peças musicais. 10. Encerramento com uma performance coletiva. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da técnica vocal e projeção da voz. 2. Capacidade de interpretar e transmitir emoções. 3. Desenvolvimento de presença de palco. 4. Coordenação entre canto e expressão corporal. 5. Trabalho em equipe e interação com colegas. 6. Criatividade na composição de personagens. 7. Promoção da autoconfiança em apresentações públicas. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Estímulo à sensibilidade artística e emocional. 10. Capacidade de improvisação e adaptação em cena.	

ATIVIDADE Dança para Todos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade. 2. Expressão artística através da dança. 3. Melhoria da postura e do equilíbrio. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Autoconfiança e presença em cena. 6. Respeito à diversidade de corpos e expressões. 7. Sensibilidade rítmica e musical. 8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.	

ATIVIDADE	
Movimento Recreativo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, cones, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que combinam movimento, criatividade e integração social, promovendo o bem-estar e a alegria entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à recreação como prática educativa. 2. Dinâmicas de integração e socialização. 3. Jogos com foco em habilidades motoras. 4. Brincadeiras que combinam agilidade e estratégia. 5. Atividades que estimulam a criatividade e improvisação. 6. Competição saudável em jogos cooperativos. 7. Criação de novos jogos com materiais simples. 8. Exploração de jogos culturais e tradicionais. 9. Reflexões sobre o papel do lazer no cotidiano. 10. Encerramento com um festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e respeito mútuo. 3. Capacidade de resolver desafios lúdicos. 4. Promoção da criatividade e da inovação. 5. Melhoria da agilidade e resistência física. 6. Desenvolvimento da empatia e da inclusão. 7. Estímulo ao bem-estar emocional. 8. Capacidade de organização em atividades coletivas. 9. Promoção de valores como cooperação e solidariedade. 10. Fortalecimento do senso de pertencimento comunitário	

ATIVIDADE	
Musicalização - Fanfarra	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Instrumentos de fanfarra (tambores, trompetes, liras), partituras, uniformes
Descrição da atividade: A oficina de musicalização com foco em fanfarras busca introduzir os participantes à prática musical em grupo, promovendo disciplina, integração e apreciação artística.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e cultura das fanfarras. 2. Conhecimento básico dos instrumentos de fanfarra. 3. Técnicas de leitura de partituras simples. 4. Desenvolvimento de ritmo e coordenação musical. 5. Ensaios para integração de instrumentos. 6. Execução de repertório tradicional e moderno. 7. Dinâmicas de grupo para coordenação e sincronia. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Discussão sobre o papel cultural das fanfarras. 10. Encerramento com apresentação para a comunidade.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da disciplina e concentração. 2. Melhoria da coordenação motora e rítmica. 3. Capacidade de trabalhar em equipe musical. 4. Promoção da criatividade e expressão artística. 5. Apreciação pela música como ferramenta de integração. 6. Confiança e presença em apresentações públicas. 7. Sensibilidade auditiva e rítmica. 8. Estímulo à responsabilidade e compromisso. 9. Respeito pela diversidade cultural e artística. 10. Fortalecimento de laços sociais e comunitários.	

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, cones, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que estimulam o aprendizado por meio do brincar. As atividades incluem jogos, dinâmicas e brincadeiras que integram aspectos pedagógicos e lúdicos, promovendo o desenvolvimento social e motor das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do brincar no aprendizado. 2. Dinâmicas de socialização e interação em grupo. 3. Jogos que envolvem movimento e estratégia. 4. Atividades de raciocínio lógico aplicadas a brincadeiras. 5. Brincadeiras culturais e regionais. 6. Exploração de materiais simples para a criação de jogos. 7. Atividades que integram música e movimento. 8. Técnicas de mediação e inclusão em jogos. 9. Competição saudável em grupos. 10. Encerramento com roda de conversa e feedback das crianças. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Resolução de problemas de forma criativa. 4. Promoção do respeito e da empatia. 5. Desenvolvimento do raciocínio lógico e estratégico. 6. Fortalecimento da autoestima e confiança. 7. Melhoria da socialização e integração. 8. Estímulo à criatividade e improvisação. 9. Valorização da cultura lúdica e tradicional. 10. Promoção do bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE Brinquedos de Papel	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papel colorido, tesouras, cola, tintas, canetinhas, dobraduras
Descrição da atividade: Oficinas que incentivam a criatividade e a coordenação motora por meio da confecção de brinquedos de papel. As crianças aprenderão a criar objetos lúdicos e expressar sua imaginação. Conteúdo Programático: 1. Introdução à arte de criar com papel. 2. Técnicas básicas de dobraduras (origami). 3. Criação de brinquedos como aviões, barcos e fantoches. 4. Customização com pintura e colagem. 5. Uso de materiais recicláveis na construção de brinquedos. 6. Atividades integradas para desenvolver histórias com os brinquedos. 7. Exploração de temas culturais em dobraduras e brinquedos. 8. Reflexão sobre sustentabilidade e criatividade. 9. Organização de uma exposição de brinquedos criados. 10. Encerramento com roda de diálogo sobre a experiência. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 3. Capacidade de planejamento e execução. 4. Estímulo à imaginação e à expressão artística. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais. 6. Resolução de problemas de forma criativa. 7. Promoção da autoestima e confiança. 8. Apreciação pela diversidade cultural e artística. 9. Fomento ao trabalho em grupo e cooperação. 10. Habilidade de finalizar projetos criativos.	

ATIVIDADE Jogos Teatrais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam jogos teatrais para desenvolver habilidades de expressão, criatividade e trabalho em equipe, promovendo o contato com a arte cênica de forma lúdica. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos jogos teatrais e sua aplicação. 2. Exercícios de aquecimento e relaxamento corporal. 3. Técnicas de improvisação em grupo. 4. Dinâmicas de criação de personagens. 5. Jogos para explorar a expressão corporal e vocal. 6. Criação de pequenas cenas e histórias. 7. Reflexão sobre os valores sociais em atividades teatrais. 8. Apresentação e análise de esquetes teatrais. 9. Técnicas de concentração e foco para cena. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Criatividade na construção de cenas e personagens. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Desenvolvimento da empatia e do respeito mútuo. 5. Capacidade de improvisação e adaptação. 6. Fomento ao pensamento crítico e reflexivo. 7. Confiança e presença de palco. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Sensibilidade artística e cultural. 10. Resiliência em atividades desafiadoras.	

ATIVIDADE	
Jogos Teatrais - Adulto	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som
Descrição da atividade: Atividades voltadas ao público adulto, explorando os jogos teatrais como ferramentas de autoconhecimento, expressão e interação social. Conteúdo Programático: 1. Exercícios de aquecimento e relaxamento. 2. Dinâmicas de improvisação e criação coletiva. 3. Técnicas de expressão corporal e vocal. 4. Desenvolvimento de personagens a partir de memórias e experiências. 5. Construção de pequenas cenas em grupos. 6. Reflexão sobre questões sociais por meio do teatro. 7. Apresentação de esquetes criadas pelos participantes. 8. Técnicas de foco e atenção plena para atuação. 9. Introdução a diferentes estilos teatrais. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Fomento ao autoconhecimento e confiança. 3. Trabalho em equipe e interação social. 4. Reflexão sobre questões contemporâneas. 5. Desenvolvimento da criatividade em cena. 6. Sensibilidade artística e cultural. 7. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Promoção da empatia e do respeito à diversidade. 10. Planejamento e execução de projetos coletivos.	

ATIVIDADE	
Jogos Teatrais - Infantil	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Fantasia, adereços, música instrumental
Descrição da atividade: Jogos teatrais voltados ao público infantil, com foco no desenvolvimento da criatividade, expressão corporal e socialização de forma lúdica e divertida. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro e seus elementos básicos. 2. Jogos de integração e socialização. 3. Criação de personagens e pequenas histórias. 4. Exploração da expressão facial e corporal. 5. Técnicas de improvisação em grupo. 6. Atividades de ritmo e movimento com música. 7. Dinâmicas para estimular a imaginação. 8. Apresentação de pequenas cenas para os colegas. 9. Reflexão sobre valores e lições nos jogos. 10. Encerramento com um espetáculo infantil coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e emocional. 2. Desenvolvimento da criatividade e imaginação. 3. Respeito às regras e interação com o grupo. 4. Promoção da autoestima e confiança. 5. Fomento ao trabalho em equipe e cooperação. 6. Sensibilidade para diferentes emoções e situações. 7. Melhoria da concentração e foco. 8. Capacidade de se comunicar de forma expressiva. 9. Promoção da inclusão e empatia. 10. Desenvolvimento de habilidades sociais e artísticas.	

ATIVIDADE	
Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música
Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônomo
Descrição da atividade: Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia. 2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional). 3. Técnicas básicas de instrumentos variados. 4. Dinâmicas de improvisação musical. 5. Construção de repertório colaborativo. 6. Integração de canto e instrumentos. 7. Técnicas de composição coletiva. 8. Reflexão sobre a música como ferramenta social. 9. Ensaio e refinamento de performances. 10. Apresentação final de um repertório conjunto. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade auditiva e musical. 2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos. 3. Improvisação e criatividade musical. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Confiança e presença em apresentações. 6. Capacidade de composição e criação coletiva. 7. Valorização da diversidade cultural na música. 8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento. 9. Expressão artística e emocional por meio da música. 10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.	

ATIVIDADE

Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros – Capoeira

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas

Descrição da atividade:

Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática.

Conteúdo Programático:

1. História e fundamentos da capoeira.
2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques.
3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples.
4. Práticas musicais com instrumentos típicos.
5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira.
6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira.
7. Dinâmicas de roda de capoeira.
8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação.
9. Exercícios de coordenação e resistência física.
10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio.
2. Sensibilidade musical e rítmica.
3. Fortalecimento físico e emocional.
4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira.
5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras.
6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação.
7. Autoconfiança e disciplina.
8. Expressão artística e corporal.
9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social.
10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras. 4. Exploração de jogos tradicionais e culturais. 5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos. 6. Criação de novos jogos em grupo. 7. Integração de música e movimento em atividades recreativas. 8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil. 9. Planejamento de jogos e brincadeiras. 10. Encerramento com festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. 4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas. 5. Valorização do respeito e empatia. 6. Promoção do bem-estar físico e emocional. 7. Confiança e autoestima. 8. Exploração da diversidade cultural no brincar. 9. Capacidade de organização e planejamento. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

ATIVIDADE Artes/Máscaras	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papel, tinta, tesouras, cola, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficina artística dedicada à criação de máscaras, explorando diferentes estilos, técnicas e contextos culturais para promover criatividade e expressão artística. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao significado cultural das máscaras. 2. Técnicas básicas de criação de máscaras. 3. Customização com pintura e colagem. 4. Uso de materiais recicláveis na confecção de máscaras. 5. Exploração de estilos culturais (africano, indígena, teatral). 6. Reflexão sobre a importância histórica das máscaras. 7. Dinâmicas de expressão corporal usando máscaras. 8. Planejamento e execução de uma exposição. 9. Apresentação teatral com as máscaras criadas. 10. Encerramento com avaliação e troca de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Conhecimento cultural e histórico sobre máscaras. 3. Valorização do reaproveitamento de materiais. 4. Desenvolvimento da paciência e atenção. 5. Expressão artística e emocional. 6. Capacidade de planejar e executar projetos criativos. 7. Sensibilidade estética e cultural. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Promoção da autoconfiança e autoestima. 10. Fomento ao senso de pertencimento cultural.	

ATIVIDADE	
Artesanato: Construindo Laços	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Linhas, tecidos, agulhas, colas, materiais recicláveis, tintas
Descrição da atividade: Oficina prática que utiliza o artesanato como forma de expressão, integração social e desenvolvimento de habilidades manuais. Os participantes criarão peças únicas enquanto exploram a importância do fazer artesanal. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao artesanato: importância cultural e social. 2. Técnicas básicas de costura e colagem. 3. Criação de peças artesanais: bolsas, acessórios e decoração. 4. Uso de materiais recicláveis na confecção. 5. Estilos regionais e culturais no artesanato. 6. Personalização e acabamento das peças criadas. 7. Reflexão sobre sustentabilidade e reaproveitamento. 8. Dinâmicas de trabalho colaborativo. 9. Planejamento e montagem de uma exposição das criações. 10. Encerramento com partilha de experiências e avaliação coletiva. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e habilidades manuais. 2. Criatividade na criação e personalização de peças. 3. Valorização da sustentabilidade e reaproveitamento de materiais. 4. Fomento ao trabalho em equipe e cooperação. 5. Promoção do senso de pertencimento cultural. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Fortalecimento da autoestima e confiança. 8. Conhecimento sobre técnicas artesanais regionais e globais. 9. Expressão artística e senso estético. 10. Capacidade de planejar e finalizar projetos criativos.	

ATIVIDADE	
Jogos Teatrais - Adulto	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas voltadas para o público adulto, utilizando jogos teatrais como ferramentas para o desenvolvimento de expressão pessoal, criatividade e habilidades sociais, em um ambiente dinâmico e descontraído. Conteúdo Programático: 1. Técnicas de aquecimento corporal e vocal. 2. Dinâmicas de improvisação em grupo. 3. Desenvolvimento de personagens com base em vivências. 4. Jogos para expressão corporal e comunicação não verbal. 5. Criação de pequenas cenas com temas sociais. 6. Reflexão sobre valores e experiências humanas através do teatro. 7. Técnicas de relaxamento e concentração para atuação. 8. Apresentação de esquetes teatrais. 9. Introdução a estilos teatrais e suas aplicações práticas. 10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação. 3. Fomento ao autoconhecimento e confiança. 4. Capacidade de trabalho em equipe e interação social. 5. Reflexão sobre temas contemporâneos e questões sociais. 6. Sensibilidade artística e cultural. 7. Melhoria da articulação e dicção. 8. Promoção da empatia e inclusão. 9. Planejamento e execução de projetos coletivos. 10. Presença e postura em cena.	

ATIVIDADE Zumba	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes
Descrição da atividade: Oficinas de Zumba que combinam dança e atividade física de maneira divertida, promovendo saúde, bem-estar e integração social por meio de ritmos e movimentos animados. Conteúdo Programático: 1. Introdução à Zumba: origem e benefícios. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Ritmos variados: salsa, <i>reggaeton</i>, merengue, entre outros. 4. Coreografias simples e acessíveis. 5. Técnicas de respiração e controle corporal durante o movimento. 6. Ritmos brasileiros integrados às aulas. 7. Estratégias para adaptação de movimentos para diferentes níveis. 8. Reflexão sobre os benefícios físicos e emocionais da prática. 9. Sessões de relaxamento ao final das aulas. 10. Encerramento com uma coreografia especial de grupo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do condicionamento físico e cardiovascular. 2. Coordenação motora e equilíbrio. 3. Expressão corporal por meio da dança. 4. Redução do estresse e promoção do bem-estar. 5. Integração e socialização entre os participantes. 6. Aumento da resistência física e da flexibilidade. 7. Promoção da autoestima e autoconfiança. 8. Sensibilidade rítmica e musical. 9. Adaptação dos movimentos ao nível individual. 10. Fomento à prática regular de exercícios físicos.	

ATIVIDADE Brincando e Aprendendo: Jogos, Brincadeiras e Movimento Recreativo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que promovem aprendizado e desenvolvimento motor, social e emocional através de jogos, brincadeiras e atividades em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Dinâmicas de integração e socialização. 3. Jogos que estimulam habilidades motoras e cognitivas. 4. Brincadeiras tradicionais e adaptadas. 5. Exploração de jogos em equipe para promover cooperação. 6. Criação de brincadeiras a partir de materiais recicláveis. 7. Integração de música e movimento nas atividades. 8. Reflexões sobre respeito, inclusão e empatia. 9. Encerramento com um festival de brincadeiras. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e cooperação. 3. Promoção da criatividade e improvisação. 4. Resolução de problemas em grupo. 5. Valorização da cultura lúdica e tradicional. 6. Desenvolvimento da empatia e respeito mútuo. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Integração social e habilidades emocionais. 9. Promoção de uma infância ativa e saudável. 10. Estímulo ao bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE Arte Criativa	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papel, argila, lápis de cor, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas práticas que estimulam a expressão criativa e artística, proporcionando aos participantes a oportunidade de explorar diferentes técnicas de artes visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo das artes visuais. 2. Técnicas de pintura e desenho. 3. Escultura em argila e materiais recicláveis. 4. Criação de murais colaborativos. 5. Exploração de texturas e formas. 6. Técnicas de colagem e mosaico. 7. Reflexões sobre arte e cultura. 8. Planejamento e execução de projetos criativos. 9. Organização de uma exposição de arte. 10. Avaliação coletiva das obras criadas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Expressão artística e emocional. 3. Resolução de problemas por meio da criação artística. 4. Sensibilidade estética e cultural. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Promoção da autoestima e confiança. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Consciência sobre o papel da arte na sociedade. 10. Fomento à imaginação e inovação.	

ATIVIDADE	
Dança com Recreação	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, bambolês
Descrição da atividade: Atividades que combinam dança e brincadeiras recreativas, promovendo a integração social, o movimento e a diversão Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos de ritmo e movimento. 2. Jogos de integração e brincadeiras com música. 3. Coreografias simples adaptadas para crianças. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Exploração de ritmos brasileiros e internacionais. 6. Atividades que integram dança e brincadeiras tradicionais. 7. Reflexão sobre a importância do movimento para a saúde. 8. Criação de apresentações coletivas. 9. Sessões de relaxamento ao final das práticas. 10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e equilíbrio. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e artística. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Melhoria da autoestima e confiança. 6. Resolução de problemas por meio da criatividade. 7. Promoção do bem-estar físico e emocional. 8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança. 9. Estímulo à criatividade e à improvisação. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

ATIVIDADE Expressão Artística	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, lápis de cor, papéis diversos, argila, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas voltadas para o desenvolvimento da expressão artística dos participantes, explorando técnicas diversas de artes visuais e estimulando a criatividade e a sensibilidade estética. Conteúdo Programático: 1. Introdução à arte como forma de expressão pessoal. 2. Técnicas de desenho e pintura com diferentes materiais. 3. Exploração de colagem e composição criativa. 4. Criação de esculturas e modelagem em argila. 5. Práticas de releitura de obras famosas. 6. Estudo de formas, cores e texturas. 7. Reflexão sobre a arte no cotidiano e na cultura. 8. Desenvolvimento de projetos artísticos individuais e coletivos. 9. Montagem de uma exposição das obras criadas. 10. Discussão sobre o impacto emocional e social da arte. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão artística e criatividade. 2. Desenvolvimento da coordenação motora fina. 3. Sensibilidade estética e cultural. 4. Promoção da paciência e atenção aos detalhes. 5. Fomento ao autoconhecimento e confiança. 6. Valorização da diversidade de estilos e técnicas. 7. Trabalho em equipe em projetos artísticos colaborativos. 8. Capacidade de planejar e executar projetos criativos. 9. Consciência do papel transformador da arte na sociedade. 10. Estímulo à inovação e ao pensamento crítico.	

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
Atendimento ao Cliente	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flip chart, marcadores, projetor, apostilas, materiais de simulação
Descrição da atividade: Oficinas práticas que ensinam técnicas e habilidades para um atendimento ao cliente de qualidade, promovendo a empatia, a comunicação eficaz e a fidelização. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do atendimento ao cliente. 2. Comunicação assertiva e escuta ativa. 3. Técnicas de abordagem e acolhimento. 4. Resolução de conflitos e situações desafiadoras. 5. Etiqueta e postura profissional. 6. Como lidar com diferentes perfis de clientes. 7. Estratégias para superar expectativas e encantar o cliente. 8. Ferramentas de feedback e melhoria contínua. 9. Simulações práticas de atendimento em diferentes contextos. 10. Avaliação e reflexão sobre práticas aprendidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação eficaz e empatia. 2. Capacidade de solucionar problemas rapidamente. 3. Desenvolvimento de inteligência emocional. 4. Postura profissional e etiqueta no atendimento. 5. Resiliência em situações desafiadoras. 6. Habilidade de adaptação a diferentes perfis de clientes. 7. Melhoria no trabalho em equipe e colaboração. 8. Foco na excelência e fidelização do cliente. 9. Planejamento e organização no atendimento. 10. Promoção de atitudes proativas e assertivas.	

ATIVIDADE Marketing para Empreender	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula equipada ou laboratório de informática
Materiais e Equipamentos	Computadores, projetor, <i>flip chart</i> , marcadores
Descrição da atividade: Oficinas que exploram os fundamentos do Marketing para quem deseja empreender, com foco em planejamento, estratégias digitais e construção de marcas de sucesso. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao marketing e sua importância para o empreendedorismo. 2. Definição de público-alvo e persona. 3. Estratégias de marketing digital e redes sociais. 4. Planejamento de campanhas e ações promocionais. 5. Técnicas de criação de conteúdos atrativos. 6. Branding: como construir uma marca forte. 7. Ferramentas gratuitas para marketing digital. 8. Análise de métricas e avaliação de resultados. 9. Simulações práticas de campanhas de marketing. 10. Reflexão e construção de um plano de marketing simples. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Planejamento estratégico de ações de marketing. 2. Criatividade na criação de conteúdos. 3. Conhecimento básico de ferramentas de marketing digital. 4. Capacidade de análise de resultados e adaptação de estratégias. 5. Desenvolvimento de pensamento crítico e inovação. 6. Comunicação eficaz com diferentes públicos. 7. Construção de marcas autênticas e atraentes. 8. Habilidade para identificar oportunidades de mercado. 9. Organização e execução de campanhas de marketing. 10. Empoderamento para empreender com sucesso.	

ATIVIDADE	
Matemáticos em Ação: A Aventura dos Números	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, papéis, lápis, régua, jogos matemáticos
Descrição da atividade: Oficinas dinâmicas e interativas que estimulam o raciocínio lógico e o amor pela matemática, explorando números e conceitos por meio de desafios e atividades práticas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância dos números no dia a dia. 2. Atividades de raciocínio lógico e resolução de problemas. 3. Jogos matemáticos para estimular o aprendizado. 4. Exploração de formas geométricas e medidas. 5. Aplicação prática de conceitos de aritmética e álgebra. 6. Desafios de cálculo mental e estratégias. 7. Reflexões sobre a aplicação da matemática na ciência e tecnologia. 8. Dinâmicas de grupo para resolver desafios matemáticos. 9. Planejamento e execução de projetos numéricos criativos. 10. Encerramento com uma competição amigável de matemática. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento estratégico. 2. Resolução criativa de problemas matemáticos. 3. Habilidade em cálculos mentais e agilidade numérica. 4. Trabalho em equipe e cooperação. 5. Valorização da matemática no cotidiano. 6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática. 7. Capacidade de interpretar e solucionar desafios. 8. Conexão entre matemática e áreas práticas como ciência e tecnologia. 9. Foco e concentração durante atividades complexas. 10. Promoção do interesse contínuo pela aprendizagem matemática.	

ATIVIDADE	
Matemática Divertida: Aprendendo com os Jogos - Cubo Mágico	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de prática lúdica
Materiais e Equipamentos	Cubos mágicos, manuais de soluções, materiais visuais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam o cubo mágico como ferramenta para ensinar conceitos matemáticos, raciocínio lógico e estratégias de resolução de problemas de maneira divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. História e origem do cubo mágico. 2. Conceitos básicos de combinações e permutações. 3. Técnicas de resolução passo a passo. 4. Aplicação de padrões e algoritmos. 5. Dinâmicas de grupo para desafios em equipe. 6. Relacionando o cubo mágico à matemática e à lógica. 7. Reflexões sobre paciência e foco no aprendizado. 8. Criação de competições de tempo e solução. 9. Estratégias para melhorar a velocidade e eficiência. 10. Encerramento com uma exibição de soluções criativas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento crítico. 2. Habilidade de resolver problemas complexos. 3. Desenvolvimento da paciência e persistência. 4. Coordenação motora fina e agilidade manual. 5. Capacidade de seguir e adaptar algoritmos. 6. Promoção da criatividade na busca por soluções. 7. Foco e concentração em atividades desafiadoras. 8. Trabalho em equipe e espírito competitivo saudável. 9. Valorização do aprendizado por meio de desafios lúdicos. 10. Estímulo à curiosidade científica e matemática.	

ATIVIDADE	
Como se Preparar para uma Entrevista de Emprego	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flip chart, projetor, materiais para simulação
Descrição da atividade: Oficina prática para preparar os participantes para entrevistas de emprego, abordando desde a apresentação pessoal até as respostas estratégicas às perguntas mais comuns. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mercado de trabalho e à importância da entrevista. 2. Construção de uma apresentação pessoal assertiva. 3. Dicas de vestimenta e linguagem corporal. 4. Como responder perguntas frequentes de forma estratégica. 5. Técnicas para abordar temas desafiadores com confiança. 6. Dinâmicas de simulação de entrevistas. 7. Análise de pontos fortes e áreas de melhoria. 8. Reflexão sobre os tipos de entrevistas: presencial, online e dinâmica de grupo. 9. Estratégias para controle de ansiedade e gestão emocional. 10. Encerramento com <i>feedback</i> coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação assertiva e clara. 2. Controle emocional em situações de pressão. 3. Confiança para apresentar habilidades e competências. 4. Capacidade de responder a perguntas de forma estruturada. 5. Melhoria da linguagem corporal e da postura. 6. Planejamento e organização de informações pessoais e profissionais. 7. Desenvolvimento de empatia e habilidades interpessoais. 8. Adaptação a diferentes contextos de entrevista. 9. Reflexão sobre a importância do preparo prévio. 10. Promoção da autoconfiança e resiliência.	

ATIVIDADE Dinâmicas de Grupo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Flip chart, materiais diversos para dinâmicas
Descrição da atividade: Oficina que utiliza dinâmicas de grupo como ferramenta para desenvolver habilidades interpessoais, colaboração, liderança e comunicação entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância das dinâmicas de grupo no desenvolvimento pessoal e profissional. 2. Jogos de integração e quebra-gelo. 3. Dinâmicas para desenvolver liderança e trabalho em equipe. 4. Atividades voltadas para resolução de problemas em grupo. 5. Exercícios de criatividade e inovação colaborativa. 6. Reflexões sobre empatia e escuta ativa. 7. Atividades para melhorar a comunicação e a confiança. 8. Análise de papéis em grupos e como lidar com conflitos. 9. <i>Feedback</i> individual e coletivo após as atividades. 10. Encerramento com uma dinâmica final de integração. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Capacidade de resolução de problemas em grupo. 3. Comunicação clara e assertiva. 4. Desenvolvimento de liderança e iniciativa. 5. Promoção da empatia e da escuta ativa. 6. Capacidade de lidar com conflitos e propor soluções. 7. Estímulo à criatividade e inovação coletiva. 8. Melhoria da autoconfiança em contextos grupais. 9. Reflexão sobre papéis e responsabilidades no grupo. 10. Promoção de um ambiente inclusivo e cooperativo.	

ATIVIDADE Comunicação e Expressão: Criando Conteúdo Digital (Infantojuvenil)	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 10 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Laboratório de informática ou sala equipada com computadores
Materiais e Equipamentos	Computadores, acesso à internet, ferramentas de edição de texto e imagem
Descrição da atividade: Oficina voltada para ensinar técnicas básicas de criação de conteúdo digital, desenvolvendo habilidades de comunicação e expressão criativa nos participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à comunicação digital: redes sociais e blogs. 2. Técnicas para escrita criativa e redação online. 3. Práticas de edição básica de imagens e criação de layouts. 4. Exploração de ferramentas gratuitas para criação de conteúdo. 5. Dinâmicas de grupo para brainstorming de ideias. 6. Produção de posts, vídeos curtos ou histórias digitais. 7. Reflexão sobre ética e segurança no ambiente online. 8. Feedback e revisão de conteúdos criados pelos participantes. 9. Criação de um projeto digital coletivo. 10. Encerramento com apresentação dos projetos desenvolvidos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Escrita criativa e comunicação assertiva. 2. Conhecimento básico de ferramentas de edição digital. 3. Capacidade de planejamento e organização de ideias. 4. Sensibilidade estética na criação de conteúdos visuais. 5. Trabalho em equipe e colaboração criativa. 6. Consciência sobre ética e segurança online. 7. Estímulo à criatividade e inovação digital. 8. Promoção da autoconfiança na expressão de ideias. 9. Valorização da narrativa digital como ferramenta de comunicação. 10. Desenvolvimento de pensamento crítico e reflexivo.	

ATIVIDADE Informática: Introdução ao Excel	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Laboratório de informática ou sala equipada com computadores
Materiais e Equipamentos	Computadores com Excel instalado, projetor
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina os conceitos básicos do Excel, preparando os participantes para utilizar a ferramenta em atividades profissionais e acadêmicas. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao Excel e sua interface. 2. Criação e formatação de planilhas. 3. Uso de fórmulas e funções básicas. 4. Técnicas de organização de dados em tabelas. 5. Geração de gráficos simples. 6. Aplicação prática em atividades do dia a dia. 7. Exercícios para resolver problemas com cálculos automatizados. 8. Introdução a atalhos e dicas de produtividade. 9. Simulação de projetos utilizando o Excel. 10. Encerramento com <i>feedback</i> e esclarecimento de dúvidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Compreensão básica das funcionalidades do Excel. 2. Capacidade de organizar e manipular dados em planilhas. 3. Aplicação de fórmulas e funções para resolver problemas. 4. Criação de gráficos para visualização de informações. 5. Promoção da produtividade e eficiência no uso do Excel. 6. Desenvolvimento de pensamento lógico e estruturado. 7. Solução prática de problemas do cotidiano com planilhas. 8. Adaptação a ferramentas tecnológicas para diferentes contextos. 9. Planejamento e execução de projetos com dados organizados. 10. Fomento à autonomia no aprendizado contínuo.	

ATIVIDADE	
Imprensa Jovem - Escola Aberta	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Brigadeiro Correia de Melo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens de 12 a 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala equipada com computadores e câmeras ou <i>smartphones</i>
Materiais e Equipamentos	Computadores, gravadores, câmeras, microfones
Descrição da atividade: Oficinas práticas que capacitam os jovens para atuar como comunicadores em uma equipe de imprensa escolar, desenvolvendo habilidades de redação, fotografia e produção audiovisual. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao jornalismo escolar: importância e impacto social. 2. Técnicas básicas de redação jornalística. 3. Introdução à fotografia e gravação de vídeos. 4. Edição básica de texto, imagem e vídeo. 5. Criação de reportagens e entrevistas. 6. Ética e responsabilidade na produção de conteúdo. 7. Planejamento e execução de projetos jornalísticos. 8. Produção de um jornal ou boletim escolar. 9. Reflexão sobre o papel da imprensa na sociedade. 10. Encerramento com a apresentação de um projeto final. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação clara e objetiva. 2. Técnicas de redação e edição. 3. Desenvolvimento de pensamento crítico e analítico. 4. Capacidade de trabalhar em equipe. 5. Organização e planejamento de projetos. 6. Sensibilidade estética em fotografia e vídeo. 7. Conhecimento sobre ética e responsabilidade na mídia. 8. Expressão criativa em narrativas jornalísticas. 9. Promoção da autoestima e do protagonismo jovem. 10. Valorização do papel da comunicação na transformação social.	

7.3.3. EMEF PROF^a CLOTILDE ROSA HENRIQUE ELIAS

A EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE Itaquera.

A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Cohab Santa Etelvina II, integrante da Subprefeitura Itaquera e Distrito José Bonifácio.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 551 hab/ha, com uma estimativa de 33.109 habitantes e uma proporção de 63% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da ESCOLA DA PARCERIA existem 3 (três) favelas com cerca de 194 domicílios.

O acesso a EMEF através do transporte público se dá através de 21 linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Arroio Campo Bom, a cerca de 86 metros da escola.

No entorno dessa unidade escolar, não há equipamentos públicos culturais e/ou esportivos.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, <i>kettlebells</i> , halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: <i>kettlebells</i>, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos. 10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (<i>pick and roll</i>, <i>motion offense</i>). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE	
Aventuras Lúdicas: Jogos Recreativos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

ATIVIDADE	
Descobrimdo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe. 9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, minicones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

ATIVIDADE	
Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais. 9. Consciência corporal em atividades práticas. 10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.	

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: <i>Taekwondo</i>	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de <i>taekwondo</i>
Descrição da atividade: Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no <i>taekwondo</i>, abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico. Conteúdo Programático: 1. História e princípios do Taekwondo. 2. Posturas básicas e deslocamentos. 3. Técnicas fundamentais de chutes e socos. 4. Exercícios de defesa pessoal. 5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (<i>poomsae</i>). 6. Treinamento de agilidade e reflexos. 7. Práticas de <i>sparring</i> e simulações de combate seguro. 8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte. 9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade. 10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio corporal. 2. Melhoria da força física e flexibilidade. 3. Aumento da resistência e agilidade. 4. Disciplina e autocontrole emocional. 5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate. 7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações. 8. Respeito às regras e valores do Taekwondo. 9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites. 10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.	

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE Arte Criativa	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papel, argila, lápis de cor, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas práticas que estimulam a expressão criativa e artística, proporcionando aos participantes a oportunidade de explorar diferentes técnicas de artes visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo das artes visuais. 2. Técnicas de pintura e desenho. 3. Escultura em argila e materiais recicláveis. 4. Criação de murais colaborativos. 5. Exploração de texturas e formas. 6. Técnicas de colagem e mosaico. 7. Reflexões sobre arte e cultura. 8. Planejamento e execução de projetos criativos. 9. Organização de uma exposição de arte. 10. Avaliação coletiva das obras criadas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Expressão artística e emocional. 3. Resolução de problemas por meio da criação artística. 4. Sensibilidade estética e cultural. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Promoção da autoestima e confiança. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Consciência sobre o papel da arte na sociedade. 10. Fomento à imaginação e inovação.	

ATIVIDADE	
Atividade de Consciência Corporal: Memórias do Corpo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com espaço amplo
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, música instrumental, espelhos, cadeiras
Descrição da atividade: Uma prática que combina técnicas de consciência corporal e expressão pessoal, utilizando movimentos e reflexões para conectar o corpo às suas memórias e experiências. A atividade estimula autoconhecimento e bem-estar emocional. Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Técnicas de respiração para relaxamento e foco. 3. Exercícios de percepção corporal e alinhamento postural. 4. Movimentos exploratórios para conectar corpo e emoções. 5. Dinâmicas de interação em grupo. 6. Práticas de improvisação corporal com música. 7. Reflexão e expressão das memórias do corpo. 8. Desenvolvimento de movimentos orgânicos e autênticos. 9. Estratégias para relaxamento e bem-estar. 10. Encerramento com roda de conversa sobre experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Ampliação da percepção corporal e emocional. 2. Melhoria do equilíbrio físico e emocional. 3. Capacidade de relaxamento e redução do estresse. 4. Desenvolvimento de expressão corporal autêntica. 5. Promoção do autoconhecimento e empatia. 6. Melhoria da postura e da mobilidade. 7. Foco e concentração em atividades introspectivas. 8. Estímulo à criatividade e à improvisação. 9. Valorização da conexão mente-corpo. 10. Fortalecimento da autoestima e confiança pessoal.	

ATIVIDADE Oficina de <i>Graffiti</i>	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala ampla com ventilação
Materiais e Equipamentos	Sprays de tinta, máscaras de proteção, luvas, papéis para rascunho, placas de madeira ou muros autorizados
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina os fundamentos do <i>graffiti</i> como forma de expressão artística, abordando técnicas, história e significados culturais, promovendo a criatividade e a valorização da arte urbana. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao graffiti: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de manuseio de sprays e criação de traços. 3. Desenvolvimento de letras estilizadas e personagens. 4. Reflexão sobre a mensagem e o impacto social do graffiti. 5. Criação de rascunhos e planejamento de painéis. 6. Exploração de cores, formas e texturas na arte urbana. 7. Prática segura e ética no uso de espaços públicos. 8. Planejamento e criação de um mural coletivo. 9. Discussão sobre a importância da arte na transformação social. 10. Encerramento com exposição e avaliação dos trabalhos criados. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e narrativa visual. 2. Coordenação motora e precisão no uso de materiais. 3. Planejamento e organização de projetos artísticos. 4. Sensibilidade estética e composição visual. 5. Reflexão crítica sobre o papel da arte urbana. 6. Valorização da cultura local e da diversidade artística. 7. Trabalho em equipe e colaboração em projetos coletivos. 8. Promoção da autoestima e confiança no desenvolvimento artístico. 9. Resiliência e superação de desafios criativos.	

10. Fomento à ética no uso do espaço público.

ATIVIDADE	
Consciência Corporal e Movimento Integrado	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou estúdio com espelhos
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, espelhos, música instrumental
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina os fundamentos do <i>graffiti</i> como forma de expressão artística, abordando técnicas, história e significados culturais, promovendo a criatividade e a valorização da arte urbana. Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Práticas de respiração para foco e relaxamento. 3. Alongamentos dinâmicos e estáticos para flexibilidade. 4. Exercícios de integração entre movimento e percepção corporal. 5. Dinâmicas de equilíbrio e fortalecimento muscular. 6. Reflexões sobre a conexão mente-corpo. 7. Movimentos suaves para alívio de tensões e estresse. 8. Trabalho em grupo para integração social. 9. Reflexão sobre o impacto do movimento no bem-estar. 10. Encerramento com roda de avaliação e <i>feedback</i> coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Consciência corporal e postura. 2. Melhoria da flexibilidade e mobilidade. 3. Promoção do relaxamento e alívio do estresse. 4. Desenvolvimento da coordenação motora. 5. Estímulo ao equilíbrio físico e emocional. 6. Promoção de hábitos saudáveis e autocuidado. 7. Reflexão sobre a importância da conexão mente-corpo. 8. Trabalho em grupo em práticas corporais. 9. Resiliência e superação de desafios físicos.	

10. Desenvolvimento do bem-estar físico e emocional.

ATIVIDADE História Cantada	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Violão, pandeiro, flauta, sistema de som
Descrição da atividade: Oficina que combina música e narração, utilizando histórias cantadas para estimular a criatividade, a imaginação e o aprendizado cultural de forma lúdica e interativa. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história cantada: conceitos e tradições. 2. Técnicas de narração musical. 3. Criação de melodias simples para acompanhar histórias. 4. Reflexões sobre os valores das histórias contadas. 5. Dinâmicas para desenvolver criatividade e expressão. 6. Integração de instrumentos musicais nas narrativas. 7. Práticas de improvisação musical e narrativa. 8. Planejamento de apresentações em grupo. 9. Discussão sobre o papel da música na valorização cultural. 10. Encerramento com roda de apresentações para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade musical e narrativa. 2. Expressão artística e criatividade. 3. Promoção da memória auditiva e verbal. 4. Trabalho em equipe em práticas musicais e narrativas. 5. Reflexão sobre valores culturais e sociais. 6. Desenvolvimento da coordenação motora fina e ampla. 7. Promoção da autoestima e confiança na expressão artística. 8. Estímulo à imaginação e ao pensamento criativo. 9. Integração entre música, história e aprendizado cultural.	

10. Valorização da diversidade cultural por meio da música.

ATIVIDADE Teatro Recreativo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, adereços, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que combina técnicas teatrais e brincadeiras para estimular a criatividade, a expressão corporal e o trabalho em equipe de forma divertida e dinâmica. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro recreativo: conceitos e benefícios. 2. Exercícios de expressão corporal e vocal. 3. Jogos teatrais para improvisação e criatividade. 4. Criação de personagens e pequenas histórias. 5. Reflexões sobre valores e empatia por meio do teatro. 6. Práticas de leitura e interpretação de textos simples. 7. Planejamento de cenas curtas em grupo. 8. Dinâmicas para desenvolver confiança e socialização. 9. Apresentação final para a comunidade. 10. Encerramento com roda de conversa e avaliação. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Reflexão sobre valores sociais e culturais. 5. Promoção da empatia e do autoconhecimento. 6. Confiança e presença em cena. 7. Planejamento e organização de atividades coletivas. 8. Resiliência e superação de desafios criativos. 9. Estímulo à diversão e à integração social.	

10. Promoção da inclusão e valorização da diversidade.

ATIVIDADE	
Teatro: Criatividade e Imaginação	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, adereços, sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina teatral que promove o desenvolvimento da criatividade e imaginação por meio de dinâmicas de improvisação, criação de personagens e construção de narrativas, com foco na expressão individual e coletiva. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro como ferramenta criativa. 2. Exercícios para desbloqueio da criatividade. 3. Técnicas de improvisação e expressão corporal. 4. Dinâmicas para construção de personagens. 5. Criação de narrativas coletivas e individuais. 6. Reflexões sobre a importância da imaginação no teatro. 7. Planejamento e ensaio de cenas autorais. 8. Exploração de temas culturais e sociais nas narrativas. 9. Apresentação final para a comunidade. 10. Encerramento com roda de avaliação e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e improvisação. 2. Capacidade de criar e interpretar narrativas. 3. Trabalho em equipe e colaboração artística. 4. Reflexão sobre temas culturais e sociais. 5. Promoção da autoconfiança e da presença em cena. 6. Desenvolvimento da sensibilidade artística. 7. Estímulo ao pensamento criativo e crítico. 8. Valorização da diversidade cultural e social. 9. Promoção da inclusão e integração por meio da arte.	

10. Planejamento e organização de projetos coletivos.

ATIVIDADE Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, cones, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que estimulam o aprendizado por meio do brincar. As atividades incluem jogos, dinâmicas e brincadeiras que integram aspectos pedagógicos e lúdicos, promovendo o desenvolvimento social e motor das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do brincar no aprendizado. 2. Dinâmicas de socialização e interação em grupo. 3. Jogos que envolvem movimento e estratégia. 4. Atividades de raciocínio lógico aplicadas a brincadeiras. 5. Brincadeiras culturais e regionais. 6. Exploração de materiais simples para a criação de jogos. 7. Atividades que integram música e movimento. 8. Técnicas de mediação e inclusão em jogos. 9. Competição saudável em grupos. 10. Encerramento com roda de conversa e <i>feedback</i> das crianças. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Resolução de problemas de forma criativa. 4. Promoção do respeito e da empatia. 5. Desenvolvimento do raciocínio lógico e estratégico. 6. Fortalecimento da autoestima e confiança. 7. Melhoria da socialização e integração.	

8. Estímulo à criatividade e improvisação.
9. Valorização da cultura lúdica e tradicional.
10. Promoção do bem-estar físico e emocional.

ATIVIDADE Reviver Capoeira	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina prática que resgata a cultura e os valores da capoeira, explorando movimentos, ritmos e história, promovendo a integração social e o fortalecimento da identidade cultural. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e origem da capoeira. 2. Prática da ginga e movimentos básicos. 3. Técnicas de ataque, defesa e esquivas. 4. Treinamento de equilíbrio e acrobacias simples. 5. Ritmos e cantos tradicionais com instrumentos típicos. 6. Reflexão sobre os valores culturais da capoeira. 7. Formação e prática de rodas de capoeira. 8. Desenvolvimento de força e flexibilidade. 9. Ética, respeito e disciplina no contexto da capoeira. 10. Encerramento com roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e reflexos. 2. Fortalecimento físico e emocional. 3. Sensibilidade musical e rítmica. 4. Consciência cultural e valorização das raízes afro-brasileiras. 5. Trabalho em equipe e cooperação.	

6. Resiliência e capacidade de lidar com desafios.
7. Expressão corporal e artística.
8. Respeito mútuo e promoção da ética no esporte.
9. Promoção de autoconfiança e autoestima.
10. Integração social e fortalecimento de identidade cultural.

ATIVIDADE	
Danças Urbanas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que explora os movimentos e estilos das danças urbanas, promovendo a expressão artística, a criatividade e a valorização da cultura urbana, com foco em movimentos dinâmicos e inclusão social. Conteúdo Programático: 1. Introdução às danças urbanas: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de estilos como <i>hip hop</i>, <i>popping</i>, <i>locking</i>, <i>breaking</i> e <i>house dance</i>. 3. Dinâmicas para desenvolvimento de coordenação motora e rítmica. 4. Práticas de freestyle e improvisação. 5. Exploração de movimentos característicos e combinações de estilos. 6. Reflexão sobre a importância das danças urbanas na inclusão e expressão social. 7. Criação de coreografias individuais e em grupo. 8. Treinamento de resistência física e controle corporal. 9. Planejamento e ensaio de apresentações colaborativas. 10. Encerramento com uma performance final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Expressão corporal e criatividade no movimento.	

3. Sensibilidade rítmica e musical.
4. Valorização da diversidade cultural e da arte urbana.
5. Trabalho em equipe e integração social.
6. Promoção da autoestima e confiança no desempenho artístico.
7. Resiliência e superação de desafios físicos e técnicos.
8. Desenvolvimento de flexibilidade e resistência física.
9. Fomento à improvisação e estilo pessoal.
10. Promoção do bem-estar físico e emocional por meio da dança.

ATIVIDADE	
Dança	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade. 2. Expressão artística através da dança. 3. Melhoria da postura e do equilíbrio.	

4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Autoconfiança e presença em cena.
6. Respeito à diversidade de corpos e expressões.
7. Sensibilidade rítmica e musical.
8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias.
9. Promoção do bem-estar físico e emocional.
10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.

ATIVIDADE

Expressão Silenciosa: Descobrimos a Mímica - Pintura Facial

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou auditório
Materiais e Equipamentos	Tintas faciais atóxicas, espelhos, figurinos simples
Descrição da atividade: Oficina que une a arte da mímica e da pintura facial para explorar a expressão corporal e emocional. Os participantes aprenderão a comunicar histórias e emoções sem o uso de palavras, utilizando maquiagem e adereços simples. Conteúdo Programático: 1. Introdução à mímica: história e importância artística. 2. Técnicas básicas de expressão corporal e facial. 3. Prática de movimentos para transmitir emoções e narrativas. 4. Dinâmicas de criação de personagens com pintura facial. 5. Reflexões sobre o papel da comunicação não verbal. 6. Criação de pequenas cenas de mímica. 7. Desenvolvimento de sequências narrativas coletivas. 8. Planejamento e ensaio de uma apresentação. 9. Discussão sobre a importância da sensibilidade e empatia na mímica. 10. Encerramento com uma performance silenciosa para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e facial refinada.	

2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação.
3. Sensibilidade para comunicação não verbal.
4. Coordenação motora e controle dos movimentos.
5. Promoção da autoestima e confiança.
6. Trabalho em equipe na criação de cenas coletivas.
7. Valorização da arte como meio de expressão universal.
8. Reflexão sobre o impacto emocional da mímica.
9. Planejamento e execução de projetos artísticos.
10. Promoção da empatia e do entendimento humano por meio da expressão artística.

ATIVIDADE Ritmos e Versos: A Expressão do Hip-Hop – Grafite	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	<i>Sprays</i> de tinta, papéis grandes, pincéis, máscaras de proteção
Descrição da atividade: Oficina que explora o grafite como forma de expressão artística dentro da cultura do <i>hip-hop</i>, promovendo a criatividade, o engajamento social e a valorização das mensagens visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução à cultura <i>hip-hop</i> e ao grafite como arte urbana. 2. Técnicas básicas de desenho e criação de letras estilizadas. 3. Uso seguro e técnico de <i>sprays</i> e pincéis. 4. Planejamento e criação de painéis e murais coletivos. 5. Reflexões sobre o impacto social e cultural do grafite. 6. Dinâmicas de grupo para criação de conceitos artísticos. 7. Exploração de temas sociais e culturais nas artes urbanas. 8. Criação de um mural colaborativo em grande escala. 9. Discussão sobre ética e responsabilidade na arte urbana. 10. Encerramento com exposição das criações e roda de conversa. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e narrativa visual.	

2. Desenvolvimento da coordenação motora fina.
3. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais.
4. Trabalho em equipe e colaboração artística.
5. Sensibilidade estética e composição visual.
6. Planejamento e organização de projetos criativos.
7. Valorização da cultura urbana e suas manifestações.
8. Promoção da autoestima e confiança.
9. Resiliência e superação de desafios artísticos.
10. Consciência sobre ética e responsabilidade no uso do espaço público.

ATIVIDADE	
Cantando e Atuando	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Microfones, sistema de som, figurinos, espelhos
Descrição da atividade: Uma oficina que une técnicas de canto e interpretação, promovendo o desenvolvimento artístico e a expressão pessoal dos participantes. As práticas incluem atividades práticas de vocalização e encenação. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento vocal e técnicas de respiração. 2. Treino de dicção e projeção da voz. 3. Introdução à expressão corporal em cena. 4. Técnicas de interpretação e improvisação. 5. Desenvolvimento de personagens para performances. 6. Ensaio de canções com expressão cênica. 7. Dinâmicas para integração de canto e atuação. 8. Práticas de improvisação teatral com música. 9. Apresentação de trechos de peças musicais. 10. Encerramento com uma performance coletiva. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da técnica vocal e projeção da voz.	

2. Capacidade de interpretar e transmitir emoções.
3. Desenvolvimento de presença de palco.
4. Coordenação entre canto e expressão corporal.
5. Trabalho em equipe e interação com colegas.
6. Criatividade na composição de personagens.
7. Promoção da autoconfiança em apresentações públicas.
8. Melhoria da articulação e dicção.
9. Estímulo à sensibilidade artística e emocional.
10. Capacidade de improvisação e adaptação em cena.

ATIVIDADE	
Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música
Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônomo
Descrição da atividade: Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia. 2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional). 3. Técnicas básicas de instrumentos variados. 4. Dinâmicas de improvisação musical. 5. Construção de repertório colaborativo. 6. Integração de canto e instrumentos. 7. Técnicas de composição coletiva. 8. Reflexão sobre a música como ferramenta social. 9. Ensaio e refinamento de performances. 10. Apresentação final de um repertório conjunto.	

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Sensibilidade auditiva e musical.
2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos.
3. Improvisação e criatividade musical.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Confiança e presença em apresentações.
6. Capacidade de composição e criação coletiva.
7. Valorização da diversidade cultural na música.
8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento.
9. Expressão artística e emocional por meio da música.
10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.

ATIVIDADE

**Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros -
Capoeira**

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático: 1. História e fundamentos da capoeira. 2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques. 3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples. 4. Práticas musicais com instrumentos típicos. 5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira. 6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira. 7. Dinâmicas de roda de capoeira. 8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação. 9. Exercícios de coordenação e resistência física.	

10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio.
2. Sensibilidade musical e rítmica.
3. Fortalecimento físico e emocional.
4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira.
5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras.
6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação.
7. Autoconfiança e disciplina.
8. Expressão artística e corporal.
9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social.
10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.

ATIVIDADE
Artes/Estêncil

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tesouras, moldes, sprays de tinta, pincéis, placas de acetato, máscaras de proteção

Descrição da atividade:

Oficina que ensina a técnica de estêncil como forma de expressão artística e criativa, possibilitando a criação de designs personalizados e a valorização de mensagens visuais.

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao estêncil: história e aplicações artísticas.
2. Técnicas de criação de moldes e recortes.
3. Exploração de diferentes materiais e superfícies para estêncil.
4. Uso de sprays e tintas de maneira segura e técnica.
5. Desenvolvimento de composições visuais com sobreposições de camadas.
6. Reflexões sobre o impacto visual e cultural do estêncil.
7. Criação de peças individuais e coletivas com temas sociais e culturais.
8. Dinâmicas para explorar criatividade em design.

9. Planejamento de um mural ou exposição com os trabalhos criados.
10. Encerramento com roda de avaliação e partilha das experiências.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e precisão no recorte e aplicação.
2. Planejamento e organização de projetos artísticos.
3. Expressão criativa e narrativa visual.
4. Sensibilidade estética e composição visual.
5. Valorização do reaproveitamento de materiais na arte.
6. Promoção do trabalho em equipe em projetos coletivos.
7. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais.
8. Autoconfiança e autoestima na produção artística.
9. Resiliência e superação de desafios criativos.
10. Consciência sobre a importância da ética na arte urbana e pública.

ATIVIDADE Dança com Recreação	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, bambolês
Descrição da atividade: Atividades que combinam dança e brincadeiras recreativas, promovendo a integração social, o movimento e a diversão. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos de ritmo e movimento. 2. Jogos de integração e brincadeiras com música. 3. Coreografias simples adaptadas para crianças. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Exploração de ritmos brasileiros e internacionais. 6. Atividades que integram dança e brincadeiras tradicionais. 7. Reflexão sobre a importância do movimento para a saúde. 8. Criação de apresentações coletivas. 9. Sessões de relaxamento ao final das práticas.	

10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora ampla e equilíbrio.
2. Sensibilidade rítmica e musical.
3. Expressão corporal e artística.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Melhoria da autoestima e confiança.
6. Resolução de problemas por meio da criatividade.
7. Promoção do bem-estar físico e emocional.
8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança.
9. Estímulo à criatividade e à improvisação.
10. Promoção de uma infância ativa e saudável.

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
Jogos Ecológicos: Exploradores da Natureza	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Materiais recicláveis, cartolinas, cordas, folhas, sementes, fichas de atividades
Descrição da atividade: Oficina lúdica que utiliza jogos e dinâmicas para ensinar sobre a importância da preservação ambiental e promover a conexão com a natureza, com foco em práticas sustentáveis e ecológicas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à ecologia: conceitos básicos e importância. 2. Dinâmicas de grupo para explorar o ciclo da natureza. 3. Jogos de exploração e caça ao tesouro com temas ambientais. 4. Atividades práticas com materiais recicláveis.	

5. Reflexões sobre biodiversidade e cuidado com os recursos naturais.
6. Criação de cartazes e maquetes ecológicas.
7. Práticas de plantio e cuidado com a terra.
8. Discussão sobre os "3 Rs" (Reduzir, Reutilizar, Reciclar).
9. Planejamento de ações sustentáveis no dia a dia.
10. Encerramento com roda de conversa e partilha de aprendizados.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Consciência ambiental e respeito pela natureza.
2. Trabalho em equipe em atividades ecológicas.
3. Capacidade de resolver problemas de forma sustentável.
4. Criatividade na reutilização de materiais.
5. Promoção da responsabilidade social e ambiental.
6. Desenvolvimento de habilidades práticas em conservação.
7. Reflexão crítica sobre hábitos de consumo.
8. Promoção da autoestima e do senso de pertencimento à natureza.
9. Estímulo à curiosidade e ao aprendizado ativo.
10. Sensibilização para a importância de práticas sustentáveis.

ATIVIDADE

Matemática Divertida: Aprendendo com os Jogos – Cubo Mágico

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de prática lúdica
Materiais e Equipamentos	Cubos mágicos, manuais de soluções, materiais visuais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam o cubo mágico como ferramenta para ensinar conceitos matemáticos, raciocínio lógico e estratégias de resolução de problemas de maneira divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. História e origem do cubo mágico. 2. Conceitos básicos de combinações e permutações. 3. Técnicas de resolução passo a passo.	

4. Aplicação de padrões e algoritmos.
5. Dinâmicas de grupo para desafios em equipe.
6. Relacionando o cubo mágico à matemática e à lógica.
7. Reflexões sobre paciência e foco no aprendizado.
8. Criação de competições de tempo e solução.
9. Estratégias para melhorar a velocidade e eficiência.
10. Encerramento com uma exibição de soluções criativas.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Raciocínio lógico e pensamento crítico.
2. Habilidade de resolver problemas complexos.
3. Desenvolvimento da paciência e persistência.
4. Coordenação motora fina e agilidade manual.
5. Capacidade de seguir e adaptar algoritmos.
6. Promoção da criatividade na busca por soluções.
7. Foco e concentração em atividades desafiadoras.
8. Trabalho em equipe e espírito competitivo saudável.
9. Valorização do aprendizado por meio de desafios lúdicos.
10. Estímulo à curiosidade científica e matemática.

ATIVIDADE

Matemáticos em Ação: A Aventura dos Números

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, papéis, lápis, réguas, jogos matemáticos
Descrição da atividade: Oficinas dinâmicas e interativas que estimulam o raciocínio lógico e o amor pela matemática, explorando números e conceitos por meio de desafios e atividades práticas.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância dos números no dia a dia. 2. Atividades de raciocínio lógico e resolução de problemas.	

3. Jogos matemáticos para estimular o aprendizado.
4. Exploração de formas geométricas e medidas.
5. Aplicação prática de conceitos de aritmética e álgebra.
6. Desafios de cálculo mental e estratégias.
7. Reflexões sobre a aplicação da matemática na ciência e tecnologia.
8. Dinâmicas de grupo para resolver desafios matemáticos.
9. Planejamento e execução de projetos numéricos criativos.
10. Encerramento com uma competição amigável de matemática.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Raciocínio lógico e pensamento estratégico.
2. Resolução criativa de problemas matemáticos.
3. Habilidade em cálculos mentais e agilidade numérica.
4. Trabalho em equipe e cooperação.
5. Valorização da matemática no cotidiano.
6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática.
7. Capacidade de interpretar e solucionar desafios.
8. Conexão entre matemática e áreas práticas como ciência e tecnologia.
9. Foco e concentração durante atividades complexas.
10. Promoção do interesse contínuo pela aprendizagem matemática.

ATIVIDADE	
Informática: Introdução ao Excel	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Clotilde Rosa Henrique Elias
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Laboratório de informática ou sala equipada com computadores
Materiais e Equipamentos	Computadores com Excel instalado, projetor
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina os conceitos básicos do Excel, preparando os participantes para utilizar a ferramenta em atividades profissionais e acadêmicas.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução ao Excel e sua interface. 2. Criação e formatação de planilhas.	

3. Uso de fórmulas e funções básicas.
4. Técnicas de organização de dados em tabelas.
5. Geração de gráficos simples.
6. Aplicação prática em atividades do dia a dia.
7. Exercícios para resolver problemas com cálculos automatizados.
8. Introdução a atalhos e dicas de produtividade.
9. Simulação de projetos utilizando o Excel.
10. Encerramento com feedback e esclarecimento de dúvidas.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Compreensão básica das funcionalidades do Excel.
2. Capacidade de organizar e manipular dados em planilhas.
3. Aplicação de fórmulas e funções para resolver problemas.
4. Criação de gráficos para visualização de informações.
5. Promoção da produtividade e eficiência no uso do Excel.
6. Desenvolvimento de pensamento lógico e estruturado.
7. Solução prática de problemas do cotidiano com planilhas.
8. Adaptação a ferramentas tecnológicas para diferentes contextos.
9. Planejamento e execução de projetos com dados organizados.
10. Fomento à autonomia no aprendizado contínuo.

7.3.4. EMEF DRº JOSE PEDRO LEITE CORDEIRO

A EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE São Miguel. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Cidade Kemel, integrante da Subprefeitura e Distrito de Itaim Paulista.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 550 hab/ha, com uma estimativa de 52.130 mil habitantes e uma proporção de 89% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 5 (cinco) favelas com cerca de 2.958 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 10 (dez) linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Murici, a cerca de 148 metros da escola.

Dos equipamentos públicos culturais e/ou esportivos do entorno dessa unidade escolar, existe 1 (um) Espaço Cultural.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, <i>kettlebells</i> , halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: <i>kettlebells</i>, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos.	

10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.

ATIVIDADE

Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário.	

10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.

ATIVIDADE Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (<i>pick and roll</i>, <i>motion offense</i>). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real.	

9. Coordenação motora e resistência.
10. Consciência tática em diferentes formações.

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real.	

10. Controle emocional em competições.

ATIVIDADE	
Aventuras Lúdicas: Jogos Recreativos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e <i>feedback</i>. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança.	

8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças.
9. Desenvolvimento de liderança em crianças.
10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.

ATIVIDADE Descobrindo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas.	

6. Colaboração em grupo.
7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário.
8. Capacidade de resolver desafios em equipe.
9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo.
10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.

ATIVIDADE Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. <i>Feedback</i> positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social.	

5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos.
6. Respeito às regras e aos colegas.
7. Desenvolvimento da confiança e autoestima.
8. Aumento da criatividade e da autonomia.
9. Controle respiratório durante exercícios.
10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e <i>feedback</i> de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades.	

5. Foco e concentração em objetivos específicos.
6. Resiliência e superação pessoal.
7. Respeito às regras e ao espírito esportivo.
8. Desenvolvimento da confiança em competições.
9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias.
10. Adaptação a diferentes condições de prova.

ATIVIDADE

Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas.	

4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras.
5. Promoção do respeito e inclusão social.
6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção.
7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico.
8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais.
9. Consciência corporal em atividades práticas.
10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: <i>Taekwondo</i>	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de <i>taekwondo</i>
Descrição da atividade: Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no <i>taekwondo</i> , abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico.	
Conteúdo Programático: 1. História e princípios do Taekwondo. 2. Posturas básicas e deslocamentos. 3. Técnicas fundamentais de chutes e socos. 4. Exercícios de defesa pessoal. 5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (<i>poomsae</i>). 6. Treinamento de agilidade e reflexos. 7. Práticas de <i>sparring</i> e simulações de combate seguro. 8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte. 9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade. 10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio corporal. 2. Melhoria da força física e flexibilidade.	

3. Aumento da resistência e agilidade.
4. Disciplina e autocontrole emocional.
5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios.
6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate.
7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações.
8. Respeito às regras e valores do *taekwondo*.
9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites.
10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE	
Arte e Pintura: Atelier das Ruas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papéis, telas, sprays de tinta, placas de acetato
Descrição da atividade: Oficina que explora técnicas de arte urbana e pintura, promovendo a expressão criativa e a valorização da cultura visual, com foco em estilos e mensagens que refletem o cotidiano das ruas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à arte de rua: história e influências culturais. 2. Técnicas de pintura com tinta spray e pincéis. 3. Exploração de temas sociais e culturais na arte urbana. 4. Desenvolvimento de composições visuais e sobreposições. 5. Criação de painéis e murais colaborativos. 6. Reflexões sobre o impacto social da arte nas ruas. 7. Experimentação de cores, texturas e formas. 8. Técnicas para trabalhar com estêncil e moldes. 9. Planejamento de uma exposição ou mural coletivo. 10. Encerramento com roda de conversa e partilha das experiências.	

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e controle técnico.
2. Expressão criativa e narrativa visual.
3. Planejamento e organização de projetos artísticos.
4. Sensibilidade estética e composição de cores.
5. Promoção da autoestima e confiança no fazer artístico.
6. Reflexão crítica sobre o papel social da arte.
7. Valorização da cultura urbana e das narrativas locais.
8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos.
9. Resiliência e superação de desafios criativos.
10. Desenvolvimento de habilidades técnicas em pintura e *design*.

ATIVIDADE Arte, Pintura e Desenho	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, lápis de cor, canetas, papéis diversos, telas
Descrição da atividade: Oficina prática que combina desenho e pintura, promovendo o desenvolvimento de habilidades artísticas por meio da exploração de diferentes técnicas e materiais. Conteúdo Programático: 1. Introdução às bases do desenho e da pintura. 2. Técnicas de esboço e proporção no desenho. 3. Experimentação de diferentes materiais (lápis, canetas, tintas). 4. Técnicas básicas de pintura e mistura de cores. 5. Criação de composições com temas variados. 6. Reflexões sobre a arte como expressão pessoal e cultural. 7. Desenvolvimento de texturas e contrastes visuais. 8. Planejamento e execução de uma obra coletiva. 9. Exposição dos trabalhos realizados pelos participantes. 10. Encerramento com avaliação e roda de <i>feedback</i>. Habilidades a serem desenvolvidas:	

1. Coordenação motora fina e controle técnico.
2. Expressão criativa e artística.
3. Planejamento e organização de ideias em composições visuais.
4. Sensibilidade estética e percepção de detalhes.
5. Valorização da arte como forma de expressão pessoal.
6. Promoção da paciência e atenção aos detalhes.
7. Trabalho em equipe em projetos artísticos.
8. Fomento à criatividade e inovação nas criações.
9. Confiança e autovalorização no desenvolvimento artístico.
10. Reflexão sobre o papel cultural e social da arte.

ATIVIDADE	
Dança – Hip-Hop/Danças Urbanas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que ensina os fundamentos do hip-hop e de outras danças urbanas, promovendo a criatividade, a expressão corporal e a valorização da cultura urbana.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução ao hip hop e às danças urbanas: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de movimentos como <i>popping</i>, <i>locking</i> e <i>breakdance</i>. 3. Criação de coreografias individuais e em grupo. 4. Exploração de estilos de dança urbanos, como <i>waacking</i> e <i>krumping</i>. 5. Dinâmicas para aprimorar a expressão corporal e rítmica. 6. Reflexões sobre a importância da cultura urbana e sua diversidade. 7. Exercícios de improvisação e <i>freestyle</i>. 8. Planejamento e ensaio de apresentações coreográficas. 9. Desenvolvimento de habilidades de batalha de dança. 10. Encerramento com uma performance final para a comunidade.	
Habilidades a serem desenvolvidas:	

1. Coordenação motora e agilidade.
2. Expressão corporal e criatividade no movimento.
3. Sensibilidade rítmica e musical.
4. Confiança e presença de palco.
5. Valorização da diversidade cultural e urbana.
6. Trabalho em equipe e colaboração.
7. Promoção do bem-estar físico e emocional.
8. Resiliência e superação de desafios na dança.
9. Estímulo à criatividade e improvisação.
10. Promoção da inclusão e do protagonismo juvenil.

ATIVIDADE	
Artesanato: Construindo Laços	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Linhas, tecidos, agulhas, colas, materiais recicláveis, tintas
Descrição da atividade: Oficina prática que utiliza o artesanato como forma de expressão, integração social e desenvolvimento de habilidades manuais. Os participantes criarão peças únicas enquanto exploram a importância do fazer artesanal. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao artesanato: importância cultural e social. 2. Técnicas básicas de costura e colagem. 3. Criação de peças artesanais: bolsas, acessórios e decoração. 4. Uso de materiais recicláveis na confecção. 5. Estilos regionais e culturais no artesanato. 6. Personalização e acabamento das peças criadas. 7. Reflexão sobre sustentabilidade e reaproveitamento. 8. Dinâmicas de trabalho colaborativo. 9. Planejamento e montagem de uma exposição das criações.	

10. Encerramento com partilha de experiências e avaliação coletiva.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e habilidades manuais.
2. Criatividade na criação e personalização de peças.
3. Valorização da sustentabilidade e reaproveitamento de materiais.
4. Fomento ao trabalho em equipe e cooperação.
5. Promoção do senso de pertencimento cultural.
6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes.
7. Fortalecimento da autoestima e confiança.
8. Conhecimento sobre técnicas artesanais regionais e globais.
9. Expressão artística e senso estético.
10. Capacidade de planejar e finalizar projetos criativos.

ATIVIDADE	
Jogos Teatrais - Adulto	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas voltadas para o público adulto, utilizando jogos teatrais como ferramentas para o desenvolvimento de expressão pessoal, criatividade e habilidades sociais, em um ambiente dinâmico e descontraído. Conteúdo Programático: 1. Técnicas de aquecimento corporal e vocal. 2. Dinâmicas de improvisação em grupo. 3. Desenvolvimento de personagens com base em vivências. 4. Jogos para expressão corporal e comunicação não verbal. 5. Criação de pequenas cenas com temas sociais. 6. Reflexão sobre valores e experiências humanas através do teatro. 7. Técnicas de relaxamento e concentração para atuação. 8. Apresentação de esquetes teatrais. 9. Introdução a estilos teatrais e suas aplicações práticas.	

10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão corporal e vocal.
2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação.
3. Fomento ao autoconhecimento e confiança.
4. Capacidade de trabalho em equipe e interação social.
5. Reflexão sobre temas contemporâneos e questões sociais.
6. Sensibilidade artística e cultural.
7. Melhoria da articulação e dicção.
8. Promoção da empatia e inclusão.
9. Planejamento e execução de projetos coletivos.
10. Presença e postura em cena.

ATIVIDADE

Atividade de Consciência Corporal: Memórias do Corpo

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com espaço amplo
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, música instrumental, espelhos, cadeiras
Descrição da atividade: Uma prática que combina técnicas de consciência corporal e expressão pessoal, utilizando movimentos e reflexões para conectar o corpo às suas memórias e experiências. A atividade estimula autoconhecimento e bem-estar emocional. Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Técnicas de respiração para relaxamento e foco. 3. Exercícios de percepção corporal e alinhamento postural. 4. Movimentos exploratórios para conectar corpo e emoções. 5. Dinâmicas de interação em grupo. 6. Práticas de improvisação corporal com música. 7. Reflexão e expressão das memórias do corpo. 8. Desenvolvimento de movimentos orgânicos e autênticos. 9. Estratégias para relaxamento e bem-estar.	

10. Encerramento com roda de conversa sobre experiências.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Ampliação da percepção corporal e emocional.
2. Melhoria do equilíbrio físico e emocional.
3. Capacidade de relaxamento e redução do estresse.
4. Desenvolvimento de expressão corporal autêntica.
5. Promoção do autoconhecimento e empatia.
6. Melhoria da postura e da mobilidade.
7. Foco e concentração em atividades introspectivas.
8. Estímulo à criatividade e à improvisação.
9. Valorização da conexão mente-corpo.
10. Fortalecimento da autoestima e confiança pessoal.

ATIVIDADE	
Dançando e Alegando	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina de dança com foco em movimentos alegres e dinâmicos, promovendo bem-estar, diversão e conexão social por meio de ritmos animados e coreografias simples. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento e alongamento com música. 2. Exploração de ritmos como axé, samba e pop. 3. Coreografias dinâmicas e acessíveis. 4. Técnicas de improvisação e expressão corporal. 5. Reflexões sobre o papel da dança no bem-estar emocional. 6. Dinâmicas em grupo para promover a interação social. 7. Exercícios de equilíbrio e coordenação motora. 8. Adaptação dos movimentos a diferentes níveis de habilidade.	

9. Planejamento de uma apresentação coletiva.
10. Encerramento com uma roda de dança comemorativa.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Sensibilidade rítmica e musical.
2. Coordenação motora e equilíbrio.
3. Expressão corporal e criatividade no movimento.
4. Promoção do bem-estar físico e emocional.
5. Trabalho em equipe e integração social.
6. Aumento da autoestima e confiança.
7. Estímulo à criatividade e à improvisação.
8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança.
9. Resiliência e superação de desafios no movimento.
10. Promoção de uma rotina ativa e saudável.

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras. 4. Exploração de jogos tradicionais e culturais. 5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos. 6. Criação de novos jogos em grupo. 7. Integração de música e movimento em atividades recreativas. 8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil.	

9. Planejamento de jogos e brincadeiras.
10. Encerramento com festival recreativo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora e equilíbrio.
2. Trabalho em equipe e colaboração.
3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais.
4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas.
5. Valorização do respeito e empatia.
6. Promoção do bem-estar físico e emocional.
7. Confiança e autoestima.
8. Exploração da diversidade cultural no brincar.
9. Capacidade de organização e planejamento.
10. Promoção de uma infância ativa e saudável.

ATIVIDADE Teatro	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficina que desenvolve habilidades de expressão corporal, vocal e emocional por meio de práticas teatrais. As atividades promovem a criatividade, a interação social e a autoconfiança em um ambiente colaborativo e dinâmico. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro: conceitos básicos e história. 2. Exercícios de aquecimento corporal e vocal. 3. Dinâmicas de improvisação e criatividade. 4. Técnicas de expressão corporal e facial. 5. Construção de personagens e desenvolvimento de narrativas. 6. Práticas de criação de cenas em grupo. 7. Técnicas de leitura e interpretação de textos teatrais. 8. Reflexões sobre o papel do teatro na sociedade.	

9. Planejamento e ensaio de uma apresentação final.
10. Encerramento com performance teatral para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão corporal e vocal.
2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação.
3. Trabalho em equipe e cooperação.
4. Capacidade de interpretar e transmitir emoções.
5. Melhoria da confiança e presença de palco.
6. Sensibilidade artística e cultural.
7. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais.
8. Promoção da empatia e do autoconhecimento.
9. Planejamento e organização de projetos artísticos.
10. Resiliência e superação de desafios emocionais e criativos.

ATIVIDADE Dança – Hip-Hop	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que ensina movimentos básicos e coreografias do hip hop, promovendo a expressão pessoal, a criatividade e a valorização da cultura urbana.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à história do hip hop e sua relevância cultural. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Técnicas básicas de hip hop: popping, locking e breakdance. 4. Criação de coreografias individuais e em grupo. 5. Integração de elementos da cultura de rua, como freestyle. 6. Reflexões sobre a influência do hip hop na música e na dança.	

7. Exercícios de improvisação e expressão criativa.
8. Dinâmicas de batalha de dança e interação em grupo.
9. Planejamento de uma apresentação colaborativa.
10. Encerramento com uma performance especial para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora e agilidade.
2. Expressão artística e corporal.
3. Promoção da criatividade e improvisação.
4. Sensibilidade rítmica e musical.
5. Confiança e presença em cena.
6. Valorização da cultura urbana e da diversidade.
7. Trabalho em equipe e integração social.
8. Desenvolvimento da resistência física e flexibilidade.
9. Resiliência e superação de desafios na dança.
10. Fomento ao protagonismo jovem e inclusão cultural.

ATIVIDADE

Ritmos e Versos: A Expressão do Hip-Hop - Grafite

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Materiais e Equipamentos	Sprays de tinta, papéis grandes, pincéis, máscaras de proteção
Descrição da atividade: Oficina que explora o grafite como forma de expressão artística dentro da cultura do hip-hop, promovendo a criatividade, o engajamento social e a valorização das mensagens visuais.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à cultura hip hop e ao grafite como arte urbana. 2. Técnicas básicas de desenho e criação de letras estilizadas. 3. Uso seguro e técnico de sprays e pincéis. 4. Planejamento e criação de painéis e murais coletivos.	

5. Reflexões sobre o impacto social e cultural do grafite.
6. Dinâmicas de grupo para criação de conceitos artísticos.
7. Exploração de temas sociais e culturais nas artes urbanas.
8. Criação de um mural colaborativo em grande escala.
9. Discussão sobre ética e responsabilidade na arte urbana.
10. Encerramento com exposição das criações e roda de conversa.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão criativa e narrativa visual.
2. Desenvolvimento da coordenação motora fina.
3. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais.
4. Trabalho em equipe e colaboração artística.
5. Sensibilidade estética e composição visual.
6. Planejamento e organização de projetos criativos.
7. Valorização da cultura urbana e suas manifestações.
8. Promoção da autoestima e confiança.
9. Resiliência e superação de desafios artísticos.
10. Consciência sobre ética e responsabilidade no uso do espaço público.

ATIVIDADE Dança para Todos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos.	

3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas.
4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal.
5. Criação de coreografias coletivas e individuais.
6. Exploração de ritmos culturais e regionais.
7. Técnicas de respiração aplicadas à dança.
8. Preparação para apresentações públicas.
9. Feedback construtivo e ajustes técnicos.
10. Encerramento com apresentação final para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade.
2. Expressão artística através da dança.
3. Melhoria da postura e do equilíbrio.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Autoconfiança e presença em cena.
6. Respeito à diversidade de corpos e expressões.
7. Sensibilidade rítmica e musical.
8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias.
9. Promoção do bem-estar físico e emocional.
10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.

ATIVIDADE	
Quadrinhos e <i>Storytelling</i>	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, lápis, canetas coloridas, marcadores, computadores com softwares gráficos (opcional)
Descrição da atividade: Oficina que ensina técnicas de criação de quadrinhos e narrativas visuais, incentivando a criatividade e a expressão artística dos participantes por meio do <i>storytelling</i>. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e evolução dos quadrinhos. 2. Estrutura de uma história: início, desenvolvimento e desfecho.	

3. Criação de personagens e construção de identidade visual.
4. Técnicas básicas de desenho para quadrinhos.
5. Uso de balões, falas e efeitos gráficos.
6. Planejamento de painéis e composição de cenas.
7. Exploração de narrativas culturais e sociais.
8. Introdução a ferramentas digitais para quadrinhos (opcional).
9. Produção de uma história curta em quadrinhos.
10. Encerramento com uma exposição das obras criadas.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão criativa e narrativa.
2. Desenvolvimento da coordenação motora fina.
3. Planejamento e organização de ideias para histórias.
4. Sensibilidade estética e composição visual.
5. Capacidade de criar personagens e universos narrativos.
6. Trabalho em equipe na construção de narrativas colaborativas.
7. Promoção da paciência e atenção aos detalhes.
8. Reflexão crítica sobre temas culturais e sociais.
9. Valorização da arte como ferramenta de comunicação.
10. Desenvolvimento de autoconfiança em projetos criativos.

ATIVIDADE

Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros - Capoeira

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático:	

1. História e fundamentos da capoeira.
2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques.
3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples.
4. Práticas musicais com instrumentos típicos.
5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira.
6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira.
7. Dinâmicas de roda de capoeira.
8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação.
9. Exercícios de coordenação e resistência física.
10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio.
2. Sensibilidade musical e rítmica.
3. Fortalecimento físico e emocional.
4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira.
5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras.
6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação.
7. Autoconfiança e disciplina.
8. Expressão artística e corporal.
9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social.
10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.

ATIVIDADE Artes/Estêncil	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tesouras, moldes, sprays de tinta, pincéis, placas de acetato, máscaras de proteção
Descrição da atividade:	

Oficina que ensina a técnica de estêncil como forma de expressão artística e criativa, possibilitando a criação de designs personalizados e a valorização de mensagens visuais.

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao estêncil: história e aplicações artísticas.
2. Técnicas de criação de moldes e recortes.
3. Exploração de diferentes materiais e superfícies para estêncil.
4. Uso de sprays e tintas de maneira segura e técnica.
5. Desenvolvimento de composições visuais com sobreposições de camadas.
6. Reflexões sobre o impacto visual e cultural do estêncil.
7. Criação de peças individuais e coletivas com temas sociais e culturais.
8. Dinâmicas para explorar criatividade em design.
9. Planejamento de um mural ou exposição com os trabalhos criados.
10. Encerramento com roda de avaliação e partilha das experiências.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e precisão no recorte e aplicação.
2. Planejamento e organização de projetos artísticos.
3. Expressão criativa e narrativa visual.
4. Sensibilidade estética e composição visual.
5. Valorização do reaproveitamento de materiais na arte.
6. Promoção do trabalho em equipe em projetos coletivos.
7. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais.
8. Autoconfiança e autoestima na produção artística.
9. Resiliência e superação de desafios criativos.
10. Consciência sobre a importância da ética na arte urbana e pública.

ATIVIDADE	
Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música
Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônomo
Descrição da atividade:	

Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas.

Conteúdo Programático:

1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia.
2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional).
3. Técnicas básicas de instrumentos variados.
4. Dinâmicas de improvisação musical.
5. Construção de repertório colaborativo.
6. Integração de canto e instrumentos.
7. Técnicas de composição coletiva.
8. Reflexão sobre a música como ferramenta social.
9. Ensaio e refinamento de performances.
10. Apresentação final de um repertório conjunto.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Sensibilidade auditiva e musical.
2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos.
3. Improvisação e criatividade musical.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Confiança e presença em apresentações.
6. Capacidade de composição e criação coletiva.
7. Valorização da diversidade cultural na música.
8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento.
9. Expressão artística e emocional por meio da música.
10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.

ATIVIDADE	
Dança com Recreação	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, bambolês
Descrição da atividade:	

Atividades que combinam dança e brincadeiras recreativas, promovendo a integração social, o movimento e a diversão.

Conteúdo Programático:

1. Introdução aos fundamentos de ritmo e movimento.
2. Jogos de integração e brincadeiras com música.
3. Coreografias simples adaptadas para crianças.
4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal.
5. Exploração de ritmos brasileiros e internacionais.
6. Atividades que integram dança e brincadeiras tradicionais.
7. Reflexão sobre a importância do movimento para a saúde.
8. Criação de apresentações coletivas.
9. Sessões de relaxamento ao final das práticas.
10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora ampla e equilíbrio.
2. Sensibilidade rítmica e musical.
3. Expressão corporal e artística.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Melhoria da autoestima e confiança.
6. Resolução de problemas por meio da criatividade.
7. Promoção do bem-estar físico e emocional.
8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança.
9. Estímulo à criatividade e à improvisação.
10. Promoção de uma infância ativa e saudável.

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
Matemáticos em Ação: A Aventura dos Números	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, papéis, lápis, régua, jogos matemáticos

Descrição da atividade:

Oficinas dinâmicas e interativas que estimulam o raciocínio lógico e o amor pela matemática, explorando números e conceitos por meio de desafios e atividades práticas.

Conteúdo Programático:

1. Introdução à importância dos números no dia a dia.
2. Atividades de raciocínio lógico e resolução de problemas.
3. Jogos matemáticos para estimular o aprendizado.
4. Exploração de formas geométricas e medidas.
5. Aplicação prática de conceitos de aritmética e álgebra.
6. Desafios de cálculo mental e estratégias.
7. Reflexões sobre a aplicação da matemática na ciência e tecnologia.
8. Dinâmicas de grupo para resolver desafios matemáticos.
9. Planejamento e execução de projetos numéricos criativos.
10. Encerramento com uma competição amigável de matemática.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Raciocínio lógico e pensamento estratégico.
2. Resolução criativa de problemas matemáticos.
3. Habilidade em cálculos mentais e agilidade numérica.
4. Trabalho em equipe e cooperação.
5. Valorização da matemática no cotidiano.
6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática.
7. Capacidade de interpretar e solucionar desafios.
8. Conexão entre matemática e áreas práticas como ciência e tecnologia.
9. Foco e concentração durante atividades complexas.
10. Promoção do interesse contínuo pela aprendizagem matemática.

ATIVIDADE	
A Harmonia das Cores em Inglês - Inglês Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tintas, pincéis, lápis de cor

Descrição da atividade:

Oficina lúdica que ensina vocabulário em inglês relacionado às cores por meio de atividades práticas de pintura e desenho, tornando o aprendizado divertido e interativo.

Conteúdo Programático:

1. Introdução às cores em inglês: nomes e pronúncias.
2. Jogos e músicas para fixar o vocabulário.
3. Atividades de pintura para associar palavras e cores.
4. Criação de desenhos temáticos com identificação das cores em inglês.
5. Dinâmicas para trabalhar variações de tons e gradientes.
6. Reflexões sobre a importância das cores no cotidiano.
7. Planejamento de uma exposição das obras criadas.
8. Integração de frases simples com o vocabulário aprendido.
9. Exercícios de escuta e repetição de palavras.
10. Encerramento com uma roda de conversa sobre o aprendizado.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento do vocabulário básico em inglês.
2. Expressão artística e criatividade.
3. Coordenação motora fina e sensibilidade estética.
4. Promoção do aprendizado interativo e lúdico.
5. Confiança na comunicação em uma língua estrangeira.
6. Trabalho em equipe e colaboração em projetos.
7. Reflexão sobre a conexão entre idiomas e arte.
8. Promoção da curiosidade e interesse pelo aprendizado do inglês.
9. Desenvolvimento da atenção e da concentração.
10. Integração de habilidades linguísticas e visuais para um aprendizado completo.

ATIVIDADE	
Aprendendo Tranças	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço com cadeiras e espelhos
Materiais e Equipamentos	Pentes, elásticos de cabelo, grampos, fios sintéticos, espelhos

Descrição da atividade:

Oficina prática que ensina técnicas básicas de tranças, proporcionando aos participantes o desenvolvimento de habilidades manuais e a possibilidade de geração de renda por meio da prática.

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao universo das tranças: história e relevância cultural.
2. Técnicas básicas de tranças simples, embutidas e box braids.
3. Identificação de materiais e ferramentas essenciais.
4. Cuidados com o cabelo antes e após as tranças.
5. Dinâmicas para desenvolver agilidade e precisão manual.
6. Prática em manequins e entre os participantes.
7. Reflexão sobre as oportunidades de empreendedorismo com tranças.
8. Dicas para precificação e atendimento ao cliente.
9. Planejamento de estilos e combinações criativas.
10. Encerramento com apresentação dos trabalhos realizados.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e destreza manual.
2. Conhecimento básico de técnicas de trança.
3. Capacidade de identificar e utilizar ferramentas e materiais.
4. Planejamento e execução de estilos criativos.
5. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes.
6. Promoção da autoestima e confiança no aprendizado de uma nova habilidade.
7. Valorização da cultura afro-brasileira.
8. Reflexão sobre empreendedorismo e geração de renda.
9. Habilidade de comunicação e atendimento ao cliente.
10. Estímulo à criatividade e inovação nos penteados.

ATIVIDADE Marketing para Empreender Online	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula equipada ou laboratório de informática
Materiais e Equipamentos	Computadores, projetor, acesso à internet

Descrição da atividade:

Oficina que ensina estratégias práticas de marketing digital para empreendedores, com foco na criação de presença online, divulgação de produtos e serviços e engajamento com o público.

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao marketing digital e suas vantagens.
2. Criação de perfis profissionais em redes sociais.
3. Estratégias para gerar engajamento e atrair clientes.
4. Planejamento de campanhas de anúncios pagos em plataformas digitais.
5. Produção de conteúdo visual e textual para redes sociais.
6. Ferramentas gratuitas para design gráfico e edição de conteúdo.
7. Uso de SEO para melhorar o alcance em sites e blogs.
8. Análise de métricas para acompanhar o desempenho das campanhas.
9. Reflexões sobre ética e responsabilidade no marketing digital.
10. Planejamento de um plano de marketing digital prático.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Planejamento estratégico de campanhas online.
2. Capacidade de criar conteúdos atrativos para redes sociais.
3. Habilidade no uso de ferramentas digitais para marketing.
4. Conhecimento sobre análise de dados e métricas.
5. Desenvolvimento de criatividade na divulgação de produtos e serviços.
6. Comunicação eficaz com o público-alvo.
7. Reflexão sobre tendências do mercado digital.
8. Fomento ao empreendedorismo digital e à inovação.
9. Confiança no uso de tecnologias para negócios.
10. Capacidade de adaptar estratégias às mudanças no mercado online.

ATIVIDADE	
Marketing para Empreender Offline	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Dr. José Pedro Leite Cordeiro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flip chart, marcadores, amostras de materiais impressos

Descrição da atividade:

Oficina prática que aborda estratégias de marketing presencial e offline, com foco na divulgação local, promoção de produtos e criação de conexões com os clientes.

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao marketing offline: conceito e importância.
2. Identificação do público-alvo e definição de estratégias locais.
3. Técnicas de panfletagem e criação de materiais impressos.
4. Planejamento de eventos promocionais e feiras.
5. Estratégias para networking e fortalecimento de parcerias.
6. Produção de materiais visuais atraentes (banners, cartões de visita).
7. Métodos para captar e fidelizar clientes presencialmente.
8. Reflexão sobre a integração do marketing offline com o digital.
9. Análise de cases de sucesso em estratégias offline.
10. Encerramento com simulações de estratégias presenciais.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Planejamento e organização de ações presenciais de marketing.
2. Comunicação direta e persuasiva com clientes.
3. Capacidade de criar materiais impressos visualmente atrativos.
4. Desenvolvimento de estratégias para aumentar a visibilidade local.
5. Habilidade em gestão de eventos promocionais.
6. Reflexão sobre a importância do contato humano no marketing.
7. Promoção da criatividade na divulgação de produtos e serviços.
8. Trabalho em equipe na execução de ações presenciais.
9. Integração de estratégias offline com campanhas digitais.
10. Resiliência para lidar com desafios do mercado presencial.

7.3.5. EMEF FERNANDO DE AZEVEDO

A EMEF Prof.^º Fernando de Azevedo faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE São Miguel. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Vila Nova Curuçá, integrante da Subprefeitura Itaim Paulista e do Distrito de Vila Curuçá.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 336 hab/ha, com uma estimativa de 75.314 mil habitantes e uma proporção de 67% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 9 (nove) favelas com cerca de 2.618 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 12 linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Murici, a cerca de 180 metros da escola.

Dos equipamentos públicos culturais e/ou esportivos do entorno dessa unidade escolar, existem 3 (três) Clubes da Comunidade.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, <i>kettlebells</i> , halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: <i>kettlebells</i>, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos. 10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE	
Aventuras Lúdicas: Jogos Recreativos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

ATIVIDADE	
Descobrimdo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe. 9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, minicones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

ATIVIDADE	
Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais. 9. Consciência corporal em atividades práticas. 10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.	

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Taekwondo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de taekwondo
Descrição da atividade: Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no Taekwondo, abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico. Conteúdo Programático: 1. História e princípios do Taekwondo. 2. Posturas básicas e deslocamentos. 3. Técnicas fundamentais de chutes e socos. 4. Exercícios de defesa pessoal. 5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (<i>poomsae</i>). 6. Treinamento de agilidade e reflexos. 7. Práticas de <i>sparring</i> e simulações de combate seguro. 8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte. 9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade. 10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio corporal. 2. Melhoria da força física e flexibilidade. 3. Aumento da resistência e agilidade. 4. Disciplina e autocontrole emocional. 5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate. 7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações. 8. Respeito às regras e valores do Taekwondo. 9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites. 10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.	

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE	
Artesanato: Construindo Laços	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Linhas, tecidos, agulhas, colas, materiais recicláveis, tintas
Descrição da atividade: Oficina prática que utiliza o artesanato como forma de expressão, integração social e desenvolvimento de habilidades manuais. Os participantes criarão peças únicas enquanto exploram a importância do fazer artesanal. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao artesanato: importância cultural e social. 2. Técnicas básicas de costura e colagem. 3. Criação de peças artesanais: bolsas, acessórios e decoração. 4. Uso de materiais recicláveis na confecção. 5. Estilos regionais e culturais no artesanato. 6. Personalização e acabamento das peças criadas. 7. Reflexão sobre sustentabilidade e reaproveitamento. 8. Dinâmicas de trabalho colaborativo. 9. Planejamento e montagem de uma exposição das criações. 10. Encerramento com partilha de experiências e avaliação coletiva. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e habilidades manuais. 2. Criatividade na criação e personalização de peças. 3. Valorização da sustentabilidade e reaproveitamento de materiais. 4. Fomento ao trabalho em equipe e cooperação. 5. Promoção do senso de pertencimento cultural. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Fortalecimento da autoestima e confiança. 8. Conhecimento sobre técnicas artesanais regionais e globais. 9. Expressão artística e senso estético. 10. Capacidade de planejar e finalizar projetos criativos.	

ATIVIDADE	
Atividade de Consciência Corporal: Memórias do Corpo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com espaço amplo
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, música instrumental, espelhos, cadeiras
Descrição da atividade: Uma prática que combina técnicas de consciência corporal e expressão pessoal, utilizando movimentos e reflexões para conectar o corpo às suas memórias e experiências. A atividade estimula autoconhecimento e bem-estar emocional. Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Técnicas de respiração para relaxamento e foco. 3. Exercícios de percepção corporal e alinhamento postural. 4. Movimentos exploratórios para conectar corpo e emoções. 5. Dinâmicas de interação em grupo. 6. Práticas de improvisação corporal com música. 7. Reflexão e expressão das memórias do corpo. 8. Desenvolvimento de movimentos orgânicos e autênticos. 9. Estratégias para relaxamento e bem-estar. 10. Encerramento com roda de conversa sobre experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Ampliação da percepção corporal e emocional. 2. Melhoria do equilíbrio físico e emocional. 3. Capacidade de relaxamento e redução do estresse. 4. Desenvolvimento de expressão corporal autêntica. 5. Promoção do autoconhecimento e empatia. 6. Melhoria da postura e da mobilidade. 7. Foco e concentração em atividades introspectivas. 8. Estímulo à criatividade e à improvisação. 9. Valorização da conexão mente-corpo. 10. Fortalecimento da autoestima e confiança pessoal.	

ATIVIDADE	
Musicalização - Fanfarra	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Instrumentos de fanfarra (tambores, trompetes, liras), partituras, uniformes
Descrição da atividade: A oficina de musicalização com foco em fanfarras busca introduzir os participantes à prática musical em grupo, promovendo disciplina, integração e apreciação artística. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e cultura das fanfarras. 2. Conhecimento básico dos instrumentos de fanfarra. 3. Técnicas de leitura de partituras simples. 4. Desenvolvimento de ritmo e coordenação musical. 5. Ensaios para integração de instrumentos. 6. Execução de repertório tradicional e moderno. 7. Dinâmicas de grupo para coordenação e sincronia. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Discussão sobre o papel cultural das fanfarras. 10. Encerramento com apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da disciplina e concentração. 2. Melhoria da coordenação motora e rítmica. 3. Capacidade de trabalhar em equipe musical. 4. Promoção da criatividade e expressão artística. 5. Apreciação pela música como ferramenta de integração. 6. Confiança e presença em apresentações públicas. 7. Sensibilidade auditiva e rítmica. 8. Estímulo à responsabilidade e compromisso. 9. Respeito pela diversidade cultural e artística. 10. Fortalecimento de laços sociais e comunitários.	

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, cones, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que estimulam o aprendizado por meio do brincar. As atividades incluem jogos, dinâmicas e brincadeiras que integram aspectos pedagógicos e lúdicos, promovendo o desenvolvimento social e motor das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do brincar no aprendizado. 2. Dinâmicas de socialização e interação em grupo. 3. Jogos que envolvem movimento e estratégia. 4. Atividades de raciocínio lógico aplicadas a brincadeiras. 5. Brincadeiras culturais e regionais. 6. Exploração de materiais simples para a criação de jogos. 7. Atividades que integram música e movimento. 8. Técnicas de mediação e inclusão em jogos. 9. Competição saudável em grupos. 10. Encerramento com roda de conversa e feedback das crianças. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Resolução de problemas de forma criativa. 4. Promoção do respeito e da empatia. 5. Desenvolvimento do raciocínio lógico e estratégico. 6. Fortalecimento da autoestima e confiança. 7. Melhoria da socialização e integração. 8. Estímulo à criatividade e improvisação. 9. Valorização da cultura lúdica e tradicional. 10. Promoção do bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE Dança	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade. 2. Expressão artística através da dança. 3. Melhoria da postura e do equilíbrio. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Autoconfiança e presença em cena. 6. Respeito à diversidade de corpos e expressões. 7. Sensibilidade rítmica e musical. 8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.	

ATIVIDADE Reviver Capoeira	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina prática que resgata a cultura e os valores da capoeira, explorando movimentos, ritmos e história, promovendo a integração social e o fortalecimento da identidade cultural. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e origem da capoeira. 2. Prática da ginga e movimentos básicos. 3. Técnicas de ataque, defesa e esquivas. 4. Treinamento de equilíbrio e acrobacias simples. 5. Ritmos e cantos tradicionais com instrumentos típicos. 6. Reflexão sobre os valores culturais da capoeira. 7. Formação e prática de rodas de capoeira. 8. Desenvolvimento de força e flexibilidade. 9. Ética, respeito e disciplina no contexto da capoeira. 10. Encerramento com roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e reflexos. 2. Fortalecimento físico e emocional. 3. Sensibilidade musical e rítmica. 4. Consciência cultural e valorização das raízes afro-brasileiras. 5. Trabalho em equipe e cooperação. 6. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 7. Expressão corporal e artística. 8. Respeito mútuo e promoção da ética no esporte. 9. Promoção de autoconfiança e autoestima. 10. Integração social e fortalecimento de identidade cultural.	

ATIVIDADE	
Recreação: Pintura Artística/Pintura Facial	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas atóxicas, pincéis, espelhos, aventais
Descrição da atividade: Oficina lúdica que ensina técnicas de pintura facial e artística, estimulando a criatividade e promovendo diversão e interação social entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à pintura facial: segurança e técnicas básicas. 2. Exploração de cores e formas para pinturas criativas. 3. Técnicas de aplicação de pincel e esponja. 4. Criação de desenhos temáticos (animais, super-heróis, flores, entre outros). 5. Dinâmicas de criação coletiva e troca de ideias. 6. Reflexões sobre o uso da pintura facial em festas e eventos. 7. Cuidados com a pele e remoção segura das tintas. 8. Apresentação dos trabalhos em um desfile ou exposição. 9. Planejamento de projetos criativos com pintura facial. 10. Encerramento com avaliação e partilha de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e precisão manual. 2. Expressão criativa e narrativa visual. 3. Sensibilidade estética e composição de cores. 4. Promoção da autoestima e confiança. 5. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 6. Trabalho em equipe em projetos artísticos. 7. Reflexão sobre a aplicabilidade da arte em eventos e festas. 8. Resiliência e superação de desafios criativos. 9. Valorização da arte como forma de expressão lúdica. 10. Estímulo à imaginação e à criatividade.	

ATIVIDADE Teatro Infantil	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, adereços, sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina de teatro voltada para crianças, que promove o desenvolvimento da criatividade, expressão corporal e trabalho em equipe, por meio de dinâmicas lúdicas e narrativas. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro: elementos básicos e diversão. 2. Exercícios de expressão corporal e facial. 3. Jogos de improvisação para estimular a criatividade. 4. Construção de personagens e pequenas histórias. 5. Prática de leitura e interpretação de textos infantis. 6. Reflexões sobre empatia e valores sociais. 7. Planejamento e ensaio de uma peça infantil. 8. Dinâmicas para promover a integração e a socialização. 9. Apresentação final para os pais e a comunidade. 10. Encerramento com roda de conversa sobre a experiência. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Reflexão sobre temas sociais e culturais. 5. Promoção da empatia e do autoconhecimento. 6. Aumento da confiança e presença em público. 7. Sensibilidade artística e narrativa. 8. Planejamento e execução de projetos coletivos. 9. Resiliência e superação de desafios emocionais. 10. Estímulo à imaginação e à diversão.	

ATIVIDADE Ballet Fitness	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou estúdio com espelhos
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, barras de apoio, música instrumental
Descrição da atividade: Oficina que combina técnicas do ballet clássico com exercícios de fitness, promovendo o fortalecimento muscular, a flexibilidade e o bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao ballet fitness: conceitos e benefícios. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Técnicas básicas de movimentos do ballet adaptados ao fitness. 4. Sequências para fortalecimento muscular e postura. 5. Exercícios de equilíbrio e coordenação motora. 6. Ritmos e dinâmicas para melhorar a resistência física. 7. Práticas de relaxamento e respiração. 8. Reflexão sobre disciplina e constância no treinamento. 9. Planejamento de rotinas personalizadas de ballet fitness. 10. Encerramento com avaliação e feedback dos participantes. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Fortalecimento muscular e resistência física. 3. Promoção da flexibilidade e mobilidade. 4. Consciência corporal e postura. 5. Estímulo ao bem-estar físico e emocional. 6. Desenvolvimento da disciplina em práticas regulares. 7. Confiança na execução de movimentos técnicos. 8. Promoção da autoestima e autovalorização. 9. Resiliência e superação de desafios físicos. 10. Integração entre técnicas artísticas e exercícios físicos.	

ATIVIDADE	
Dança com Bamboê	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bamboês, sistema de som
Descrição da atividade: Oficina divertida que integra a dança com o uso do bamboê, promovendo coordenação motora, criatividade e expressão corporal por meio de movimentos dinâmicos e rítmicos. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao uso do bamboê na dança. 2. Técnicas básicas de manuseio e giros com bamboê. 3. Exploração de ritmos e movimentos rítmicos. 4. Criação de sequências coreográficas com bamboê. 5. Dinâmicas de improvisação e interação em grupo. 6. Reflexão sobre os benefícios físicos e emocionais da prática. 7. Planejamento de apresentações criativas. 8. Integração de estilos musicais diversos. 9. Preparação para uma performance final. 10. Encerramento com roda de dança e celebração. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e equilíbrio. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e criatividade. 4. Desenvolvimento da resistência física. 5. Trabalho em equipe e socialização. 6. Promoção da autoestima e confiança. 7. Flexibilidade e agilidade nos movimentos. 8. Resiliência e superação de desafios corporais. 9. Fomento ao bem-estar físico e emocional. 10. Estímulo à diversão e à prática saudável.	

ATIVIDADE	
Dança - Ritmos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som
Descrição da atividade: Oficina que explora diferentes estilos de dança e ritmos musicais, promovendo o bem-estar físico e emocional por meio da diversidade cultural e do movimento. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos ritmos e sua relevância cultural. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Prática de estilos variados: salsa, samba, forró, pop, entre outros. 4. Dinâmicas para desenvolvimento da expressão corporal. 5. Criação de coreografias individuais e coletivas. 6. Reflexões sobre a importância da dança no bem-estar emocional. 7. Técnicas de improvisação e interação em grupo. 8. Planejamento de uma apresentação colaborativa. 9. Reflexão sobre o impacto cultural dos ritmos dançados. 10. Encerramento com roda de dança e partilha de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Expressão corporal e criatividade no movimento. 3. Sensibilidade rítmica e musical. 4. Promoção da autoestima e confiança. 5. Desenvolvimento da flexibilidade e resistência física. 6. Trabalho em equipe e socialização. 7. Reflexão sobre diversidade cultural e artística. 8. Resiliência e superação de desafios na dança. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Fomento à criatividade e improvisação.	

ATIVIDADE	
Expressão Silenciosa: Descobrimo a Mímica - Pintura Facial	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou auditório
Materiais e Equipamentos	Tintas faciais atóxicas, espelhos, figurinos simples
Descrição da atividade: Oficina que une a arte da mímica e da pintura facial para explorar a expressão corporal e emocional. Os participantes aprenderão a comunicar histórias e emoções sem o uso de palavras, utilizando maquiagem e adereços simples. Conteúdo Programático: 1. Introdução à mímica: história e importância artística. 2. Técnicas básicas de expressão corporal e facial. 3. Prática de movimentos para transmitir emoções e narrativas. 4. Dinâmicas de criação de personagens com pintura facial. 5. Reflexões sobre o papel da comunicação não verbal. 6. Criação de pequenas cenas de mímica. 7. Desenvolvimento de sequências narrativas coletivas. 8. Planejamento e ensaio de uma apresentação. 9. Discussão sobre a importância da sensibilidade e empatia na mímica. 10. Encerramento com uma performance silenciosa para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e facial refinada. 2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação. 3. Sensibilidade para comunicação não verbal. 4. Coordenação motora e controle dos movimentos. 5. Promoção da autoestima e confiança. 6. Trabalho em equipe na criação de cenas coletivas. 7. Valorização da arte como meio de expressão universal. 8. Reflexão sobre o impacto emocional da mímica. 9. Planejamento e execução de projetos artísticos. 10. Promoção da empatia e do entendimento humano por meio da expressão artística.	

ATIVIDADE	
Dança para Todos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade. 2. Expressão artística através da dança. 3. Melhoria da postura e do equilíbrio. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Autoconfiança e presença em cena. 6. Respeito à diversidade de corpos e expressões. 7. Sensibilidade rítmica e musical. 8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.	

ATIVIDADE

Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros - Capoeira

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático: 1. História e fundamentos da capoeira. 2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques. 3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples. 4. Práticas musicais com instrumentos típicos. 5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira. 6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira. 7. Dinâmicas de roda de capoeira. 8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação. 9. Exercícios de coordenação e resistência física. 10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio. 2. Sensibilidade musical e rítmica. 3. Fortalecimento físico e emocional. 4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira. 5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras. 6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação. 7. Autoconfiança e disciplina. 8. Expressão artística e corporal. 9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social. 10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.	

ATIVIDADE	
Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música
Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônomos
Descrição da atividade: Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia. 2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional). 3. Técnicas básicas de instrumentos variados. 4. Dinâmicas de improvisação musical. 5. Construção de repertório colaborativo. 6. Integração de canto e instrumentos. 7. Técnicas de composição coletiva. 8. Reflexão sobre a música como ferramenta social. 9. Ensaio e refinamento de performances. 10. Apresentação final de um repertório conjunto. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade auditiva e musical. 2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos. 3. Improvisação e criatividade musical. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Confiança e presença em apresentações. 6. Capacidade de composição e criação coletiva. 7. Valorização da diversidade cultural na música. 8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento. 9. Expressão artística e emocional por meio da música. 10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.	

ATIVIDADE Arte Criativa	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papel, argila, lápis de cor, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas práticas que estimulam a expressão criativa e artística, proporcionando aos participantes a oportunidade de explorar diferentes técnicas de artes visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo das artes visuais. 2. Técnicas de pintura e desenho. 3. Escultura em argila e materiais recicláveis. 4. Criação de murais colaborativos. 5. Exploração de texturas e formas. 6. Técnicas de colagem e mosaico. 7. Reflexões sobre arte e cultura. 8. Planejamento e execução de projetos criativos. 9. Organização de uma exposição de arte. 10. Avaliação coletiva das obras criadas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Expressão artística e emocional. 3. Resolução de problemas por meio da criação artística. 4. Sensibilidade estética e cultural. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Promoção da autoestima e confiança. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Consciência sobre o papel da arte na sociedade. 10. Fomento à imaginação e inovação.	

ATIVIDADE Jogos Teatrais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam jogos teatrais para desenvolver habilidades de expressão, criatividade e trabalho em equipe, promovendo o contato com a arte cênica de forma lúdica. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos jogos teatrais e sua aplicação. 2. Exercícios de aquecimento e relaxamento corporal. 3. Técnicas de improvisação em grupo. 4. Dinâmicas de criação de personagens. 5. Jogos para explorar a expressão corporal e vocal. 6. Criação de pequenas cenas e histórias. 7. Reflexão sobre os valores sociais em atividades teatrais. 8. Apresentação e análise de esquetes teatrais. 9. Técnicas de concentração e foco para cena. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Criatividade na construção de cenas e personagens. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Desenvolvimento da empatia e do respeito mútuo. 5. Capacidade de improvisação e adaptação. 6. Fomento ao pensamento crítico e reflexivo. 7. Confiança e presença de palco. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Sensibilidade artística e cultural. 10. Resiliência em atividades desafiadoras.	

ATIVIDADE	
Dança – Hip-Hop/Danças Urbanas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que ensina movimentos básicos e coreografias do hip-hop, promovendo a expressão pessoal, a criatividade e a valorização da cultura urbana. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história do hip hop e sua relevância cultural. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Técnicas básicas de hip hop: popping, locking e breakdance. 4. Criação de coreografias individuais e em grupo. 5. Integração de elementos da cultura de rua, como freestyle. 6. Reflexões sobre a influência do hip hop na música e na dança. 7. Exercícios de improvisação e expressão criativa. 8. Dinâmicas de batalha de dança e interação em grupo. 9. Planejamento de uma apresentação colaborativa. 10. Encerramento com uma performance especial para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Expressão artística e corporal. 3. Promoção da criatividade e improvisação. 4. Sensibilidade rítmica e musical. 5. Confiança e presença em cena. 6. Valorização da cultura urbana e da diversidade. 7. Trabalho em equipe e integração social. 8. Desenvolvimento da resistência física e flexibilidade. 9. Resiliência e superação de desafios na dança. 10. Fomento ao protagonismo jovem e inclusão cultural.	

ATIVIDADE Danças Urbanas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que explora os movimentos e estilos das danças urbanas, promovendo a expressão artística, a criatividade e a valorização da cultura urbana, com foco em movimentos dinâmicos e inclusão social. Conteúdo Programático: 1. Introdução às danças urbanas: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de estilos como hip hop, popping, locking, breaking e house dance. 3. Dinâmicas para desenvolvimento de coordenação motora e rítmica. 4. Práticas de freestyle e improvisação. 5. Exploração de movimentos característicos e combinações de estilos. 6. Reflexão sobre a importância das danças urbanas na inclusão e expressão social. 7. Criação de coreografias individuais e em grupo. 8. Treinamento de resistência física e controle corporal. 9. Planejamento e ensaio de apresentações colaborativas. 10. Encerramento com uma performance final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 11. Coordenação motora e agilidade. 12. Expressão corporal e criatividade no movimento. 13. Sensibilidade rítmica e musical. 14. Valorização da diversidade cultural e da arte urbana. 15. Trabalho em equipe e integração social. 16. Promoção da autoestima e confiança no desempenho artístico. 17. Resiliência e superação de desafios físicos e técnicos. 18. Desenvolvimento de flexibilidade e resistência física. 19. Fomento à improvisação e estilo pessoal. 20. Promoção do bem-estar físico e emocional por meio da dança.	

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
A Harmonia das Cores em Inglês - Inglês Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tintas, pincéis, lápis de cor
Descrição da atividade: Oficina lúdica que ensina vocabulário em inglês relacionado às cores por meio de atividades práticas de pintura e desenho, tornando o aprendizado divertido e interativo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às cores em inglês: nomes e pronúncias. 2. Jogos e músicas para fixar o vocabulário. 3. Atividades de pintura para associar palavras e cores. 4. Criação de desenhos temáticos com identificação das cores em inglês. 5. Dinâmicas para trabalhar variações de tons e gradientes. 6. Reflexões sobre a importância das cores no cotidiano. 7. Planejamento de uma exposição das obras criadas. 8. Integração de frases simples com o vocabulário aprendido. 9. Exercícios de escuta e repetição de palavras. 10. Encerramento com uma roda de conversa sobre o aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento do vocabulário básico em inglês. 2. Expressão artística e criatividade. 3. Coordenação motora fina e sensibilidade estética. 4. Promoção do aprendizado interativo e lúdico. 5. Confiança na comunicação em uma língua estrangeira. 6. Trabalho em equipe e colaboração em projetos. 7. Reflexão sobre a conexão entre idiomas e arte. 8. Promoção da curiosidade e interesse pelo aprendizado do inglês. 9. Desenvolvimento da atenção e da concentração. 10. Integração de habilidades linguísticas e visuais para um aprendizado completo.	

ATIVIDADE Aprendendo Tranças	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço com cadeiras e espelhos
Materiais e Equipamentos	Pentes, elásticos de cabelo, grampos, fios sintéticos, espelhos
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina técnicas básicas de tranças, proporcionando aos participantes o desenvolvimento de habilidades manuais e a possibilidade de geração de renda por meio da prática. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao universo das tranças: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de tranças simples, embutidas e box braids. 3. Identificação de materiais e ferramentas essenciais. 4. Cuidados com o cabelo antes e após as tranças. 5. Dinâmicas para desenvolver agilidade e precisão manual. 6. Prática em manequins e entre os participantes. 7. Reflexão sobre as oportunidades de empreendedorismo com tranças. 8. Dicas para precificação e atendimento ao cliente. 9. Planejamento de estilos e combinações criativas. 10. Encerramento com apresentação dos trabalhos realizados. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e destreza manual. 2. Conhecimento básico de técnicas de trança. 3. Capacidade de identificar e utilizar ferramentas e materiais. 4. Planejamento e execução de estilos criativos. 5. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 6. Promoção da autoestima e confiança no aprendizado de uma nova habilidade. 7. Valorização da cultura afro-brasileira. 8. Reflexão sobre empreendedorismo e geração de renda. 9. Habilidade de comunicação e atendimento ao cliente. 10. Estímulo à criatividade e inovação nos penteados.	

ATIVIDADE	
Rotinas Administrativas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de informática
Materiais e Equipamentos	Computadores, projetor, materiais de escritório
Descrição da atividade: Oficina prática que apresenta as principais rotinas administrativas, como organização de documentos, controle de agenda, atendimento e uso de ferramentas digitais, preparando os participantes para atuar em ambientes corporativos. Conteúdo Programático: 1. Introdução às rotinas administrativas e sua importância. 2. Organização e controle de documentos. 3. Técnicas de atendimento ao cliente presencial e remoto. 4. Controle e gestão de agendas e compromissos. 5. Noções básicas de arquivo físico e digital. 6. Introdução a ferramentas digitais de gestão (Excel, Google Agenda). 7. Planejamento e execução de atividades administrativas. 8. Dinâmicas de trabalho em equipe e resolução de problemas. 9. Reflexões sobre ética e postura profissional. 10. Encerramento com simulações práticas e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Planejamento e organização de tarefas. 2. Uso de ferramentas tecnológicas no ambiente administrativo. 3. Capacidade de comunicação clara e assertiva. 4. Desenvolvimento de habilidades para atendimento ao cliente. 5. Trabalho em equipe e cooperação. 6. Resolução de problemas em situações administrativas. 7. Reflexão sobre postura profissional e ética no trabalho. 8. Promoção da autoconfiança em funções administrativas. 9. Gestão de tempo e eficiência no dia a dia corporativo.	

10. Resiliência para lidar com desafios em ambientes organizacionais.

ATIVIDADE Empreendedorismo

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula equipada ou laboratório de informática
Materiais e Equipamentos	Computadores, projetor, <i>flip chart</i> , marcadores

Descrição da atividade:

Oficina prática voltada para o desenvolvimento de habilidades empreendedoras, abordando planejamento de negócios, estratégias de mercado e inovação, com foco na criação de projetos de impacto social e econômico.

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao empreendedorismo: conceitos e tipos de negócios.
2. Identificação de oportunidades no mercado.
3. Construção de um plano de negócios simplificado.
4. Noções de gestão financeira e controle de custos.
5. Estratégias de marketing e vendas.
6. Desenvolvimento de habilidades de liderança e tomada de decisão.
7. Reflexões sobre inovação e sustentabilidade nos negócios.
8. Dinâmicas para estimular criatividade e resolução de problemas.
9. Apresentação de cases de sucesso e boas práticas.
10. Encerramento com pitch de ideias e avaliação coletiva.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Planejamento estratégico e organização.
2. Capacidade de identificar e analisar oportunidades de mercado.
3. Desenvolvimento de habilidades de comunicação e liderança.
4. Reflexão sobre a importância da inovação no empreendedorismo.
5. Promoção da autoconfiança para transformar ideias em negócios.
6. Conhecimento básico sobre gestão financeira e marketing.
7. Trabalho em equipe e colaboração em projetos.
8. Resiliência para superar desafios e se adaptar a mudanças.
9. Habilidade para criar conexões e redes de apoio.
10. Promoção de uma visão sustentável e responsável nos negócios.

ATIVIDADE	
Matemática Divertida: Aprendendo com Jogos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^o Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Jogos de tabuleiro, cartas, dados, fichas de cálculo
Descrição da atividade: Oficina lúdica que utiliza jogos e atividades práticas para ensinar conceitos matemáticos, promovendo o raciocínio lógico, a resolução de problemas e o aprendizado de forma divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao aprendizado matemático com jogos. 2. Exploração de jogos para cálculos básicos (soma, subtração, multiplicação e divisão). 3. Dinâmicas com quebra-cabeças e desafios lógicos. 4. Práticas de resolução de problemas em grupo. 5. Jogos de tabuleiro e cartas para explorar conceitos matemáticos avançados. 6. Reflexões sobre a aplicação da matemática no cotidiano. 7. Criação de jogos matemáticos pelos participantes. 8. Planejamento de competições e desafios amigáveis. 9. Integração de habilidades sociais e matemáticas. 10. Encerramento com roda de avaliação e partilha de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e resolução de problemas. 2. Habilidade de trabalhar em equipe e colaborar em desafios. 3. Promoção da criatividade no aprendizado matemático. 4. Desenvolvimento da concentração e foco. 5. Melhoria da autoestima em relação à matemática. 6. Reflexão sobre a aplicação prática dos conceitos matemáticos. 7. Capacidade de planejamento e organização em atividades lúdicas. 8. Fomento à curiosidade e ao pensamento crítico. 9. Promoção do aprendizado ativo e engajador.	

10. Estímulo à perseverança e superação de desafios cognitivos.

ATIVIDADE

Atelier Criativo: Transformando Ideias em Arte

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papéis, telas, materiais recicláveis

Descrição da atividade:

Oficina prática que estimula a criatividade por meio da produção artística, transformando ideias em peças únicas e promovendo o autoconhecimento e a valorização da arte como forma de expressão.

Conteúdo Programático:

1. Introdução à arte como expressão pessoal e social.
2. Técnicas básicas de pintura e desenho.
3. Exploração de materiais recicláveis para criação de obras de arte.
4. Desenvolvimento de texturas e composições visuais.
5. Reflexões sobre criatividade e inovação na arte.
6. Dinâmicas de criação individual e coletiva.
7. Planejamento e execução de projetos artísticos.
8. Discussão sobre o papel da arte na cultura e na sociedade.
9. Organização de uma exposição dos trabalhos realizados.
10. Encerramento com roda de conversa sobre o processo criativo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão artística e criatividade.
2. Coordenação motora fina e controle técnico.
3. Planejamento e organização de projetos artísticos.
4. Reflexão crítica sobre o papel cultural da arte.
5. Promoção da autoestima e confiança no desenvolvimento artístico.
6. Valorização do reaproveitamento de materiais.
7. Trabalho em equipe em projetos coletivos.
8. Desenvolvimento da sensibilidade estética.
9. Estímulo à inovação e ao pensamento criativo.
10. Promoção do bem-estar emocional por meio da arte.

7.3.6. EMEF PROF.^a MARIA APARECIDA VILASBOAS

A EMEF Prof.^a Maria Aparecida Vilasboas faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE São Mateus. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Parque das Flores, integrante da Subprefeitura de São Mateus e Distrito São Rafael.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de 160,52 hab/ha, com uma estimativa de 31.326 habitantes e uma proporção de 87% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 6 (seis) favelas com cerca de 2.180 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 6 (seis) linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua dos Jasmins, a cerca de 507 metros da escola.

No entorno dessa unidade escolar não há equipamentos públicos culturais e/ou esportivos.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Fernando de Azevedo
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, kettlebells, halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: kettlebells, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos. 10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contraestratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE Aventuras Lúdicas: Jogos Recreativos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

ATIVIDADE Descobrindo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe. 9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, minicones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

ATIVIDADE	
Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa-anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais. 9. Consciência corporal em atividades práticas. 10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.	

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Taekwondo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^a Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de Taekwondo
Descrição da atividade: Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no Taekwondo, abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico. Conteúdo Programático: 1. História e princípios do Taekwondo. 2. Posturas básicas e deslocamentos. 3. Técnicas fundamentais de chutes e socos. 4. Exercícios de defesa pessoal. 5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (<i>poomsae</i>). 6. Treinamento de agilidade e reflexos. 7. Práticas de <i>sparring</i> e simulações de combate seguro. 8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte. 9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade. 10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio corporal. 2. Melhoria da força física e flexibilidade. 3. Aumento da resistência e agilidade. 4. Disciplina e autocontrole emocional. 5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate. 7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações. 8. Respeito às regras e valores do Taekwondo. 9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites. 10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.	

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE Reviver Capoeira	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina prática que resgata a cultura e os valores da capoeira, explorando movimentos, ritmos e história, promovendo a integração social e o fortalecimento da identidade cultural. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e origem da capoeira. 2. Prática da ginga e movimentos básicos. 3. Técnicas de ataque, defesa e esquivas. 4. Treinamento de equilíbrio e acrobacias simples. 5. Ritmos e cantos tradicionais com instrumentos típicos. 6. Reflexão sobre os valores culturais da capoeira. 7. Formação e prática de rodas de capoeira. 8. Desenvolvimento de força e flexibilidade. 9. Ética, respeito e disciplina no contexto da capoeira. 10. Encerramento com roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e reflexos. 2. Fortalecimento físico e emocional. 3. Sensibilidade musical e rítmica. 4. Consciência cultural e valorização das raízes afro-brasileiras. 5. Trabalho em equipe e cooperação. 6. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 7. Expressão corporal e artística. 8. Respeito mútuo e promoção da ética no esporte. 9. Promoção de autoconfiança e autoestima. 10. Integração social e fortalecimento de identidade cultural.	

ATIVIDADE Dança para Todos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade. 2. Expressão artística através da dança. 3. Melhoria da postura e do equilíbrio. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Autoconfiança e presença em cena. 6. Respeito à diversidade de corpos e expressões. 7. Sensibilidade rítmica e musical. 8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.	

ATIVIDADE Jogos Teatrais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam jogos teatrais para desenvolver habilidades de expressão, criatividade e trabalho em equipe, promovendo o contato com a arte cênica de forma lúdica. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos jogos teatrais e sua aplicação. 2. Exercícios de aquecimento e relaxamento corporal. 3. Técnicas de improvisação em grupo. 4. Dinâmicas de criação de personagens. 5. Jogos para explorar a expressão corporal e vocal. 6. Criação de pequenas cenas e histórias. 7. Reflexão sobre os valores sociais em atividades teatrais. 8. Apresentação e análise de esquetes teatrais. 9. Técnicas de concentração e foco para cena. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Criatividade na construção de cenas e personagens. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Desenvolvimento da empatia e do respeito mútuo. 5. Capacidade de improvisação e adaptação. 6. Fomento ao pensamento crítico e reflexivo. 7. Confiança e presença de palco. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Sensibilidade artística e cultural. 10. Resiliência em atividades desafiadoras.	

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, cones, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que estimulam o aprendizado por meio do brincar. As atividades incluem jogos, dinâmicas e brincadeiras que integram aspectos pedagógicos e lúdicos, promovendo o desenvolvimento social e motor das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do brincar no aprendizado 2. Dinâmicas de socialização e interação em grupo. 3. Jogos que envolvem movimento e estratégia. 4. Atividades de raciocínio lógico aplicadas a brincadeiras. 5. Brincadeiras culturais e regionais. 6. Exploração de materiais simples para a criação de jogos. 7. Atividades que integram música e movimento. 8. Técnicas de mediação e inclusão em jogos. 9. Competição saudável em grupos. 10. Encerramento com roda de conversa e feedback das crianças. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Resolução de problemas de forma criativa. 4. Promoção do respeito e da empatia. 5. Desenvolvimento do raciocínio lógico e estratégico. 6. Fortalecimento da autoestima e confiança. 7. Melhoria da socialização e integração. 8. Estímulo à criatividade e improvisação. 9. Valorização da cultura lúdica e tradicional. 10. Promoção do bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE Ritmicidades	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Todas as idades
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Instrumentos de percussão, sistema de som
Descrição da atividade: Oficina que promove o aprendizado e a experimentação rítmica por meio de dinâmicas que integram música e movimento, valorizando a criatividade e a expressão pessoal. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos ritmos brasileiros e internacionais. 2. Exploração de instrumentos de percussão e sons corporais. 3. Dinâmicas de criação de ritmos em grupo. 4. Práticas de sincronização e coordenação rítmica. 5. Reflexões sobre o impacto dos ritmos na expressão cultural. 6. Integração de movimento e música em atividades rítmicas. 7. Criação de composições rítmicas colaborativas. 8. Reflexão sobre a importância da diversidade musical. 9. Planejamento de uma apresentação rítmica final. 10. Encerramento com roda de avaliação e celebração musical. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade rítmica e musical. 2. Coordenação motora e equilíbrio. 3. Criatividade na criação de composições rítmicas. 4. Promoção do trabalho em equipe e da interação social. 5. Reflexão sobre diversidade cultural e musical. 6. Desenvolvimento da autoestima e confiança. 7. Expressão corporal e musical integrada. 8. Promoção da concentração e do foco em atividades rítmicas. 9. Fomento à inclusão e valorização da diversidade cultural. 10. Resiliência e superação de desafios criativos.	

ATIVIDADE

Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros - Capoeira

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático: 1. História e fundamentos da capoeira. 2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques. 3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples. 4. Práticas musicais com instrumentos típicos. 5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira. 6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira. 7. Dinâmicas de roda de capoeira. 8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação. 9. Exercícios de coordenação e resistência física. 10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio. 2. Sensibilidade musical e rítmica. 3. Fortalecimento físico e emocional. 4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira. 5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras. 6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação. 7. Autoconfiança e disciplina. 8. Expressão artística e corporal. 9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social. 10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.	

ATIVIDADE	
Quadrinhos e Storytelling	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, lápis, canetas coloridas, marcadores, computadores com softwares gráficos (opcional)
Descrição da atividade: Oficina que ensina técnicas de criação de quadrinhos e narrativas visuais, incentivando a criatividade e a expressão artística dos participantes por meio do storytelling. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e evolução dos quadrinhos. 2. Estrutura de uma história: início, desenvolvimento e desfecho. 3. Criação de personagens e construção de identidade visual. 4. Técnicas básicas de desenho para quadrinhos. 5. Uso de balões, falas e efeitos gráficos. 6. Planejamento de painéis e composição de cenas. 7. Exploração de narrativas culturais e sociais. 8. Introdução a ferramentas digitais para quadrinhos (opcional). 9. Produção de uma história curta em quadrinhos. 10. Encerramento com uma exposição das obras criadas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e narrativa. 2. Desenvolvimento da coordenação motora fina. 3. Planejamento e organização de ideias para histórias. 4. Sensibilidade estética e composição visual. 5. Capacidade de criar personagens e universos narrativos. 6. Trabalho em equipe na construção de narrativas colaborativas. 7. Promoção da paciência e atenção aos detalhes. 8. Reflexão crítica sobre temas culturais e sociais. 9. Valorização da arte como ferramenta de comunicação. 10. Desenvolvimento de autoconfiança em projetos criativos.	

ATIVIDADE Arte Criativa	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papel, argila, lápis de cor, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas práticas que estimulam a expressão criativa e artística, proporcionando aos participantes a oportunidade de explorar diferentes técnicas de artes visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo das artes visuais. 2. Técnicas de pintura e desenho. 3. Escultura em argila e materiais recicláveis. 4. Criação de murais colaborativos. 5. Exploração de texturas e formas. 6. Técnicas de colagem e mosaico. 7. Reflexões sobre arte e cultura. 8. Planejamento e execução de projetos criativos. 9. Organização de uma exposição de arte. 10. Avaliação coletiva das obras criadas Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Expressão artística e emocional. 3. Resolução de problemas por meio da criação artística. 4. Sensibilidade estética e cultural. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Promoção da autoestima e confiança. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Consciência sobre o papel da arte na sociedade. 10. Fomento à imaginação e inovação.	

ATIVIDADE	
Dança com Recreação	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, bambolês
Descrição da atividade: Atividades que combinam dança e brincadeiras recreativas, promovendo a integração social, o movimento e a diversão.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo das artes visuais. 2. Jogos de integração e brincadeiras com música. 3. Coreografias simples adaptadas para crianças. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Exploração de ritmos brasileiros e internacionais. 6. Atividades que integram dança e brincadeiras tradicionais. 7. Reflexão sobre a importância do movimento para a saúde. 8. Criação de apresentações coletivas. 9. Sessões de relaxamento ao final das práticas. 10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e artística. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Melhoria da autoestima e confiança. 6. Resolução de problemas por meio da criatividade. 7. Promoção do bem-estar físico e emocional. 8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança. 9. Estímulo à criatividade e à improvisação. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
Matemática Divertida: Aprendendo com os Jogos - Cubo Mágico	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de prática lúdica
Materiais e Equipamentos	Cubos mágicos, manuais de soluções, materiais visuais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam o cubo mágico como ferramenta para ensinar conceitos matemáticos, raciocínio lógico e estratégias de resolução de problemas de maneira divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. História e origem do cubo mágico. 2. Conceitos básicos de combinações e permutações. 3. Técnicas de resolução passo a passo. 4. Aplicação de padrões e algoritmos. 5. Dinâmicas de grupo para desafios em equipe. 6. Relacionando o cubo mágico à matemática e à lógica. 7. Reflexões sobre paciência e foco no aprendizado. 8. Criação de competições de tempo e solução. 9. Estratégias para melhorar a velocidade e eficiência. 10. Encerramento com uma exibição de soluções criativas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento crítico. 2. Habilidade de resolver problemas complexos. 3. Desenvolvimento da paciência e persistência. 4. Coordenação motora fina e agilidade manual. 5. Capacidade de seguir e adaptar algoritmos. 6. Promoção da criatividade na busca por soluções. 7. Foco e concentração em atividades desafiadoras. 8. Trabalho em equipe e espírito competitivo saudável. 9. Valorização do aprendizado por meio de desafios lúdicos. 10. Estímulo à curiosidade científica e matemática.	

ATIVIDADE	
Matemáticos em Ação: A Aventura dos Números	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, papéis, lápis, réguas, jogos matemáticos
Descrição da atividade: Oficinas dinâmicas e interativas que estimulam o raciocínio lógico e o amor pela matemática, explorando números e conceitos por meio de desafios e atividades práticas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância dos números no dia a dia. 2. Atividades de raciocínio lógico e resolução de problemas. 3. Jogos matemáticos para estimular o aprendizado. 4. Exploração de formas geométricas e medidas. 5. Aplicação prática de conceitos de aritmética e álgebra. 6. Desafios de cálculo mental e estratégias. 7. Reflexões sobre a aplicação da matemática na ciência e tecnologia. 8. Dinâmicas de grupo para resolver desafios matemáticos. 9. Planejamento e execução de projetos numéricos criativos. 10. Encerramento com uma competição amigável de matemática. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento crítico. 2. Resolução criativa de problemas matemáticos. 3. Habilidade em cálculos mentais e agilidade numérica. 4. Trabalho em equipe e cooperação. 5. Valorização da matemática no cotidiano. 6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática. 7. Capacidade de interpretar e solucionar desafios. 8. Conexão entre matemática e áreas práticas como ciência e tecnologia. 9. Foco e concentração durante atividades complexas. 10. Promoção do interesse contínuo pela aprendizagem matemática.	

ATIVIDADE	
Como se Preparar para uma Entrevista de Emprego	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flipchart, projetor, materiais para simulação
Descrição da atividade: Oficina prática para preparar os participantes para entrevistas de emprego, abordando desde a apresentação pessoal até as respostas estratégicas às perguntas mais comuns. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mercado de trabalho e à importância da entrevista. 2. Construção de uma apresentação pessoal assertiva. 3. Dicas de vestimenta e linguagem corporal. 4. Como responder perguntas frequentes de forma estratégica. 5. Técnicas para abordar temas desafiadores com confiança. 6. Dinâmicas de simulação de entrevistas. 7. Análise de pontos fortes e áreas de melhoria. 8. Reflexão sobre os tipos de entrevistas: presencial, online e dinâmica de grupo. 9. Estratégias para controle de ansiedade e gestão emocional. 10. Encerramento com feedback coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação assertiva e clara. 2. Controle emocional em situações de pressão. 3. Confiança para apresentar habilidades e competências. 4. Capacidade de responder a perguntas de forma estruturada. 5. Melhoria da linguagem corporal e da postura. 6. Planejamento e organização de informações pessoais e profissionais. 7. Desenvolvimento de empatia e habilidades interpessoais. 8. Adaptação a diferentes contextos de entrevista. 9. Reflexão sobre a importância do preparo prévio. 10. Promoção da autoconfiança e resiliência.	

ATIVIDADE Comunicação e Expressão: Criando Conteúdo Digital (Infantojuvenil)	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 10 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Laboratório de informática ou sala equipada com computadores
Materiais e Equipamentos	Computadores, acesso à internet, ferramentas de edição de texto e imagem
Descrição da atividade: Oficina voltada para ensinar técnicas básicas de criação de conteúdo digital, desenvolvendo habilidades de comunicação e expressão criativa nos participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à comunicação digital: redes sociais e blogs. 2. Técnicas para escrita criativa e redação online. 3. Práticas de edição básica de imagens e criação de layouts. 4. Exploração de ferramentas gratuitas para criação de conteúdo. 5. Dinâmicas de grupo para brainstorming de ideias. 6. Produção de posts, vídeos curtos ou histórias digitais. 7. Reflexão sobre ética e segurança no ambiente online. 8. Feedback e revisão de conteúdos criados pelos participantes. 9. Criação de um projeto digital coletivo. 10. Encerramento com apresentação dos projetos desenvolvidos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Escrita criativa e comunicação assertiva. 2. Conhecimento básico de ferramentas de edição digital. 3. Capacidade de planejamento e organização de ideias. 4. Sensibilidade estética na criação de conteúdos visuais. 5. Trabalho em equipe e colaboração criativa. 6. Consciência sobre ética e segurança online. 7. Estímulo à criatividade e inovação digital. 8. Promoção da autoconfiança na expressão de ideias. 9. Valorização da narrativa digital como ferramenta de comunicação. 10. Desenvolvimento de pensamento crítico e reflexivo.	

ATIVIDADE Imprensa Jovem - Escola Aberta	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens de 12 a 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala equipada com computadores e câmeras ou smartphones
Materiais e Equipamentos	Computadores, gravadores, câmeras, microfones
Descrição da atividade: Oficinas práticas que capacitam os jovens para atuar como comunicadores em uma equipe de imprensa escolar, desenvolvendo habilidades de redação, fotografia e produção audiovisual. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao jornalismo escolar: importância e impacto social. 2. Técnicas básicas de redação jornalística. 3. Introdução à fotografia e gravação de vídeos. 4. Edição básica de texto, imagem e vídeo. 5. Criação de reportagens e entrevistas. 6. Ética e responsabilidade na produção de conteúdo. 7. Planejamento e execução de projetos jornalísticos. 8. Produção de um jornal ou boletim escolar. 9. Reflexão sobre o papel da imprensa na sociedade. 10. Encerramento com a apresentação de um projeto final. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação clara e objetiva. 2. Técnicas de redação e edição. 3. Desenvolvimento de pensamento crítico e analítico. 4. Capacidade de trabalhar em equipe. 5. Organização e planejamento de projetos. 6. Sensibilidade estética em fotografia e vídeo. 7. Conhecimento sobre ética e responsabilidade na mídia. 8. Expressão criativa em narrativas jornalísticas. 9. Promoção da autoestima e do protagonismo jovem. 10. Valorização do papel da comunicação na transformação social.	

ATIVIDADE	
Matemática Divertida: Aprendendo com Jogos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.ª Maria Aparecida Vilasboas
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Jogos de tabuleiro, cartas, dados, fichas de cálculo
Descrição da atividade: Oficina lúdica que utiliza jogos e atividades práticas para ensinar conceitos matemáticos, promovendo o raciocínio lógico, a resolução de problemas e o aprendizado de forma divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao aprendizado matemático com jogos. 2. Exploração de jogos para cálculos básicos (soma, subtração, multiplicação e divisão). 3. Dinâmicas com quebra-cabeças e desafios lógicos. 4. Práticas de resolução de problemas em grupo. 5. Jogos de tabuleiro e cartas para explorar conceitos matemáticos avançados. 6. Reflexões sobre a aplicação da matemática no cotidiano. 7. Criação de jogos matemáticos pelos participantes. 8. Planejamento de competições e desafios amigáveis. 9. Integração de habilidades sociais e matemáticas. 10. Encerramento com roda de avaliação e partilha de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e resolução de problemas. 2. Habilidade de trabalhar em equipe e colaborar em desafios. 3. Promoção da criatividade no aprendizado matemático. 4. Desenvolvimento da concentração e foco. 5. Melhoria da autoestima em relação à matemática. 6. Reflexão sobre a aplicação prática dos conceitos matemáticos. 7. Capacidade de planejamento e organização em atividades lúdicas. 8. Fomento à curiosidade e ao pensamento crítico. 9. Promoção do aprendizado ativo e engajador. 10. Estímulo à perseverança e superação de desafios cognitivos.	

7.3.7. EMEF PEDRO FUKUYEI YAMAGUCHI FERREIRA

A EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE São Miguel. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Jardim Planalto, integrante da Subprefeitura de São Miguel e Distrito Vila Jacuí.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 177 hab/ha, com uma estimativa de 65.648 mil habitantes e uma proporção de 44% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 4 (quatro) favelas com cerca de 588 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 57 linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Murici, a cerca de 58 metros da escola.

No entorno dessa unidade escolar não há equipamentos públicos culturais e/ou esportivos.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, kettlebells, halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: kettlebells, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos. 10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. IPosicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: dribble, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE	
Aventuras Lúdicas: Jogos Recreativos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 1. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

ATIVIDADE	
Descobrimdo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 2. Conexão com a cultura e história local. 3. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 4. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 5. Coordenação motora e agilidade. 6. Respeito às diferenças culturais e históricas. 7. Colaboração em grupo. 8. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 9. Capacidade de resolver desafios em equipe. 10. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 11. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, mini-cones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

ATIVIDADE	
Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais. 9. Consciência corporal em atividades práticas. 10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.	

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Taekwondo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de Taekwondo
Descrição da atividade: Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no Taekwondo, abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico. Conteúdo Programático: 1. História e princípios do Taekwondo. 2. Posturas básicas e deslocamentos. 3. Técnicas fundamentais de chutes e socos. 4. Exercícios de defesa pessoal. 5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (poomsae). 6. Treinamento de agilidade e reflexos. 7. Práticas de sparring e simulações de combate seguro. 8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte. 9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade. 10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio corporal. 2. Melhoria da força física e flexibilidade. 3. Aumento da resistência e agilidade. 4. Disciplina e autocontrole emocional. 5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate. 7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações. 8. Respeito às regras e valores do Taekwondo. 9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites. 10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.	

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE	
Cantos da Capoeira	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, reco-reco, letras de cantigas impressas
Descrição da atividade: Oficina voltada para a prática e compreensão dos cantos tradicionais da capoeira, abordando sua importância cultural e histórica. A atividade promove a integração social, a valorização das raízes afro-brasileiras e o fortalecimento da expressão musical dos participantes.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e origem dos cantos na capoeira. 2. Técnicas básicas de ritmo e entonação. 3. Estudo das letras e significados das cantigas tradicionais. 4. Prática de instrumentos típicos da capoeira. 5. Reflexões sobre a relação entre música, movimento e narrativa na capoeira. 6. Dinâmicas de improvisação musical em rodas de capoeira. 7. Integração dos cantos com a prática corporal (ginga e movimentos). 8. Discussão sobre o papel da música na preservação da cultura afro-brasileira. 9. Planejamento e ensaio de uma roda de capoeira com foco nos cantos. 10. Encerramento com uma apresentação musical e roda de partilha.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade rítmica e musical. 2. Conhecimento sobre a história e a cultura da capoeira. 3. Habilidade de tocar instrumentos tradicionais. 4. Melhoria da coordenação motora ao integrar música e movimento. 5. Promoção da autoestima e confiança na expressão musical. 6. Reflexão sobre o impacto cultural e social dos cantos de capoeira. 7. Trabalho em equipe e interação social durante as práticas. 8. Desenvolvimento da memória auditiva e verbal. 9. Valorização das raízes culturais afro-brasileiras. 10. Promoção do bem-estar emocional e do senso de pertencimento.	

ATIVIDADE Artes/Máscaras	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papel, tinta, tesouras, cola, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficina artística dedicada à criação de máscaras, explorando diferentes estilos, técnicas e contextos culturais para promover criatividade e expressão artística. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao significado cultural das máscaras. 2. Técnicas básicas de criação de máscaras. 3. Customização com pintura e colagem. 4. Uso de materiais recicláveis na confecção de máscaras. 5. Exploração de estilos culturais (africano, indígena, teatral). 6. Reflexão sobre a importância histórica das máscaras. 7. Dinâmicas de expressão corporal usando máscaras. 8. Planejamento e execução de uma exposição. 9. Apresentação teatral com as máscaras criadas. 10. Encerramento com avaliação e troca de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Conhecimento cultural e histórico sobre máscaras. 3. Valorização do reaproveitamento de materiais. 4. Desenvolvimento da paciência e atenção. 5. Expressão artística e emocional. 6. Capacidade de planejar e executar projetos criativos. 7. Sensibilidade estética e cultural. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Promoção da autoconfiança e autoestima. 10. Fomento ao senso de pertencimento cultural.	

ATIVIDADE	
Danças Urbanas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que explora os movimentos e estilos das danças urbanas, promovendo a expressão artística, a criatividade e a valorização da cultura urbana, com foco em movimentos dinâmicos e inclusão social. Conteúdo Programático: 1. Introdução às danças urbanas: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de estilos como hip hop, popping, locking, breaking e house dance. 3. Dinâmicas para desenvolvimento de coordenação motora e rítmica. 4. Práticas de freestyle e improvisação. 5. Exploração de movimentos característicos e combinações de estilos. 6. Reflexão sobre a importância das danças urbanas na inclusão e expressão social. 7. Criação de coreografias individuais e em grupo. 8. Treinamento de resistência física e controle corporal. 9. Planejamento e ensaio de apresentações colaborativas. 10. Encerramento com uma performance final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Expressão corporal e criatividade no movimento. 3. Sensibilidade rítmica e musical. 4. Valorização da diversidade cultural e da arte urbana. 5. Trabalho em equipe e integração social. 6. Promoção da autoestima e confiança no desempenho artístico. 7. Resiliência e superação de desafios físicos e técnicos. 8. Desenvolvimento de flexibilidade e resistência física. 9. Fomento à improvisação e estilo pessoal. 10. Promoção do bem-estar físico e emocional por meio da dança.	

ATIVIDADE	
Dança - Hip Hop/Danças Urbanas	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que ensina os fundamentos do hip hop e de outras danças urbanas, promovendo a criatividade, a expressão corporal e a valorização da cultura urbana. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao hip hop e às danças urbanas: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de movimentos como popping, locking e breakdance. 3. Criação de coreografias individuais e em grupo. 4. Exploração de estilos de dança urbanos, como waacking e krumping. 5. Dinâmicas para aprimorar a expressão corporal e rítmica. 6. Reflexões sobre a importância da cultura urbana e sua diversidade. 7. Exercícios de improvisação e freestyle. 8. Planejamento e ensaio de apresentações coreográficas. 9. Desenvolvimento de habilidades de batalha de dança. 10. Encerramento com uma performance final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Expressão corporal e criatividade no movimento. 3. Sensibilidade rítmica e musical. 4. Confiança e presença de palco. 5. Valorização da diversidade cultural e urbana. 6. Trabalho em equipe e colaboração. 7. Promoção do bem-estar físico e emocional. 8. Resiliência e superação de desafios na dança. 9. Estímulo à criatividade e improvisação. 10. Promoção da inclusão e do protagonismo juvenil.	

ATIVIDADE	
Artesanato: Construindo Laços	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Linhas, tecidos, agulhas, colas, materiais recicláveis, tintas
Descrição da atividade: Oficina prática que utiliza o artesanato como forma de expressão, integração social e desenvolvimento de habilidades manuais. Os participantes criarão peças únicas enquanto exploram a importância do fazer artesanal. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao artesanato: importância cultural e social. 2. Técnicas básicas de costura e colagem. 3. Criação de peças artesanais: bolsas, acessórios e decoração. 4. Uso de materiais recicláveis na confecção. 5. Estilos regionais e culturais no artesanato. 6. Personalização e acabamento das peças criadas. 7. Reflexão sobre sustentabilidade e reaproveitamento. 8. Dinâmicas de trabalho colaborativo. 9. Planejamento e montagem de uma exposição das criações. 10. Encerramento com partilha de experiências e avaliação coletiva. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e habilidades manuais. 2. Criatividade na criação e personalização de peças. 3. Valorização da sustentabilidade e reaproveitamento de materiais. 4. Fomento ao trabalho em equipe e cooperação. 5. Promoção do senso de pertencimento cultural. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Fortalecimento da autoestima e confiança. 8. Conhecimento sobre técnicas artesanais regionais e globais. 9. Expressão artística e senso estético. 10. Capacidade de planejar e finalizar projetos criativos.	

ATIVIDADE	
Expressão Artística	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, lápis de cor, papéis diversos, argila, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas voltadas para o desenvolvimento da expressão artística dos participantes, explorando técnicas diversas de artes visuais e estimulando a criatividade e a sensibilidade estética. Conteúdo Programático: 1. Introdução à arte como forma de expressão pessoal. 2. Técnicas de desenho e pintura com diferentes materiais. 3. Exploração de colagem e composição criativa. 4. Criação de esculturas e modelagem em argila. 5. Práticas de releitura de obras famosas. 6. Estudo de formas, cores e texturas. 7. Reflexão sobre a arte no cotidiano e na cultura. 8. Desenvolvimento de projetos artísticos individuais e coletivos. 9. Montagem de uma exposição das obras criadas. 10. Discussão sobre o impacto emocional e social da arte. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão artística e criatividade. 2. Desenvolvimento da coordenação motora fina. 3. Sensibilidade estética e cultural. 4. Promoção da paciência e atenção aos detalhes. 5. Fomento ao autoconhecimento e confiança. 6. Valorização da diversidade de estilos e técnicas. 7. Trabalho em equipe em projetos artísticos colaborativos. 8. Capacidade de planejar e executar projetos criativos. 9. Consciência do papel transformador da arte na sociedade. 10. Estímulo à inovação e ao pensamento crítico.	

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras. 4. Exploração de jogos tradicionais e culturais. 5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos. 6. Criação de novos jogos em grupo. 7. Integração de música e movimento em atividades recreativas. 8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil. 9. Planejamento de jogos e brincadeiras. 10. Encerramento com festival recreativo.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. D Coordenação motora e equilíbrio. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. 4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas. 5. Valorização do respeito e empatia. 6. Promoção do bem-estar físico e emocional. 7. Confiança e autoestima. 8. Exploração da diversidade cultural no brincar. 9. Capacidade de organização e planejamento. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

ATIVIDADE Reviver Capoeira	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina prática que resgata a cultura e os valores da capoeira, explorando movimentos, ritmos e história, promovendo a integração social e o fortalecimento da identidade cultural. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e origem da capoeira. 2. Prática da ginga e movimentos básicos. 3. Técnicas de ataque, defesa e esquivas. 4. Treinamento de equilíbrio e acrobacias simples. 5. Ritmos e cantos tradicionais com instrumentos típicos. 6. Reflexão sobre os valores culturais da capoeira. 7. Formação e prática de rodas de capoeira. 8. Desenvolvimento de força e flexibilidade. 9. Ética, respeito e disciplina no contexto da capoeira. 10. Encerramento com roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e reflexos. 2. Fortalecimento físico e emocional. 3. Sensibilidade musical e rítmica. 4. Consciência cultural e valorização das raízes afro-brasileiras. 5. Trabalho em equipe e cooperação. 6. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 7. Expressão corporal e artística. 8. Respeito mútuo e promoção da ética no esporte. 9. Promoção de autoconfiança e autoestima. 10. Integração social e fortalecimento de identidade cultural.	

ATIVIDADE Artes/Estêncil	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tesouras, moldes, sprays de tinta, pincéis, placas de acetato, máscaras de proteção
Descrição da atividade: Oficina que ensina a técnica de estêncil como forma de expressão artística e criativa, possibilitando a criação de designs personalizados e a valorização de mensagens visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao estêncil: história e aplicações artísticas. 2. Técnicas de criação de moldes e recortes. 3. Exploração de diferentes materiais e superfícies para estêncil. 4. Uso de sprays e tintas de maneira segura e técnica. 5. Desenvolvimento de composições visuais com sobreposições de camadas. 6. Reflexões sobre o impacto visual e cultural do estêncil. 7. Criação de peças individuais e coletivas com temas sociais e culturais. 8. Dinâmicas para explorar criatividade em design. 9. Planejamento de um mural ou exposição com os trabalhos criados. 10. Encerramento com roda de avaliação e partilha das experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e precisão no recorte e aplicação. 2. Planejamento e organização de projetos artísticos. 3. Expressão criativa e narrativa visual. 4. Sensibilidade estética e composição visual. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais na arte. 6. Promoção do trabalho em equipe em projetos coletivos. 7. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais. 8. Autoconfiança e autoestima na produção artística. 9. Resiliência e superação de desafios criativos. 10. Consciência sobre a importância da ética na arte urbana e pública.	

ATIVIDADE	
Pequenos Artistas de Circo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, arcos, fitas, cordas, malabares
Descrição da atividade: Oficina lúdica que introduz os participantes ao universo do circo, promovendo diversão, desenvolvimento motor e trabalho em equipe por meio de práticas como malabarismo e acrobacias simples. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo do circo: história e elementos principais. 2. Técnicas básicas de malabarismo com bolas e arcos. 3. Atividades de equilíbrio com cordas e fitas. 4. Dinâmicas de expressão corporal e palhaçaria. 5. Práticas de acrobacias simples em dupla e em grupo. 6. Reflexões sobre disciplina e trabalho coletivo no circo. 7. Criação de uma minipresentação circense. 8. Exploração da criatividade na construção de números de circo. 9. Planejamento e ensaio de uma performance final. 10. Encerramento com apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Equilíbrio e controle corporal. 3. Trabalho em equipe e integração social. 4. Expressão criativa e artística. 5. Promoção da disciplina e da paciência. 6. Desenvolvimento da confiança e da autoestima. 7. Resiliência e superação de desafios físicos. 8. Valorização da cultura circense e suas práticas. 9. Estímulo à diversão e ao bem-estar.	

10. Promoção da criatividade e da imaginação.

ATIVIDADE	
Dança para Todos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade. 2. Expressão artística através da dança. 3. Melhoria da postura e do equilíbrio. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Autoconfiança e presença em cena. 6. Respeito à diversidade de corpos e expressões. 7. Sensibilidade rítmica e musical. 8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional.	

10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.

ATIVIDADE	
Ritmos e Versos: A Expressão do Hip Hop - Grafite	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sprays de tinta, papéis grandes, pincéis, máscaras de proteção
Descrição da atividade: Oficina que explora o grafite como forma de expressão artística dentro da cultura do hip hop, promovendo a criatividade, o engajamento social e a valorização das mensagens visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução à cultura hip hop e ao grafite como arte urbana. 2. Técnicas básicas de desenho e criação de letras estilizadas. 3. Uso seguro e técnico de sprays e pincéis. 4. Planejamento e criação de painéis e murais coletivos. 5. Reflexões sobre o impacto social e cultural do grafite. 6. Dinâmicas de grupo para criação de conceitos artísticos. 7. Exploração de temas sociais e culturais nas artes urbanas. 8. Criação de um mural colaborativo em grande escala. 9. Discussão sobre ética e responsabilidade na arte urbana. 10. Encerramento com exposição das criações e roda de conversa. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e narrativa visual. 2. Desenvolvimento da coordenação motora fina. 3. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais. 4. Trabalho em equipe e colaboração artística. 5. Sensibilidade estética e composição visual. 6. Planejamento e organização de projetos criativos. 7. Valorização da cultura urbana e suas manifestações.	

8. Promoção da autoestima e confiança.
9. Resiliência e superação de desafios artísticos.
10. Consciência sobre ética e responsabilidade no uso do espaço público.

ATIVIDADE

Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música
Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônimos

Descrição da atividade:

Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas.

Conteúdo Programático:

1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia.
2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional).
3. Técnicas básicas de instrumentos variados.
4. Dinâmicas de improvisação musical.
5. Construção de repertório colaborativo.
6. Integração de canto e instrumentos.
7. Técnicas de composição coletiva.
8. Reflexão sobre a música como ferramenta social.
9. Ensaio e refinamento de performances.
10. Apresentação final de um repertório conjunto.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Sensibilidade auditiva e musical.
2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos.
3. Improvisação e criatividade musical.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Confiança e presença em apresentações.
6. Capacidade de composição e criação coletiva.
7. Valorização da diversidade cultural na música.
8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento.
9. Expressão artística e emocional por meio da música.
10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.

ATIVIDADE	
Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros - Capoeira	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático: 1. História e fundamentos da capoeira. 2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques. 3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples. 4. Práticas musicais com instrumentos típicos. 5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira. 6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira. 7. Dinâmicas de roda de capoeira. 8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação. 9. Exercícios de coordenação e resistência física. 10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio. 2. Sensibilidade musical e rítmica. 3. Fortalecimento físico e emocional. 4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira. 5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras. 6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação. 7. Autoconfiança e disciplina. 8. Expressão artística e corporal. 9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social. 10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.	

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
A Harmonia das Cores em Inglês - Inglês Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tintas, pincéis, lápis de cor
Descrição da atividade: Oficina lúdica que ensina vocabulário em inglês relacionado às cores por meio de atividades práticas de pintura e desenho, tornando o aprendizado divertido e interativo.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução às cores em inglês: nomes e pronúncias. 2. Jogos e músicas para fixar o vocabulário. 3. Atividades de pintura para associar palavras e cores. 4. Criação de desenhos temáticos com identificação das cores em inglês. 5. Dinâmicas para trabalhar variações de tons e gradientes. 6. Reflexões sobre a importância das cores no cotidiano. 7. Planejamento de uma exposição das obras criadas. 8. Integração de frases simples com o vocabulário aprendido. 9. Exercícios de escuta e repetição de palavras. 10. Encerramento com uma roda de conversa sobre o aprendizado.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento do vocabulário básico em inglês. 2. Expressão artística e criatividade. 3. Coordenação motora fina e sensibilidade estética. 4. Promoção do aprendizado interativo e lúdico. 5. Confiança na comunicação em uma língua estrangeira. 6. Trabalho em equipe e colaboração em projetos. 7. Reflexão sobre a conexão entre idiomas e arte. 8. Promoção da curiosidade e interesse pelo aprendizado do inglês. 9. Desenvolvimento da atenção e da concentração.	

10. Integração de habilidades linguísticas e visuais para um aprendizado completo.

ATIVIDADE Aprendendo Tranças: Curso Básico	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço com cadeiras e espelhos
Materiais e Equipamentos	Pentes, elásticos de cabelo, grampos, fios sintéticos, espelhos
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina técnicas básicas de tranças, proporcionando aos participantes o desenvolvimento de habilidades manuais e a possibilidade de geração de renda por meio da prática. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao universo das tranças: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de tranças simples, embutidas e box braids. 3. Identificação de materiais e ferramentas essenciais. 4. Cuidados com o cabelo antes e após as tranças. 5. Dinâmicas para desenvolver agilidade e precisão manual. 6. Prática em manequins e entre os participantes. 7. Reflexão sobre as oportunidades de empreendedorismo com tranças. 8. Dicas para precificação e atendimento ao cliente. 9. Planejamento de estilos e combinações criativas. 10. Encerramento com apresentação dos trabalhos realizados. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e destreza manual. 2. Conhecimento básico de técnicas de trança. 3. Capacidade de identificar e utilizar ferramentas e materiais. 4. Planejamento e execução de estilos criativos. 5. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 6. Promoção da autoestima e confiança no aprendizado de uma nova habilidade. 7. Valorização da cultura afro-brasileira. 8. Reflexão sobre empreendedorismo e geração de renda. 9. Habilidade de comunicação e atendimento ao cliente.	

10. Estímulo à criatividade e inovação nos penteados.

ATIVIDADE

Matemática Divertida: Aprendendo com Jogos

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Jogos de tabuleiro, cartas, dados, fichas de cálculo
Descrição da atividade: Oficina lúdica que utiliza jogos e atividades práticas para ensinar conceitos matemáticos, promovendo o raciocínio lógico, a resolução de problemas e o aprendizado de forma divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao aprendizado matemático com jogos. 2. Exploração de jogos para cálculos básicos (soma, subtração, multiplicação e divisão). 3. Dinâmicas com quebra-cabeças e desafios lógicos. 4. Práticas de resolução de problemas em grupo. 5. Jogos de tabuleiro e cartas para explorar conceitos matemáticos avançados. 6. Reflexões sobre a aplicação da matemática no cotidiano. 7. Criação de jogos matemáticos pelos participantes. 8. Planejamento de competições e desafios amigáveis. 9. Integração de habilidades sociais e matemáticas. 10. Encerramento com roda de avaliação e partilha de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e resolução de problemas. 2. Habilidade de trabalhar em equipe e colaborar em desafios. 3. Promoção da criatividade no aprendizado matemático. 4. Desenvolvimento da concentração e foco. 5. Melhoria da autoestima em relação à matemática. 6. Reflexão sobre a aplicação prática dos conceitos matemáticos. 7. Capacidade de planejamento e organização em atividades lúdicas. 8. Fomento à curiosidade e ao pensamento crítico. 9. Promoção do aprendizado ativo e engajador. 10. Estímulo à perseverança e superação de desafios cognitivos.	

ATIVIDADE	
Atelier Criativo: Transformando Ideias em Arte	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papéis, telas, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficina prática que estimula a criatividade por meio da produção artística, transformando ideias em peças únicas e promovendo o autoconhecimento e a valorização da arte como forma de expressão. Conteúdo Programático: 1. Introdução à arte como expressão pessoal e social. 2. Técnicas básicas de pintura e desenho. 3. Exploração de materiais recicláveis para criação de obras de arte. 4. Desenvolvimento de texturas e composições visuais. 5. Reflexões sobre criatividade e inovação na arte. 6. Dinâmicas de criação individual e coletiva. 7. Planejamento e execução de projetos artísticos. 8. Discussão sobre o papel da arte na cultura e na sociedade. 9. Organização de uma exposição dos trabalhos realizados. 10. Encerramento com roda de conversa sobre o processo criativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão artística e criatividade. 2. Coordenação motora fina e controle técnico. 3. Planejamento e organização de projetos artísticos. 4. Reflexão crítica sobre o papel cultural da arte. 5. Promoção da autoestima e confiança no desenvolvimento artístico. 6. Valorização do reaproveitamento de materiais. 7. Trabalho em equipe em projetos coletivos. 8. Desenvolvimento da sensibilidade estética. 9. Estímulo à inovação e ao pensamento criativo.	

10. Promoção do bem-estar emocional por meio da arte.

ATIVIDADE Matemática Divertida: Aprendendo com os Jogos - Cubo Mágico	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Pedro Fukuyei Yamaguchi Ferreira
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de prática lúdica
Materiais e Equipamentos	Cubos mágicos, manuais de soluções, materiais visuais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam o cubo mágico como ferramenta para ensinar conceitos matemáticos, raciocínio lógico e estratégias de resolução de problemas de maneira divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. História e origem do cubo mágico. 2. Conceitos básicos de combinações e permutações. 3. Técnicas de resolução passo a passo. 4. Aplicação de padrões e algoritmos. 5. Dinâmicas de grupo para desafios em equipe. 6. Relacionando o cubo mágico à matemática e à lógica. 7. Reflexões sobre paciência e foco no aprendizado. 8. Criação de competições de tempo e solução. 9. Estratégias para melhorar a velocidade e eficiência. 10. Encerramento com uma exibição de soluções criativas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento crítico. 2. Habilidade de resolver problemas complexos. 3. Desenvolvimento da paciência e persistência. 4. Coordenação motora fina e agilidade manual. 5. Capacidade de seguir e adaptar algoritmos. 6. Promoção da criatividade na busca por soluções. 7. Foco e concentração em atividades desafiadoras. 8. Trabalho em equipe e espírito competitivo saudável.	

- | |
|--|
| <p>9. Valorização do aprendizado por meio de desafios lúdicos.
10. Estímulo à curiosidade científica e matemática.</p> |
|--|

7.3.8. EMEF QUIRINO CARNEIRO RENNO

A EMEF Prof.^a Quirino Carneiro Renno faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE Guaianases. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Vila São Geraldo, integrante da Subprefeitura de Guaianases e Distrito Guaianases.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 166,84 hab/ha, com uma estimativa de 48.950 habitantes e uma proporção de 64% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 7 (sete) favelas com cerca de 575 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 9 (nove) linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Antônio Soares País, a cerca de 110 metros da escola.

No entorno dessa unidade escolar não há equipamentos públicos culturais e/ou esportivos.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, kettlebells, halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: kettlebells, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos. 10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários.	
Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais.	
Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE	
Aventuras Lúdicas: Jogos Recreativos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

ATIVIDADE	
Descobrindo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe. 9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, minicones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

ATIVIDADE	
Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais. 9. Consciência corporal em atividades práticas. 10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.	

ATIVIDADE

Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Taekwondo

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de Taekwondo

Descrição da atividade:

Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no Taekwondo, abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico.

Conteúdo Programático:

1. História e princípios do Taekwondo.
2. Posturas básicas e deslocamentos.
3. Técnicas fundamentais de chutes e socos.
4. Exercícios de defesa pessoal.
5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (poomsae).
6. Treinamento de agilidade e reflexos.
7. Práticas de sparring e simulações de combate seguro.
8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte.
9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade.
10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora e equilíbrio corporal.
2. Melhoria da força física e flexibilidade.
3. Aumento da resistência e agilidade.
4. Disciplina e autocontrole emocional.
5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios.
6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate.
7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações.
8. Respeito às regras e valores do Taekwondo.
9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites.
10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE	
Dança - Afro	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes
Descrição da atividade: Oficina que explora os ritmos e movimentos da dança afro-brasileira, promovendo o resgate cultural, a valorização das tradições africanas e o bem-estar físico e emocional dos participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história da dança afro e sua influência cultural. 2. Aquecimento e alongamento com música tradicional. 3. Técnicas básicas de movimentos corporais africanos. 4. Ritmos e sequências inspirados em danças de matrizes afro-brasileiras. 5. Integração de percussão e música na prática de dança. 6. Reflexões sobre o papel da dança afro na identidade cultural. 7. Criação de coreografias colaborativas. 8. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 9. Preparação para uma apresentação pública. 10. Encerramento com roda de dança e celebração cultural. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Expressão corporal e criatividade no movimento. 3. Sensibilidade rítmica e musical. 4. Valorização da cultura afro-brasileira e suas tradições. 5. Promoção da autoestima e confiança. 6. Integração social e trabalho em equipe. 7. Desenvolvimento da flexibilidade e resistência física. 8. Reflexão sobre o impacto da cultura afro na identidade brasileira. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Resiliência e superação por meio da dança.	

ATIVIDADE Dança - Hip Hop	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof. ^o Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que ensina movimentos básicos e coreografias do hip hop, promovendo a expressão pessoal, a criatividade e a valorização da cultura urbana. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história do hip hop e sua relevância cultural. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Técnicas básicas de hip hop: popping, locking e breakdance. 4. Criação de coreografias individuais e em grupo. 5. Integração de elementos da cultura de rua, como freestyle. 6. Reflexões sobre a influência do hip hop na música e na dança. 7. Exercícios de improvisação e expressão criativa. 8. Dinâmicas de batalha de dança e interação em grupo. 9. Planejamento de uma apresentação colaborativa. 10. Encerramento com uma performance especial para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Expressão artística e corporal. 3. Promoção da criatividade e improvisação. 4. Sensibilidade rítmica e musical. 5. Confiança e presença em cena. 6. Valorização da cultura urbana e da diversidade. 7. Trabalho em equipe e integração social. 8. Desenvolvimento da resistência física e flexibilidade. 9. Resiliência e superação de desafios na dança. 10. Fomento ao protagonismo jovem e inclusão cultural.	

ATIVIDADE	
Jogos de Capoeira	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, cordas
Descrição da atividade: Oficina lúdica que utiliza os fundamentos da capoeira para promover a integração social, a coordenação motora e a valorização da cultura afro-brasileira entre crianças e jovens. Conteúdo Programático: 1. Introdução à capoeira e seus jogos tradicionais. 2. Prática da ginga e movimentos básicos. 3. Dinâmicas de ataque e defesa em forma de brincadeiras. 4. Jogos com instrumentos típicos e cantos tradicionais. 5. Reflexão sobre os valores culturais e históricos da capoeira. 6. Integração de ritmos e música nas dinâmicas. 7. Formação de rodas e práticas de interação em grupo. 8. Criação de brincadeiras adaptadas com elementos da capoeira. 9. Planejamento de uma apresentação recreativa. 10. Encerramento com roda de capoeira e celebração. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e reflexos rápidos. 2. Promoção da socialização e do trabalho em equipe. 3. Valorização da cultura afro-brasileira. 4. Sensibilidade musical e rítmica. 5. Expressão corporal e criatividade. 6. Desenvolvimento de disciplina e respeito mútuo. 7. Reflexão sobre a importância da cooperação nos jogos. 8. Promoção da autoestima e confiança. 9. Fomento à resiliência e superação de desafios. 10. Integração de valores culturais e lúdicos.	

ATIVIDADE Ritmidades	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Todas as idades
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Instrumentos de percussão, sistema de som
Descrição da atividade: Oficina que promove o aprendizado e a experimentação rítmica por meio de dinâmicas que integram música e movimento, valorizando a criatividade e a expressão pessoal. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos ritmos brasileiros e internacionais. 2. Exploração de instrumentos de percussão e sons corporais. 3. Dinâmicas de criação de ritmos em grupo. 4. Práticas de sincronização e coordenação rítmica. 5. Reflexões sobre o impacto dos ritmos na expressão cultural. 6. Integração de movimento e música em atividades rítmicas. 7. Criação de composições rítmicas colaborativas. 8. Reflexão sobre a importância da diversidade musical. 9. Planejamento de uma apresentação rítmica final. 10. Encerramento com roda de avaliação e celebração musical. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade rítmica e musical. 2. Coordenação motora e equilíbrio. 3. Criatividade na criação de composições rítmicas. 4. Promoção do trabalho em equipe e da interação social. 5. Reflexão sobre diversidade cultural e musical. 6. Desenvolvimento da autoestima e confiança. 7. Expressão corporal e musical integrada. 8. Promoção da concentração e do foco em atividades rítmicas. 9. Fomento à inclusão e valorização da diversidade cultural. 10. Resiliência e superação de desafios criativos.	

ATIVIDADE	
Dança de Rua	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina os fundamentos da dança de rua, com movimentos dinâmicos e expressivos que celebram a criatividade e a diversidade cultural das comunidades urbanas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à dança de rua e sua história. 2. Aquecimento e alongamento com ritmos urbanos. 3. Movimentos básicos e sequências de dança de rua. 4. Técnicas de freestyle e improvisação. 5. Dinâmicas para criação de coreografias colaborativas. 6. Reflexões sobre a importância cultural da dança de rua. 7. Exercícios para desenvolver coordenação e resistência. 8. Práticas de batalha de dança e interação em grupo. 9. Preparação para uma apresentação final. 10. Encerramento com uma performance especial. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Expressão corporal e criatividade no movimento. 3. Sensibilidade rítmica e musical. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Desenvolvimento da autoestima e confiança. 6. Valorização da cultura urbana e sua diversidade. 7. Promoção do bem-estar físico e emocional. 8. Resiliência e superação de desafios. 9. Fomento ao protagonismo jovem. 10. Integração social por meio da dança.	

ATIVIDADE	
Dança para Todos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade. 2. Expressão artística através da dança. 3. Melhoria da postura e do equilíbrio. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Autoconfiança e presença em cena. 6. Respeito à diversidade de corpos e expressões. 7. Sensibilidade rítmica e musical. 8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.	

ATIVIDADE	
Movimento Recreativo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, cones, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que combinam movimento, criatividade e integração social, promovendo o bem-estar e a alegria entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à recreação como prática educativa. 2. Dinâmicas de integração e socialização. 3. Jogos com foco em habilidades motoras. 4. Brincadeiras que combinam agilidade e estratégia. 5. Atividades que estimulam a criatividade e improvisação. 6. Competição saudável em jogos cooperativos. 7. Criação de novos jogos com materiais simples. 8. Exploração de jogos culturais e tradicionais. 9. Reflexões sobre o papel do lazer no cotidiano. 10. Encerramento com um festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e respeito mútuo. 3. Capacidade de resolver desafios lúdicos. 4. Promoção da criatividade e da inovação. 5. Melhoria da agilidade e resistência física. 6. Desenvolvimento da empatia e da inclusão. 7. Estímulo ao bem-estar emocional. 8. Capacidade de organização em atividades coletivas. 9. Promoção de valores como cooperação e solidariedade. 10. Fortalecimento do senso de pertencimento comunitário.	

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, cones, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que estimulam o aprendizado por meio do brincar. As atividades incluem jogos, dinâmicas e brincadeiras que integram aspectos pedagógicos e lúdicos, promovendo o desenvolvimento social e motor das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do brincar no aprendizado. 2. Dinâmicas de socialização e interação em grupo. 3. Jogos que envolvem movimento e estratégia. 4. Atividades de raciocínio lógico aplicadas a brincadeiras. 5. Brincadeiras culturais e regionais. 6. Exploração de materiais simples para a criação de jogos. 7. Atividades que integram música e movimento. 8. Técnicas de mediação e inclusão em jogos. 9. Competição saudável em grupos. 10. Encerramento com roda de conversa e feedback das crianças. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Resolução de problemas de forma criativa. 4. Promoção do respeito e da empatia. 5. Desenvolvimento do raciocínio lógico e estratégico. 6. Fortalecimento da autoestima e confiança. 7. Melhoria da socialização e integração. 8. Estímulo à criatividade e improvisação. 9. Valorização da cultura lúdica e tradicional. 10. Promoção do bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE Jogos Teatrais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam jogos teatrais para desenvolver habilidades de expressão, criatividade e trabalho em equipe, promovendo o contato com a arte cênica de forma lúdica. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos jogos teatrais e sua aplicação. 2. Exercícios de aquecimento e relaxamento corporal. 3. Técnicas de improvisação em grupo. 4. Dinâmicas de criação de personagens. 5. Jogos para explorar a expressão corporal e vocal. 6. Criação de pequenas cenas e histórias. 7. Reflexão sobre os valores sociais em atividades teatrais. 8. Apresentação e análise de esquetes teatrais. 9. Técnicas de concentração e foco para cena. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Criatividade na construção de cenas e personagens. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Desenvolvimento da empatia e do respeito mútuo. 5. Capacidade de improvisação e adaptação. 6. Fomento ao pensamento crítico e reflexivo. 7. Confiança e presença de palco. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Sensibilidade artística e cultural. 10. Resiliência em atividades desafiadoras.	

ATIVIDADE	
Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música
Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônimos
Descrição da atividade: Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia. 2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional). 3. Técnicas básicas de instrumentos variados. 4. Dinâmicas de improvisação musical. 5. Construção de repertório colaborativo. 6. Integração de canto e instrumentos. 7. Técnicas de composição coletiva. 8. Reflexão sobre a música como ferramenta social. 9. Ensaio e refinamento de performances. 10. Apresentação final de um repertório conjunto. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade auditiva e musical. 2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos. 3. Improvisação e criatividade musical. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Confiança e presença em apresentações. 6. Capacidade de composição e criação coletiva. 7. Valorização da diversidade cultural na música. 8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento. 9. Expressão artística e emocional por meio da música. 10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.	

ATIVIDADE

Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros - Capoeira

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático: 1. História e fundamentos da capoeira. 2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques. 3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples. 4. Práticas musicais com instrumentos típicos. 5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira. 6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira. 7. Dinâmicas de roda de capoeira. 8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação. 9. Exercícios de coordenação e resistência física. 10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio. 2. Sensibilidade musical e rítmica. 3. Fortalecimento físico e emocional. 4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira. 5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras. 6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação. 7. Autoconfiança e disciplina. 8. Expressão artística e corporal. 9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social. 10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.	

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras. 4. Exploração de jogos tradicionais e culturais. 5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos. 6. Criação de novos jogos em grupo. 7. Integração de música e movimento em atividades recreativas. 8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil. 9. Planejamento de jogos e brincadeiras. 10. Encerramento com festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. 4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas. 5. Valorização do respeito e empatia. 6. Promoção do bem-estar físico e emocional. 7. Confiança e autoestima. 8. Exploração da diversidade cultural no brincar. 9. Capacidade de organização e planejamento. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

ATIVIDADE

Brincando e Aprendendo: Jogos, Brincadeiras e Movimento Recreativo

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que promovem aprendizado e desenvolvimento motor, social e emocional através de jogos, brincadeiras e atividades em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Dinâmicas de integração e socialização. 3. Jogos que estimulam habilidades motoras e cognitivas. 4. Brincadeiras tradicionais e adaptadas. 5. Exploração de jogos em equipe para promover cooperação. 6. Criação de brincadeiras a partir de materiais recicláveis. 7. Integração de música e movimento nas atividades. 8. Reflexões sobre respeito, inclusão e empatia. 9. Encerramento com um festival de brincadeiras. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e cooperação. 3. Promoção da criatividade e improvisação. 4. Resolução de problemas em grupo. 5. Valorização da cultura lúdica e tradicional. 6. Desenvolvimento da empatia e respeito mútuo. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Integração social e habilidades emocionais. 9. Promoção de uma infância ativa e saudável. 10. Estímulo ao bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE Artes/Estêncil	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tesouras, moldes, sprays de tinta, pincéis, placas de acetato, máscaras de proteção
Descrição da atividade: Oficina que ensina a técnica de estêncil como forma de expressão artística e criativa, possibilitando a criação de designs personalizados e a valorização de mensagens visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao estêncil: história e aplicações artísticas. 2. Técnicas de criação de moldes e recortes. 3. Exploração de diferentes materiais e superfícies para estêncil. 4. Uso de sprays e tintas de maneira segura e técnica. 5. Desenvolvimento de composições visuais com sobreposições de camadas. 6. Reflexões sobre o impacto visual e cultural do estêncil. 7. Criação de peças individuais e coletivas com temas sociais e culturais. 8. Dinâmicas para explorar criatividade em design. 9. Planejamento de um mural ou exposição com os trabalhos criados. 10. Encerramento com roda de avaliação e partilha das experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e precisão no recorte e aplicação. 2. Planejamento e organização de projetos artísticos. 3. Expressão criativa e narrativa visual. 4. Sensibilidade estética e composição visual. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais na arte. 6. Promoção do trabalho em equipe em projetos coletivos. 7. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais. 8. Autoconfiança e autoestima na produção artística. 9. Resiliência e superação de desafios criativos. 10. Consciência sobre a importância da ética na arte urbana e pública.	

ATIVIDADE	
Danças brasileiras	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina de dança que explora os ritmos e movimentos brasileiros, promovendo a valorização da cultura nacional e a integração social através do movimento e da música. Conteúdo Programático: 1. Introdução à diversidade cultural da dança brasileira. 2. Técnicas básicas de samba, forró e frevo. 3. Movimentos inspirados em danças regionais como maracatu e carimbó. 4. Integração de ritmos afro-brasileiros na dança. 5. Criação de coreografias colaborativas. 6. Reflexão sobre a importância da cultura na dança. 7. Exercícios de coordenação e expressão corporal. 8. Dinâmicas para improvisação e criatividade nos movimentos. 9. Preparação para apresentações públicas. 10. Encerramento com uma roda de dança comemorativa. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora e equilíbrio. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e criatividade no movimento. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Promoção da autoestima e confiança. 6. Valorização da cultura e dos ritmos brasileiros. 7. Desenvolvimento da consciência corporal. 8. Foco e disciplina na aprendizagem de passos e coreografias. 9. Promoção do bem-estar físico e emocional. 10. Resiliência e superação de desafios na dança.	

ATIVIDADE Zumba	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes
Descrição da atividade: Oficinas de Zumba que combinam dança e atividade física de maneira divertida, promovendo saúde, bem-estar e integração social por meio de ritmos e movimentos animados. Conteúdo Programático: 1. Introdução à Zumba: origem e benefícios. 2. Aquecimento e alongamento dinâmico. 3. Ritmos variados: salsa, reggaeton, merengue, entre outros. 4. Coreografias simples e acessíveis. 5. Técnicas de respiração e controle corporal durante o movimento. 6. Ritmos brasileiros integrados às aulas. 7. Estratégias para adaptação de movimentos para diferentes níveis. 8. Reflexão sobre os benefícios físicos e emocionais da prática. 9. Sessões de relaxamento ao final das aulas. 10. Encerramento com uma coreografia especial de grupo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do condicionamento físico e cardiovascular. 2. Coordenação motora e equilíbrio. 3. Expressão corporal por meio da dança. 4. Redução do estresse e promoção do bem-estar. 5. Integração e socialização entre os participantes. 6. Aumento da resistência física e da flexibilidade. 7. Promoção da autoestima e autoconfiança. 8. Sensibilidade rítmica e musical. 9. Adaptação dos movimentos ao nível individual. 10. Fomento à prática regular de exercícios físicos.	

ATIVIDADE	
Quadrinhos e Storytelling	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, lápis, canetas coloridas, marcadores, computadores com softwares gráficos (opcional)
Descrição da atividade: Oficina que ensina técnicas de criação de quadrinhos e narrativas visuais, incentivando a criatividade e a expressão artística dos participantes por meio do storytelling. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e evolução dos quadrinhos. 2. Estrutura de uma história: início, desenvolvimento e desfecho. 3. Criação de personagens e construção de identidade visual. 4. Técnicas básicas de desenho para quadrinhos. 5. Uso de balões, falas e efeitos gráficos. 6. Planejamento de painéis e composição de cenas. 7. Exploração de narrativas culturais e sociais. 8. Introdução a ferramentas digitais para quadrinhos (opcional). 9. Produção de uma história curta em quadrinhos. 10. Encerramento com uma exposição das obras criadas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e narrativa. 2. Desenvolvimento da coordenação motora fina. 3. Planejamento e organização de ideias para histórias. 4. Sensibilidade estética e composição visual. 5. Capacidade de criar personagens e universos narrativos. 6. Trabalho em equipe na construção de narrativas colaborativas. 7. Promoção da paciência e atenção aos detalhes. 8. Reflexão crítica sobre temas culturais e sociais. 9. Valorização da arte como ferramenta de comunicação. 10. Desenvolvimento de autoconfiança em projetos criativos.	

ATIVIDADE Teatro	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou auditório
Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficina que desenvolve habilidades de expressão corporal, vocal e emocional por meio de práticas teatrais. As atividades promovem a criatividade, a interação social e a autoconfiança em um ambiente colaborativo e dinâmico. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro: conceitos básicos e história. 2. Exercícios de aquecimento corporal e vocal. 3. Dinâmicas de improvisação e criatividade. 4. Técnicas de expressão corporal e facial. 5. Construção de personagens e desenvolvimento de narrativas. 6. Práticas de criação de cenas em grupo. 7. Técnicas de leitura e interpretação de textos teatrais. 8. Reflexões sobre o papel do teatro na sociedade. 9. Planejamento e ensaio de uma apresentação final. 10. Encerramento com performance teatral para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Desenvolvimento da criatividade e improvisação. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Capacidade de interpretar e transmitir emoções. 5. Melhoria da confiança e presença de palco. 6. Sensibilidade artística e cultural. 7. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais. 8. Promoção da empatia e do autoconhecimento. 9. Planejamento e organização de projetos artísticos. 10. Resiliência e superação de desafios emocionais e criativos.	

ATIVIDADE	
Dança - Samba Rock	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina prática de samba rock que ensina os passos básicos e promove a integração entre os participantes, celebrando esse ritmo dançante e culturalmente significativo. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história do samba rock e suas influências culturais. 2. Técnicas básicas de passos e movimentos. 3. Práticas de condução e sintonia em dupla. 4. Ritmos e variações do samba rock. 5. Exercícios para melhorar equilíbrio e coordenação. 6. Dinâmicas de improvisação e estilo pessoal. 7. Criação de pequenas coreografias colaborativas. 8. Reflexões sobre a importância cultural do samba rock. 9. Planejamento de uma apresentação final. 10. Encerramento com uma roda de samba rock. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e criatividade no movimento. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Promoção da autoestima e confiança. 6. Valorização da cultura brasileira e suas manifestações artísticas. 7. Desenvolvimento da flexibilidade e resistência física. 8. Fomento à improvisação e estilo pessoal. 9. Resiliência e superação de desafios na dança. 10. Promoção do bem-estar físico e emocional.	

ATIVIDADE	
Recreação: Brincadeiras com Papel	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis coloridos, tesouras, colas, tintas, lápis de cor
Descrição da atividade: Oficina recreativa que explora a criatividade por meio de brincadeiras e atividades com papel, incentivando o aprendizado lúdico e a expressão artística. Conteúdo Programático: 1. Introdução às possibilidades de criação com papel. 2. Técnicas básicas de dobradura (origami). 3. Confeção de brinquedos simples: aviões, barquinhos, entre outros. 4. Pintura e colagem para personalização dos trabalhos. 5. Atividades de construção coletiva, como murais e esculturas. 6. Reflexões sobre o uso de materiais recicláveis. 7. Dinâmicas de grupo para criar histórias com os brinquedos. 8. Planejamento de uma exposição das criações. 9. Exploração de temas culturais e sociais por meio da arte em papel. 10. Encerramento com roda de avaliação e partilha de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 3. Promoção da expressão artística e emocional. 4. Trabalho em equipe e colaboração em projetos coletivos. 5. Valorização do reaproveitamento de materiais. 6. Resolução de problemas por meio de atividades manuais. 7. Promoção da autoestima e confiança. 8. Reflexão crítica sobre sustentabilidade e criatividade. 9. Estímulo à imaginação e à narrativa visual. 10. Fomento ao senso estético e à apreciação artística.	

ATIVIDADE Pequenos Artistas de Circo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, arcos, fitas, cordas, malabares
Descrição da atividade: Oficina lúdica que introduz os participantes ao universo do circo, promovendo diversão, desenvolvimento motor e trabalho em equipe por meio de práticas como malabarismo e acrobacias simples. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo do circo: história e elementos principais. 2. Técnicas básicas de malabarismo com bolas e arcos. 3. Atividades de equilíbrio com cordas e fitas. 4. Dinâmicas de expressão corporal e palhaçaria. 5. Práticas de acrobacias simples em dupla e em grupo. 6. Reflexões sobre disciplina e trabalho coletivo no circo. 7. Criação de uma miniapresentação circense. 8. Exploração da criatividade na construção de números de circo. 9. Planejamento e ensaio de uma performance final. 10. Encerramento com apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Equilíbrio e controle corporal. 3. Trabalho em equipe e integração social. 4. Expressão criativa e artística. 5. Promoção da disciplina e da paciência. 6. Desenvolvimento da confiança e da autoestima. 7. Resiliência e superação de desafios físicos. 8. Valorização da cultura circense e suas práticas. 9. Estímulo à diversão e ao bem-estar. 10. Promoção da criatividade e da imaginação.	

ATIVIDADE	
Ritmos e Versos: A Expressão do Hip Hop - Grafite	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sprays de tinta, papéis grandes, pincéis, máscaras de proteção
Descrição da atividade: Oficina que explora o grafite como forma de expressão artística dentro da cultura do hip hop, promovendo a criatividade, o engajamento social e a valorização das mensagens visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução à cultura hip hop e ao grafite como arte urbana. 2. Técnicas básicas de desenho e criação de letras estilizadas. 3. Uso seguro e técnico de sprays e pincéis. 4. Planejamento e criação de painéis e murais coletivos. 5. Reflexões sobre o impacto social e cultural do grafite. 6. Dinâmicas de grupo para criação de conceitos artísticos. 7. Exploração de temas sociais e culturais nas artes urbanas. 8. Criação de um mural colaborativo em grande escala. 9. Discussão sobre ética e responsabilidade na arte urbana. 10. Encerramento com exposição das criações e roda de conversa. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e narrativa visual. 2. Desenvolvimento da coordenação motora fina. 3. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais. 4. Trabalho em equipe e colaboração artística. 5. Sensibilidade estética e composição visual. 6. Planejamento e organização de projetos criativos. 7. Valorização da cultura urbana e suas manifestações. 8. Promoção da autoestima e confiança. 9. Resiliência e superação de desafios artísticos. 10. Consciência sobre ética e responsabilidade no uso do espaço público.	

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
Matemática Divertida: Aprendendo com os Jogos - Cubo Mágico	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de prática lúdica
Materiais e Equipamentos	Cubos mágicos, manuais de soluções, materiais visuais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam o cubo mágico como ferramenta para ensinar conceitos matemáticos, raciocínio lógico e estratégias de resolução de problemas de maneira divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. História e origem do cubo mágico. 2. Conceitos básicos de combinações e permutações. 3. Técnicas de resolução passo a passo. 4. Aplicação de padrões e algoritmos. 5. Dinâmicas de grupo para desafios em equipe. 6. Relacionando o cubo mágico à matemática e à lógica. 7. Reflexões sobre paciência e foco no aprendizado. 8. Criação de competições de tempo e solução. 9. Estratégias para melhorar a velocidade e eficiência. 10. Encerramento com uma exibição de soluções criativas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento crítico. 2. Habilidade de resolver problemas complexos. 3. Desenvolvimento da paciência e persistência. 4. Coordenação motora fina e agilidade manual. 5. Capacidade de seguir e adaptar algoritmos. 6. Promoção da criatividade na busca por soluções. 7. Foco e concentração em atividades desafiadoras. 8. Trabalho em equipe e espírito competitivo saudável. 9. Valorização do aprendizado por meio de desafios lúdicos. 10. Estímulo à curiosidade científica e matemática.	

ATIVIDADE	
Como se Preparar para uma Entrevista de Emprego	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flipchart, projetor, materiais para simulação
Descrição da atividade: Oficina prática para preparar os participantes para entrevistas de emprego, abordando desde a apresentação pessoal até as respostas estratégicas às perguntas mais comuns.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mercado de trabalho e à importância da entrevista. 2. Construção de uma apresentação pessoal assertiva. 3. Dicas de vestimenta e linguagem corporal. 4. Como responder perguntas frequentes de forma estratégica. 5. Técnicas para abordar temas desafiadores com confiança. 6. Dinâmicas de simulação de entrevistas. 7. Análise de pontos fortes e áreas de melhoria. 8. Reflexão sobre os tipos de entrevistas: presencial, online e dinâmica de grupo. 9. Estratégias para controle de ansiedade e gestão emocional. 10. Encerramento com feedback coletivo.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação assertiva e clara. 2. Controle emocional em situações de pressão. 3. Confiança para apresentar habilidades e competências. 4. Capacidade de responder a perguntas de forma estruturada. 5. Melhoria da linguagem corporal e da postura. 6. Planejamento e organização de informações pessoais e profissionais. 7. Desenvolvimento de empatia e habilidades interpessoais. 8. Adaptação a diferentes contextos de entrevista. 9. Reflexão sobre a importância do preparo prévio. 10. Promoção da autoconfiança e resiliência.	

ATIVIDADE	
A Harmonia das Cores em Inglês - Inglês Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, tintas, pincéis, lápis de cor
Descrição da atividade: Oficina lúdica que ensina vocabulário em inglês relacionado às cores por meio de atividades práticas de pintura e desenho, tornando o aprendizado divertido e interativo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às cores em inglês: nomes e pronúncias. 2. Jogos e músicas para fixar o vocabulário. 3. Atividades de pintura para associar palavras e cores. 4. Criação de desenhos temáticos com identificação das cores em inglês. 5. Dinâmicas para trabalhar variações de tons e gradientes. 6. Reflexões sobre a importância das cores no cotidiano. 7. Planejamento de uma exposição das obras criadas. 8. Integração de frases simples com o vocabulário aprendido. 9. Exercícios de escuta e repetição de palavras. 10. Encerramento com uma roda de conversa sobre o aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento do vocabulário básico em inglês. 2. Expressão artística e criatividade. 3. Coordenação motora fina e sensibilidade estética. 4. Promoção do aprendizado interativo e lúdico. 5. Confiança na comunicação em uma língua estrangeira. 6. Trabalho em equipe e colaboração em projetos. 7. Reflexão sobre a conexão entre idiomas e arte. 8. Promoção da curiosidade e interesse pelo aprendizado do inglês. 9. Desenvolvimento da atenção e da concentração. 10. Integração de habilidades linguísticas e visuais para um aprendizado completo.	

ATIVIDADE	
Turbine o seu Currículo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala equipada com computadores ou espaço com acesso a internet
Materiais e Equipamentos	Computadores, projetor, modelos de currículos impressos e digitais
Descrição da atividade: Oficina prática voltada para a elaboração de currículos eficazes e personalizados, com dicas para destacar habilidades e experiências de maneira profissional e atrativa.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução ao currículo: importância e objetivo. 2. Estrutura básica de um currículo profissional. 3. Dicas para destacar habilidades e experiências relevantes. 4. Identificação de palavras-chave para diferentes áreas profissionais. 5. Técnicas para personalizar o currículo para cada vaga. 6. Exemplos práticos de currículos bem-sucedidos. 7. Uso de ferramentas digitais para criar layouts atraentes. 8. Reflexão sobre a importância de atualizações regulares. 9. Orientações sobre erros comuns a evitar. 10. Encerramento com análise e revisão coletiva de currículos.	
Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Planejamento e organização de informações profissionais. 2. Capacidade de destacar pontos fortes e diferenciais. 3. Conhecimento sobre formatos e estilos de currículos. 4. Desenvolvimento de habilidades de escrita profissional. 5. Fomento à autoconfiança na busca por oportunidades. 6. Reflexão crítica sobre a importância de personalizar currículos. 7. Uso de ferramentas digitais para design de currículos. 8. Valorização das competências adquiridas ao longo da trajetória pessoal e profissional. 9. Promoção da resiliência no mercado de trabalho. 10. Habilidade de adaptação às exigências das diferentes áreas profissionais.	

ATIVIDADE Marketing para Empreender	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Prof.º Quirino Carneiro Renno
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula equipada ou laboratório de informática
Materiais e Equipamentos	Computadores, projetor, flipchart, marcadores
Descrição da atividade: Oficina prática que explora os fundamentos do marketing para quem deseja empreender, com foco em estratégias de mercado, marketing digital e construção de marcas de impacto. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao marketing: conceitos e sua importância para empreendedores. 2. Definição de público-alvo e criação de personas. 3. Estratégias de marketing digital: redes sociais, SEO e email marketing. 4. Planejamento de campanhas e criação de conteúdos atrativos. 5. Ferramentas gratuitas para design gráfico e criação de materiais. 6. Construção de uma identidade visual para marcas. 7. Técnicas de storytelling para engajar o público. 8. Análise de métricas e avaliação de resultados. 9. Simulações práticas de campanhas de marketing. 10. Encerramento com planejamento de um plano de marketing simples. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Planejamento estratégico de ações de marketing. 2. Capacidade de identificar e compreender o público-alvo. 3. Desenvolvimento de criatividade em campanhas publicitárias. 4. Habilidade no uso de ferramentas digitais de marketing. 5. Análise crítica de dados e resultados de campanhas. 6. Capacidade de adaptar estratégias conforme as demandas do mercado. 7. Conhecimento básico de branding e construção de identidade de marca. 8. Promoção da inovação e do pensamento empreendedor. 9. Desenvolvimento de comunicação eficaz com diferentes públicos. 10. Empoderamento para transformar ideias em negócios de sucesso.	

7.3.9. EMEF SEBASTIÃO FRANCISCO, O NEGRO

A EMEF Sebastião Francisco, O Negro faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE Itaquera. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Cidade Líder, integrante da Subprefeitura de Itaquera e Distrito Parque do Carmo.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 154 hab/ha, com uma estimativa de 51.668 mil habitantes e uma proporção de 23% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 9 (nove) favelas com cerca de 2.121 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 19 linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Batalha de Catalão, a cerca de 76 metros da escola. Dos equipamentos públicos culturais e/ou esportivos do entorno dessa unidade escolar, existe 1 (um) Clube da Comunidade.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, kettlebells, halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo
Descrição da atividade: Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento. 2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional. 3. Exercícios de resistência e força com peso corporal. 4. Circuitos de alta intensidade (HIIT). 5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade. 6. Planejamento de treinos personalizados. 7. Práticas de fortalecimento do core. 8. Uso de acessórios: kettlebells, halteres, elásticos. 9. Prevenção de lesões e biomecânica. 10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal aprimorada. 4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais. 5. Planejamento de treinos autônomos. 6. Conhecimento de prevenção de lesões. 7. Controle respiratório durante os exercícios. 8. Foco e superação de desafios físicos. 9. Disciplina e consistência nos treinos.	

10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.

ATIVIDADE

Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Voleibol

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição

Descrição da atividade:

Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários.

Conteúdo Programático:

1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque).
2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2.
3. Estratégias de defesa e cobertura.
4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas.
5. Comunicação em quadra.
6. Adaptação tática ao adversário.
7. Treinos de transição ofensiva e defensiva.
8. Análise de situações de jogo.
9. Preparação física específica para voleibol.
10. Gestão emocional em competições.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Melhoria na tomada de decisões rápidas.
2. Trabalho em equipe e liderança.
3. Comunicação eficaz durante o jogo.
4. Domínio dos fundamentos técnicos.
5. Capacidade de adaptação tática.
6. Resistência e agilidade em quadra.
7. Inteligência emocional em momentos decisivos.
8. Fortalecimento do senso de estratégia.
9. Respeito às regras e ao adversário.
10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Basquete	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Futsal	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE Aventuras Lúdicas: Jogos Recreativos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

ATIVIDADE	
Descobrimdo os Jogos Tradicionais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe. 9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
Treinamento Funcional Kids	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, minicones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos lúdicos.	

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Judô (Infantojuvenil)	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e adolescentes de 8 a 14 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Tatame ou sala apropriada para práticas esportivas
Materiais e Equipamentos	Tatames, faixas, uniformes de judô
Descrição da atividade: Treinamento técnico para crianças e adolescentes, com foco no aprendizado dos fundamentos e técnicas básicas do judô. As sessões promovem disciplina, respeito e equilíbrio emocional. Conteúdo Programático: 1. História e princípios do judô. 2. Fundamentos básicos: quedas e rolamentos. 3. Técnicas de projeção e pegadas. 4. Desenvolvimento da postura e equilíbrio. 5. Exercícios de imobilização e defesa pessoal. 6. Simulação de combates seguros (randori). 7. Regras e etiqueta do judô. 8. Treinamento em trabalho de base e deslocamentos. 9. Alongamento e relaxamento específicos para a modalidade. 10. Planejamento de um torneio recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento do autocontrole e equilíbrio emocional. 2. Melhoria da coordenação motora e força. 3. Respeito às regras e aos adversários. 4. Capacidade de resolver conflitos pacificamente. 5. Consciência corporal e postura. 6. Promoção da disciplina e perseverança. 7. Melhoria da autoconfiança e autoestima. 8. Trabalho em equipe e espírito esportivo. 9. Técnica e precisão nos movimentos. 10. Resiliência e enfrentamento de desafios.	

ATIVIDADE	
Treinamento Tático para Jogos Coletivos: Atletismo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

--

ATIVIDADE	
Brincadeiras de Ontem para as Crianças de Hoje	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais.	

9. Consciência corporal em atividades práticas.
10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.

ATIVIDADE	
Pilates: Bem-Estar e Flexibilidade na Melhor Idade	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 60 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com piso apropriado
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas de pilates, elásticos de resistência
Descrição da atividade: Sessões de Pilates adaptadas para a melhor idade, focando em fortalecimento muscular, flexibilidade e bem-estar. As práticas visam melhorar a qualidade de vida e promover a integração social entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao Pilates: benefícios para a melhor idade. 2. Princípios do método Pilates: concentração, controle e respiração. 3. Exercícios básicos para fortalecimento do core. 4. Movimentos para melhorar a flexibilidade e mobilidade. 5. Técnicas de alinhamento postural. 6. Uso de equipamentos simples: bolas e elásticos. 7. Práticas de relaxamento e alongamento final. 8. Estratégias para incorporar o Pilates no dia a dia. 9. Cuidados e adaptações para diferentes condições físicas. 10. Encerramento com avaliação individual e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria do equilíbrio e da postura. 2. Aumento da flexibilidade e mobilidade articular. 3. Fortalecimento muscular para suporte e proteção corporal. 4. Consciência corporal e controle motor. 5. Promoção do relaxamento e alívio do estresse. 6. Resiliência e superação de desafios físicos. 7. Capacidade de incorporar hábitos saudáveis à rotina.	

8. Redução de dores e tensões musculares.
9. Melhoria da qualidade de vida e bem-estar geral.
10. Desenvolvimento da autoconfiança em atividades físicas.

ATIVIDADE	
Treinamento Técnico de Esportes de Combate: Judô (Adulto)	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Tatame ou sala apropriada para práticas esportivas
Materiais e Equipamentos	Tatames, faixas, uniformes de judô
Descrição da atividade: Treinamento técnico de judô para jovens e adultos, com foco no aprendizado avançado de técnicas e no desenvolvimento da disciplina. As sessões incluem práticas de combate, fortalecimento físico e mental e respeito às regras da modalidade. Conteúdo Programático: 1. História e filosofia do judô. 2. Fundamentos básicos: quedas, pegadas e projeções. 3. Técnicas avançadas de imobilização e finalização. 4. Práticas de deslocamento e controle de postura. 5. Treinamento específico para competição: randori. 6. Estratégias para lutas em pé e no chão (ne-waza). 7. Regras oficiais e etiqueta no judô competitivo. 8. Alongamento e aquecimento específicos para evitar lesões. 9. Desenvolvimento de força e resistência específica. 10. Simulações de torneios recreativos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento do autocontrole e da disciplina. 2. Aumento da força, resistência e coordenação. 3. Melhoria da técnica e precisão nos movimentos. 4. Respeito às regras e aos adversários. 5. Capacidade de planejar e executar estratégias em combate.	

6. Promoção da resiliência emocional e mental.
7. Consciência corporal e fortalecimento postural.
8. Autoconfiança em práticas esportivas competitivas.
9. Valorização da ética e do espírito esportivo.
10. Capacidade de trabalhar individualmente e em equipe.

ATIVIDADE	
Yoga para Todos: Harmonia e Bem-Estar	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Todas as idades (crianças, jovens, adultos e idosos)
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, toalhas, música relaxante, blocos de yoga
Descrição da atividade: Oficina inclusiva que promove o bem-estar físico e emocional por meio da prática do yoga, com exercícios de respiração, posturas e meditação, adaptados para diferentes faixas etárias e níveis de habilidade. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao yoga: história, princípios e benefícios. 2. Técnicas de respiração (pranayamas) para relaxamento e foco. 3. Prática de posturas básicas (asanas) para flexibilidade e força. 4. Exercícios de equilíbrio e coordenação. 5. Sequências dinâmicas adaptadas para diferentes níveis. 6. Técnicas de meditação e mindfulness. 7. Alongamento e relaxamento guiado (yoga nidra). 8. Reflexões sobre autocuidado e bem-estar emocional. 9. Discussão sobre a integração do yoga no cotidiano. 10. Encerramento com roda de conversa e feedback coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da postura e do alinhamento corporal. 2. Aumento da flexibilidade e força muscular. 3. Promoção do relaxamento e redução do estresse. 4. Desenvolvimento da concentração e foco mental.	

5. Estímulo ao autoconhecimento e equilíbrio emocional.
6. Promoção de hábitos saudáveis e autocuidado.
7. Capacidade de lidar com tensões físicas e emocionais.
8. Trabalho em grupo com respeito e empatia.
9. Valorização da prática regular para o bem-estar integral.
10. Sensibilização para a conexão entre mente, corpo e respiração.

EIXO DE SABERES E CULTURA

ATIVIDADE	
Atividade de Consciência Corporal: Memórias do Corpo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com espaço amplo
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, música instrumental, espelhos, cadeiras
Descrição da atividade: Uma prática que combina técnicas de consciência corporal e expressão pessoal, utilizando movimentos e reflexões para conectar o corpo às suas memórias e experiências. A atividade estimula autoconhecimento e bem-estar emocional. Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Técnicas de respiração para relaxamento e foco. 3. Exercícios de percepção corporal e alinhamento postural. 4. Movimentos exploratórios para conectar corpo e emoções. 5. Dinâmicas de interação em grupo. 6. Práticas de improvisação corporal com música. 7. Reflexão e expressão das memórias do corpo. 8. Desenvolvimento de movimentos orgânicos e autênticos. 9. Estratégias para relaxamento e bem-estar. 10. Encerramento com roda de conversa sobre experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Ampliação da percepção corporal e emocional.	

2. Melhoria do equilíbrio físico e emocional.
3. Capacidade de relaxamento e redução do estresse.
4. Desenvolvimento de expressão corporal autêntica.
5. Promoção do autoconhecimento e empatia.
6. Melhoria da postura e da mobilidade.
7. Foco e concentração em atividades introspectivas.
8. Estímulo à criatividade e à improvisação.
9. Valorização da conexão mente-corpo.
10. Fortalecimento da autoestima e confiança pessoal.

ATIVIDADE	
Dança para Todos	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos a partir de 18 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de dança
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, espelhos
Descrição da atividade: Oficinas inclusivas de dança que valorizam a diversidade corporal e cultural, promovendo saúde, bem-estar e integração social através do movimento e do ritmo. Conteúdo Programático: 1. Introdução a diferentes estilos de dança. 2. Aquecimento e alongamentos dinâmicos. 3. Técnicas básicas do ballet clássico, danças populares e contemporâneas. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Criação de coreografias coletivas e individuais. 6. Exploração de ritmos culturais e regionais. 7. Técnicas de respiração aplicadas à dança. 8. Preparação para apresentações públicas. 9. Feedback construtivo e ajustes técnicos. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento da coordenação motora e flexibilidade.	

2. Expressão artística através da dança.
3. Melhoria da postura e do equilíbrio.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Autoconfiança e presença em cena.
6. Respeito à diversidade de corpos e expressões.
7. Sensibilidade rítmica e musical.
8. Desenvolvimento da criatividade em coreografias.
9. Promoção do bem-estar físico e emocional.
10. Estímulo à resiliência e superação de desafios.

ATIVIDADE Movimento Recreativo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, cones, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que combinam movimento, criatividade e integração social, promovendo o bem-estar e a alegria entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à recreação como prática educativa. 2. Dinâmicas de integração e socialização. 3. Jogos com foco em habilidades motoras. 4. Brincadeiras que combinam agilidade e estratégia. 5. Atividades que estimulam a criatividade e improvisação. 6. Competição saudável em jogos cooperativos. 7. Criação de novos jogos com materiais simples. 8. Exploração de jogos culturais e tradicionais. 9. Reflexões sobre o papel do lazer no cotidiano. 10. Encerramento com um festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina.	

2. Trabalho em equipe e respeito mútuo.
3. Capacidade de resolver desafios lúdicos.
4. Promoção da criatividade e da inovação.
5. Melhoria da agilidade e resistência física.
6. Desenvolvimento da empatia e da inclusão.
7. Estímulo ao bem-estar emocional.
8. Capacidade de organização em atividades coletivas.
9. Promoção de valores como cooperação e solidariedade.
10. Fortalecimento do senso de pertencimento comunitário.

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, cones, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que estimulam o aprendizado por meio do brincar. As atividades incluem jogos, dinâmicas e brincadeiras que integram aspectos pedagógicos e lúdicos, promovendo o desenvolvimento social e motor das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância do brincar no aprendizado. 2. Dinâmicas de socialização e interação em grupo. 3. Jogos que envolvem movimento e estratégia. 4. Atividades de raciocínio lógico aplicadas a brincadeiras. 5. Brincadeiras culturais e regionais. 6. Exploração de materiais simples para a criação de jogos. 7. Atividades que integram música e movimento. 8. Técnicas de mediação e inclusão em jogos. 9. Competição saudável em grupos. 10. Encerramento com roda de conversa e feedback das crianças. Habilidades a serem desenvolvidas:	

1. Coordenação motora ampla e fina.
2. Trabalho em equipe e colaboração.
3. Resolução de problemas de forma criativa.
4. Promoção do respeito e da empatia.
5. Desenvolvimento do raciocínio lógico e estratégico.
6. Fortalecimento da autoestima e confiança.
7. Melhoria da socialização e integração.
8. Estímulo à criatividade e improvisação.
9. Valorização da cultura lúdica e tradicional.
10. Promoção do bem-estar físico e emocional.

ATIVIDADE	
Jogos Teatrais - Infantil	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço lúdico
Materiais e Equipamentos	Fantasia, adereços, música instrumental
Descrição da atividade: Jogos teatrais voltados ao público infantil, com foco no desenvolvimento da criatividade, expressão corporal e socialização de forma lúdica e divertida. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao teatro e seus elementos básicos. 2. Jogos de integração e socialização. 3. Criação de personagens e pequenas histórias. 4. Exploração da expressão facial e corporal. 5. Técnicas de improvisação em grupo. 6. Atividades de ritmo e movimento com música. 7. Dinâmicas para estimular a imaginação. 8. Apresentação de pequenas cenas para os colegas. 9. Reflexão sobre valores e lições nos jogos. 10. Encerramento com um espetáculo infantil coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas:	

1. Expressão corporal e emocional.
2. Desenvolvimento da criatividade e imaginação.
3. Respeito às regras e interação com o grupo.
4. Promoção da autoestima e confiança.
5. Fomento ao trabalho em equipe e cooperação.
6. Sensibilidade para diferentes emoções e situações.
7. Melhoria da concentração e foco.
8. Capacidade de se comunicar de forma expressiva.
9. Promoção da inclusão e empatia.
10. Desenvolvimento de habilidades sociais e artísticas.

ATIVIDADE	
Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música
Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônimos
Descrição da atividade: Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia. 2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional). 3. Técnicas básicas de instrumentos variados. 4. Dinâmicas de improvisação musical. 5. Construção de repertório colaborativo. 6. Integração de canto e instrumentos. 7. Técnicas de composição coletiva. 8. Reflexão sobre a música como ferramenta social. 9. Ensaio e refinamento de performances.	

10. Apresentação final de um repertório conjunto.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Sensibilidade auditiva e musical.
2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos.
3. Improvisação e criatividade musical.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Confiança e presença em apresentações.
6. Capacidade de composição e criação coletiva.
7. Valorização da diversidade cultural na música.
8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento.
9. Expressão artística e emocional por meio da música.
10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.

ATIVIDADE

**Raízes e Ritmos: Explorando os Saberes Afro-Brasileiros -
Capoeira**

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina que explora a capoeira como manifestação cultural e histórica afro-brasileira. Os participantes aprenderão técnicas básicas, musicalidade e o contexto social dessa prática. Conteúdo Programático: 1. História e fundamentos da capoeira. 2. Introdução às movimentações básicas: ginga, esquivas e ataques. 3. Técnicas de equilíbrio e acrobacias simples. 4. Práticas musicais com instrumentos típicos. 5. Ritmos e cantos tradicionais da capoeira.	

6. Reflexão sobre o papel cultural e social da capoeira.
7. Dinâmicas de roda de capoeira.
8. Exploração de valores como respeito, disciplina e cooperação.
9. Exercícios de coordenação e resistência física.
10. Encerramento com uma roda de capoeira comunitária.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Desenvolvimento da coordenação motora e equilíbrio.
2. Sensibilidade musical e rítmica.
3. Fortalecimento físico e emocional.
4. Consciência cultural e histórica sobre a capoeira.
5. Respeito e valorização das raízes afro-brasileiras.
6. Capacidade de trabalho em equipe e cooperação.
7. Autoconfiança e disciplina.
8. Expressão artística e corporal.
9. Promoção do senso de pertencimento e inclusão social.
10. Reflexão sobre os valores de resistência e liberdade.

ATIVIDADE	
Recreação: Brincando e Aprendendo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras.	

4. Exploração de jogos tradicionais e culturais.
5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos.
6. Criação de novos jogos em grupo.
7. Integração de música e movimento em atividades recreativas.
8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil.
9. Planejamento de jogos e brincadeiras.
10. Encerramento com festival recreativo.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora e equilíbrio.
2. Trabalho em equipe e colaboração.
3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais.
4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas.
5. Valorização do respeito e empatia.
6. Promoção do bem-estar físico e emocional.
7. Confiança e autoestima.
8. Exploração da diversidade cultural no brincar.
9. Capacidade de organização e planejamento.
10. Promoção de uma infância ativa e saudável.

ATIVIDADE

Brincando e Aprendendo: Jogos, Brincadeiras e Movimento Recreativo

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cordas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas recreativas que promovem aprendizado e desenvolvimento motor, social e emocional através de jogos, brincadeiras e atividades em grupo.	
Conteúdo Programático:	

1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado.
2. Dinâmicas de integração e socialização.
3. Jogos que estimulam habilidades motoras e cognitivas.
4. Brincadeiras tradicionais e adaptadas.
5. Exploração de jogos em equipe para promover cooperação.
6. Criação de brincadeiras a partir de materiais recicláveis.
7. Integração de música e movimento nas atividades.
8. Reflexões sobre respeito, inclusão e empatia.
9. Encerramento com um festival de brincadeiras.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora ampla e fina.
2. Trabalho em equipe e cooperação.
3. Promoção da criatividade e improvisação.
4. Resolução de problemas em grupo.
5. Valorização da cultura lúdica e tradicional.
6. Desenvolvimento da empatia e respeito mútuo.
7. Melhoria da autoestima e confiança.
8. Integração social e habilidades emocionais.
9. Promoção de uma infância ativa e saudável.
10. Estímulo ao bem-estar físico e emocional.

ATIVIDADE
Arte Criativa

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, papel, argila, lápis de cor, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas práticas que estimulam a expressão criativa e artística, proporcionando aos participantes a oportunidade de explorar diferentes técnicas de artes visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo das artes visuais. 2. Técnicas de pintura e desenho. 3. Escultura em argila e materiais recicláveis.	

4. Criação de murais colaborativos.
5. Exploração de texturas e formas.
6. Técnicas de colagem e mosaico.
7. Reflexões sobre arte e cultura.
8. Planejamento e execução de projetos criativos.
9. Organização de uma exposição de arte.
10. Avaliação coletiva das obras criadas.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e criatividade.
2. Expressão artística e emocional.
3. Resolução de problemas por meio da criação artística.
4. Sensibilidade estética e cultural.
5. Valorização do reaproveitamento de materiais.
6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes.
7. Promoção da autoestima e confiança.
8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos.
9. Consciência sobre o papel da arte na sociedade.
10. Fomento à imaginação e inovação.

ATIVIDADE Dança com Recreação	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, bambolês
Descrição da atividade: Atividades que combinam dança e brincadeiras recreativas, promovendo a integração social, o movimento e a diversão.	
Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos de ritmo e movimento.	

2. Jogos de integração e brincadeiras com música.
3. Coreografias simples adaptadas para crianças.
4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal.
5. Exploração de ritmos brasileiros e internacionais.
6. Atividades que integram dança e brincadeiras tradicionais.
7. Reflexão sobre a importância do movimento para a saúde.
8. Criação de apresentações coletivas.
9. Sessões de relaxamento ao final das práticas.
10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora ampla e equilíbrio.
2. Sensibilidade rítmica e musical.
3. Expressão corporal e artística.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Melhoria da autoestima e confiança.
6. Resolução de problemas por meio da criatividade.
7. Promoção do bem-estar físico e emocional.
8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança.
9. Estímulo à criatividade e à improvisação.
10. Promoção de uma infância ativa e saudável.

ATIVIDADE Expressão Artística	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Tintas, pincéis, lápis de cor, papéis diversos, argila, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas voltadas para o desenvolvimento da expressão artística dos participantes, explorando técnicas diversas de artes visuais e estimulando a criatividade e a sensibilidade estética.	

Conteúdo Programático:

1. Introdução à arte como forma de expressão pessoal.
2. Técnicas de desenho e pintura com diferentes materiais.
3. Exploração de colagem e composição criativa.
4. Criação de esculturas e modelagem em argila.
5. Práticas de releitura de obras famosas.
6. Estudo de formas, cores e texturas.
7. Reflexão sobre a arte no cotidiano e na cultura.
8. Desenvolvimento de projetos artísticos individuais e coletivos.
9. Montagem de uma exposição das obras criadas.
10. Discussão sobre o impacto emocional e social da arte.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão artística e criatividade.
2. Desenvolvimento da coordenação motora fina.
3. Sensibilidade estética e cultural.
4. Promoção da paciência e atenção aos detalhes.
5. Fomento ao autoconhecimento e confiança.
6. Valorização da diversidade de estilos e técnicas.
7. Trabalho em equipe em projetos artísticos colaborativos.
8. Capacidade de planejar e executar projetos criativos.
9. Consciência do papel transformador da arte na sociedade.
10. Estímulo à inovação e ao pensamento crítico.

ATIVIDADE	
Dança: Brasilidades	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina de dança que explora os ritmos e movimentos brasileiros, promovendo a valorização da cultura nacional e a integração social através do movimento e da música.	

Conteúdo Programático:

1. Introdução à diversidade cultural da dança brasileira.
2. Técnicas básicas de samba, forró e frevo.
3. Movimentos inspirados em danças regionais como maracatu e carimbó.
4. Integração de ritmos afro-brasileiros na dança.
5. Criação de coreografias colaborativas.
6. Reflexão sobre a importância da cultura na dança.
7. Exercícios de coordenação e expressão corporal.
8. Dinâmicas para improvisação e criatividade nos movimentos.
9. Preparação para apresentações públicas.
10. Encerramento com uma roda de dança comemorativa.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Melhoria da coordenação motora e equilíbrio.
2. Sensibilidade rítmica e musical.
3. Expressão corporal e criatividade no movimento.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Promoção da autoestima e confiança.
6. Valorização da cultura e dos ritmos brasileiros.
7. Desenvolvimento da consciência corporal.
8. Foco e disciplina na aprendizagem de passos e coreografias.
9. Promoção do bem-estar físico e emocional.
10. Resiliência e superação de desafios na dança.

ATIVIDADE	
Ballet para Iniciante	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio com espelhos
Materiais e Equipamentos	Barras de apoio, colchonetes, música instrumental
Descrição da atividade: Oficina de introdução ao ballet clássico, proporcionando aos participantes uma base sólida de movimentos, postura e expressão artística, em um ambiente acolhedor e motivador.	

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao ballet clássico e sua história.
2. Técnicas básicas de postura e alinhamento corporal.
3. Prática de movimentos fundamentais: plié, tendu, relevé.
4. Exploração de equilíbrio e coordenação.
5. Treinamento de flexibilidade e alongamento.
6. Introdução à expressão corporal e musicalidade.
7. Dinâmicas para criação de sequências simples.
8. Reflexões sobre disciplina e dedicação no ballet.
9. Planejamento de uma pequena apresentação para a comunidade.
10. Encerramento com roda de feedback e avaliação.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e ampla.
2. Postura e equilíbrio corporal.
3. Sensibilidade musical e rítmica.
4. Promoção da disciplina e foco em atividades regulares.
5. Desenvolvimento da autoestima e confiança.
6. Expressão artística e corporal.
7. Trabalho em equipe e integração social.
8. Flexibilidade e resistência física.
9. Valorização da arte e da cultura clássica.
10. Capacidade de superar desafios físicos e emocionais.

ATIVIDADE Quadrinhos e Storytelling	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis, lápis, canetas coloridas, marcadores, computadores com softwares gráficos (opcional)
Descrição da atividade: Oficina que ensina técnicas de criação de quadrinhos e narrativas visuais, incentivando a criatividade e a expressão artística dos participantes por meio do storytelling.	

Conteúdo Programático:

1. Introdução à história e evolução dos quadrinhos.
2. Estrutura de uma história: início, desenvolvimento e desfecho.
3. Criação de personagens e construção de identidade visual.
4. Técnicas básicas de desenho para quadrinhos.
5. Uso de balões, falas e efeitos gráficos.
6. Planejamento de painéis e composição de cenas.
7. Exploração de narrativas culturais e sociais.
8. Introdução a ferramentas digitais para quadrinhos (opcional).
9. Produção de uma história curta em quadrinhos.
10. Encerramento com uma exposição das obras criadas.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão criativa e narrativa.
2. Desenvolvimento da coordenação motora fina.
3. Planejamento e organização de ideias para histórias.
4. Sensibilidade estética e composição visual.
5. Capacidade de criar personagens e universos narrativos.
6. Trabalho em equipe na construção de narrativas colaborativas.
7. Promoção da paciência e atenção aos detalhes.
8. Reflexão crítica sobre temas culturais e sociais.
9. Valorização da arte como ferramenta de comunicação.
10. Desenvolvimento de autoconfiança em projetos criativos.

ATIVIDADE	
Dança - Samba Rock	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina prática de samba rock que ensina os passos básicos e promove a integração entre os participantes, celebrando esse ritmo dançante e culturalmente significativo.	
Conteúdo Programático:	

1. Introdução à história do samba rock e suas influências culturais.
2. Técnicas básicas de passos e movimentos.
3. Práticas de condução e sintonia em dupla.
4. Ritmos e variações do samba rock.
5. Exercícios para melhorar equilíbrio e coordenação.
6. Dinâmicas de improvisação e estilo pessoal.
7. Criação de pequenas coreografias colaborativas.
8. Reflexões sobre a importância cultural do samba rock.
9. Planejamento de uma apresentação final.
10. Encerramento com uma roda de samba rock.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora e equilíbrio.
2. Sensibilidade rítmica e musical.
3. Expressão corporal e criatividade no movimento.
4. Trabalho em equipe e integração social.
5. Promoção da autoestima e confiança.
6. Valorização da cultura brasileira e suas manifestações artísticas.
7. Desenvolvimento da flexibilidade e resistência física.
8. Fomento à improvisação e estilo pessoal.
9. Resiliência e superação de desafios na dança.
10. Promoção do bem-estar físico e emocional.

ATIVIDADE	
Recreação: Brincadeiras com Papel	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis coloridos, tesouras, colas, tintas, lápis de cor
Descrição da atividade: Oficina recreativa que explora a criatividade por meio de brincadeiras e atividades com papel, incentivando o aprendizado lúdico e a expressão artística.	
Conteúdo Programático:	

1. Introdução às possibilidades de criação com papel.
2. Técnicas básicas de dobradura (origami).
3. Confecção de brinquedos simples: aviões, barquinhos, entre outros.
4. Pintura e colagem para personalização dos trabalhos.
5. Atividades de construção coletiva, como murais e esculturas.
6. Reflexões sobre o uso de materiais recicláveis.
7. Dinâmicas de grupo para criar histórias com os brinquedos.
8. Planejamento de uma exposição das criações.
9. Exploração de temas culturais e sociais por meio da arte em papel.
10. Encerramento com roda de avaliação e partilha de experiências.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora fina e criatividade.
2. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes.
3. Promoção da expressão artística e emocional.
4. Trabalho em equipe e colaboração em projetos coletivos.
5. Valorização do reaproveitamento de materiais.
6. Resolução de problemas por meio de atividades manuais.
7. Promoção da autoestima e confiança.
8. Reflexão crítica sobre sustentabilidade e criatividade.
9. Estímulo à imaginação e à narrativa visual.
10. Fomento ao senso estético e à apreciação artística.

ATIVIDADE	
Pequenos Artistas de Circo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, arcos, fitas, cordas, malabares
Descrição da atividade: Oficina lúdica que introduz os participantes ao universo do circo, promovendo diversão, desenvolvimento motor e trabalho em equipe por meio de práticas como malabarismo e acrobacias simples.	

Conteúdo Programático:

1. Introdução ao mundo do circo: história e elementos principais.
2. Técnicas básicas de malabarismo com bolas e arcos.
3. Atividades de equilíbrio com cordas e fitas.
4. Dinâmicas de expressão corporal e palhaçaria.
5. Práticas de acrobacias simples em dupla e em grupo.
6. Reflexões sobre disciplina e trabalho coletivo no circo.
7. Criação de uma minipresentação circense.
8. Exploração da criatividade na construção de números de circo.
9. Planejamento e ensaio de uma performance final.
10. Encerramento com apresentação para a comunidade.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Coordenação motora ampla e fina.
2. Equilíbrio e controle corporal.
3. Trabalho em equipe e integração social.
4. Expressão criativa e artística.
5. Promoção da disciplina e da paciência.
6. Desenvolvimento da confiança e da autoestima.
7. Resiliência e superação de desafios físicos.
8. Valorização da cultura circense e suas práticas.
9. Estímulo à diversão e ao bem-estar.
10. Promoção da criatividade e da imaginação.

ATIVIDADE

Ritmos e Versos: A Expressão do Hip Hop - Grafite

Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Sprays de tinta, papéis grandes, pincéis, máscaras de proteção
Descrição da atividade:	

Oficina que explora o grafite como forma de expressão artística dentro da cultura do hip hop, promovendo a criatividade, o engajamento social e a valorização das mensagens visuais.

Conteúdo Programático:

1. Introdução à cultura hip hop e ao grafite como arte urbana.
2. Técnicas básicas de desenho e criação de letras estilizadas.
3. Uso seguro e técnico de sprays e pincéis.
4. Planejamento e criação de painéis e murais coletivos.
5. Reflexões sobre o impacto social e cultural do grafite.
6. Dinâmicas de grupo para criação de conceitos artísticos.
7. Exploração de temas sociais e culturais nas artes urbanas.
8. Criação de um mural colaborativo em grande escala.
9. Discussão sobre ética e responsabilidade na arte urbana.
10. Encerramento com exposição das criações e roda de conversa.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Expressão criativa e narrativa visual.
2. Desenvolvimento da coordenação motora fina.
3. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais.
4. Trabalho em equipe e colaboração artística.
5. Sensibilidade estética e composição visual.
6. Planejamento e organização de projetos criativos.
7. Valorização da cultura urbana e suas manifestações.
8. Promoção da autoestima e confiança.
9. Resiliência e superação de desafios artísticos.
10. Consciência sobre ética e responsabilidade no uso do espaço público.

EIXO - CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE	
Matemáticos em Ação: A Aventura dos Números	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, papéis, lápis, réguas, jogos matemáticos
Descrição da atividade: Oficinas dinâmicas e interativas que estimulam o raciocínio lógico e o amor pela matemática, explorando números e conceitos por meio de desafios e atividades práticas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância dos números no dia a dia. 2. Atividades de raciocínio lógico e resolução de problemas. 3. Jogos matemáticos para estimular o aprendizado. 4. Exploração de formas geométricas e medidas. 5. Aplicação prática de conceitos de aritmética e álgebra. 6. Desafios de cálculo mental e estratégias. 7. Reflexões sobre a aplicação da matemática na ciência e tecnologia. 8. Dinâmicas de grupo para resolver desafios matemáticos. 9. Planejamento e execução de projetos numéricos criativos. 10. Encerramento com uma competição amigável de matemática. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento estratégico. 2. Resolução criativa de problemas matemáticos. 3. Habilidade em cálculos mentais e agilidade numérica. 4. Trabalho em equipe e cooperação. 5. Valorização da matemática no cotidiano. 6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática. 7. Capacidade de interpretar e solucionar desafios. 8. Conexão entre matemática e áreas práticas como ciência e tecnologia. 9. Foco e concentração durante atividades complexas. 10. Promoção do interesse contínuo pela aprendizagem matemática.	

ATIVIDADE Matemática Divertida: Aprendendo com os Jogos - Cubo Mágico	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens a partir de 10 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de prática lúdica
Materiais e Equipamentos	Cubos mágicos, manuais de soluções, materiais visuais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam o cubo mágico como ferramenta para ensinar conceitos matemáticos, raciocínio lógico e estratégias de resolução de problemas de maneira divertida e interativa. Conteúdo Programático: 1. História e origem do cubo mágico. 2. Conceitos básicos de combinações e permutações. 3. Técnicas de resolução passo a passo. 4. Aplicação de padrões e algoritmos. 5. Dinâmicas de grupo para desafios em equipe. 6. Relacionando o cubo mágico à matemática e à lógica. 7. Reflexões sobre paciência e foco no aprendizado. 8. Criação de competições de tempo e solução. 9. Estratégias para melhorar a velocidade e eficiência. 10. Encerramento com uma exibição de soluções criativas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento crítico. 2. Habilidade de resolver problemas complexos. 3. Desenvolvimento da paciência e persistência. 4. Coordenação motora fina e agilidade manual. 5. Capacidade de seguir e adaptar algoritmos. 6. Promoção da criatividade na busca por soluções. 7. Foco e concentração em atividades desafiadoras. 8. Trabalho em equipe e espírito competitivo saudável. 9. Valorização do aprendizado por meio de desafios lúdicos. 10. Estímulo à curiosidade científica e matemática.	
ATIVIDADE Como se Preparar para uma Entrevista de Emprego	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flipchart, projetor, materiais para simulação
Descrição da atividade: Oficina prática para preparar os participantes para entrevistas de emprego, abordando desde a apresentação pessoal até as respostas estratégicas às perguntas mais comuns. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mercado de trabalho e à importância da entrevista. 2. Construção de uma apresentação pessoal assertiva. 3. Dicas de vestimenta e linguagem corporal. 4. Como responder perguntas frequentes de forma estratégica. 5. Técnicas para abordar temas desafiadores com confiança. 6. Dinâmicas de simulação de entrevistas. 7. Análise de pontos fortes e áreas de melhoria. 8. Reflexão sobre os tipos de entrevistas: presencial, online e dinâmica de grupo. 9. Estratégias para controle de ansiedade e gestão emocional. 10. Encerramento com feedback coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação assertiva e clara. 2. Controle emocional em situações de pressão. 3. Confiança para apresentar habilidades e competências. 4. Capacidade de responder a perguntas de forma estruturada. 5. Melhoria da linguagem corporal e da postura. 6. Planejamento e organização de informações pessoais e profissionais. 7. Desenvolvimento de empatia e habilidades interpessoais. 8. Adaptação a diferentes contextos de entrevista. 9. Reflexão sobre a importância do preparo prévio. 10. Promoção da autoconfiança e resiliência.	

ATIVIDADE Dinâmicas de Grupo	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Sebastião Francisco, o negro
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Flipchart, materiais diversos para dinâmicas
Descrição da atividade: Oficina que utiliza dinâmicas de grupo como ferramenta para desenvolver habilidades interpessoais, colaboração, liderança e comunicação entre os participantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância das dinâmicas de grupo no desenvolvimento pessoal e profissional. 2. Jogos de integração e quebra-gelo. 3. Dinâmicas para desenvolver liderança e trabalho em equipe. 4. Atividades voltadas para resolução de problemas em grupo. 5. Exercícios de criatividade e inovação colaborativa. 6. Reflexões sobre empatia e escuta ativa. 7. Atividades para melhorar a comunicação e a confiança. 8. Análise de papéis em grupos e como lidar com conflitos. 9. Feedback individual e coletivo após as atividades. 10. Encerramento com uma dinâmica final de integração. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Capacidade de resolução de problemas em grupo. 3. Comunicação clara e assertiva. 4. Desenvolvimento de liderança e iniciativa. 5. Promoção da empatia e da escuta ativa. 6. Capacidade de lidar com conflitos e propor soluções. 7. Estímulo à criatividade e inovação coletiva. 8. Melhoria da autoconfiança em contextos grupais. 9. Reflexão sobre papéis e responsabilidades no grupo. 10. Promoção de um ambiente inclusivo e cooperativo.	

7.3.10. EMEF VLADMIR HERZORG

A EMEF Vladimir Herzog faz parte do BLOCO Leste e pertence à DRE Guaianases. A ESCOLA DA PARCERIA está localizada na Zona Leste do Município de São Paulo, bairro Cidade Tiradentes, integrante da Subprefeitura e Distrito de Cidade Tiradentes.

O entorno onde a EMEF está localizada apresenta uma média de aproximadamente 316 hab/ha, com uma estimativa de 21.490 mil habitantes e uma proporção de 73% dessa população em vulnerabilidade social. Segundo levantamento da SEHAB, na área envoltória da escola existem 2 (duas) favelas com cerca de 645 domicílios.

O acesso à EMEF através do transporte público se dá através de 2 (duas) linhas de ônibus com o ponto de ônibus mais próximo localizado na Rua Murici, a cerca de 67 metros da escola.

Dos equipamentos públicos culturais e/ou esportivos do entorno dessa unidade escolar, existe 1 (uma) Biblioteca.

EIXO DE ESPORTES, CORPO E BEM-ESTAR

ATIVIDADE TREINAMENTO FUNCIONAL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog

Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Adultos e jovens a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala equipada para práticas físicas
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, elásticos, kettlebells, halteres, cones, cordas de pular, medidores de tempo

Descrição da atividade:

Sessões práticas para desenvolver força, resistência e mobilidade por meio de exercícios funcionais. As oficinas integrarão aquecimento dinâmico, circuitos de alta intensidade e técnicas de recuperação, promovendo a consciência corporal e a melhoria do bem-estar físico.

Conteúdo Programático:

1. Aquecimento dinâmico e técnicas de alongamento.
2. Movimentos fundamentais do treinamento funcional.
3. Exercícios de resistência e força com peso corporal.
4. Circuitos de alta intensidade (HIIT).
5. Técnicas de mobilidade articular e flexibilidade.
6. Planejamento de treinos personalizados.
7. Práticas de fortalecimento do core.
8. Uso de acessórios: kettlebells, halteres, elásticos.
9. Prevenção de lesões e biomecânica.
10. Estratégias de recuperação e regeneração muscular.

Habilidades a serem desenvolvidas:

1. Melhoria do equilíbrio e coordenação motora.
2. Aumento da força e resistência física.
3. Consciência corporal aprimorada.
4. Capacidade de adaptar exercícios às necessidades individuais.
5. Planejamento de treinos autônomos.
6. Conhecimento de prevenção de lesões.
7. Controle respiratório durante os exercícios.
8. Foco e superação de desafios físicos.
9. Disciplina e consistência nos treinos.
10. Trabalho em equipe durante práticas coletivas.

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: VOLEIBOL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos

Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de voleibol, redes, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado no desenvolvimento de estratégias táticas para equipes de voleibol, abordando posicionamento, sistemas táticos e comunicação em quadra. As práticas também incluem exercícios de defesa, ataque e análise de adversários. Conteúdo Programático: 1. Fundamentos do voleibol (saque, recepção, ataque). 2. Sistemas táticos 5x1 e 4x2. 3. Estratégias de defesa e cobertura. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Comunicação em quadra. 6. Adaptação tática ao adversário. 7. Treinos de transição ofensiva e defensiva. 8. Análise de situações de jogo. 9. Preparação física específica para voleibol. 10. Gestão emocional em competições. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria na tomada de decisões rápidas. 2. Trabalho em equipe e liderança. 3. Comunicação eficaz durante o jogo. 4. Domínio dos fundamentos técnicos. 5. Capacidade de adaptação tática. 6. Resistência e agilidade em quadra. 7. Inteligência emocional em momentos decisivos. 8. Fortalecimento do senso de estratégia. 9. Respeito às regras e ao adversário. 10. Planejamento e execução de estratégias coletivas.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: BASQUETE	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos

Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Bolas de basquete, tabelas, cones
Descrição da atividade: Sessões voltadas ao aprimoramento de habilidades táticas no basquete, com ênfase em sistemas ofensivos, estratégias defensivas e transições rápidas. Também serão realizadas atividades práticas de leitura de jogo e desenvolvimento de jogadas especiais. Conteúdo Programático: 1. Posicionamento tático ofensivo e defensivo. 2. Fundamentos do basquete: drible, passe, arremesso. 3. Sistemas ofensivos (pick and roll, motion offense). 4. Estratégias defensivas (marcação individual e zona). 5. Transições rápidas (contra-ataque). 6. Treino de jogadas especiais. 7. Leitura de jogo e antecipação. 8. Gestão do tempo durante o jogo. 9. Preparação física para desempenho em alta intensidade. 10. Análise pós-jogo para ajustes táticos. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Desenvolvimento de raciocínio rápido. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Controle emocional em situações de pressão. 4. Melhoria na execução técnica de fundamentos. 5. Capacidade de interpretar diferentes situações de jogo. 6. Desenvolvimento da visão de jogo. 7. Resiliência em competições desafiadoras. 8. Planejamento estratégico em tempo real. 9. Coordenação motora e resistência. 10. Consciência tática em diferentes formações.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: FUTSAL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos

Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Bolas de futsal, cones, marcadores de posição
Descrição da atividade: Treinamento focado em estratégias táticas de futsal, incluindo sistemas ofensivos e defensivos, transição rápida e desenvolvimento de jogadas ensaiadas. O objetivo é aprimorar a tomada de decisão e o trabalho em equipe em espaços reduzidos. Conteúdo Programático: 1. Regras e fundamentos técnicos do futsal. 2. Sistemas táticos 3x1, 2x2 e 4x0. 3. Treinamento de finalizações e cruzamentos. 4. Desenvolvimento de jogadas ensaiadas. 5. Estratégias de ataque e defesa. 6. Transição rápida entre defesa e ataque. 7. Treino de goleiro e jogadas específicas. 8. Controle e domínio de bola em espaços reduzidos. 9. Preparação física específica para futsal. 10. Análise de adversários e criação de contra estratégias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da agilidade e reflexos. 2. Trabalho em equipe em espaços reduzidos. 3. Tomada de decisão rápida. 4. Comunicação em jogo intenso. 5. Resiliência física e mental. 6. Fortalecimento da coordenação e equilíbrio. 7. Capacidade de adaptação a diferentes formações táticas. 8. Execução técnica aprimorada. 9. Planejamento estratégico em tempo real. 10. Controle emocional em competições.	

ATIVIDADE	
AVENTURAS LÚDICAS: JOGOS RECREATIVOS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 6 anos e adolescentes até 12 anos

Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, cones, cordas, bambolês, materiais recicláveis para brincadeiras
Descrição da atividade: Sessões recreativas que promovem a interação social e o bem-estar físico através de jogos e brincadeiras. As oficinas integram atividades lúdicas com elementos esportivos e culturais, incentivando a cooperação e o protagonismo das crianças. Conteúdo Programático: 1. Introdução a jogos recreativos e cooperativos. 2. Dinâmicas em grupo para integração social. 3. Brincadeiras tradicionais adaptadas. 4. Exploração de movimentos corporais básicos. 5. Atividades de desafio em equipe. 6. Jogos com materiais improvisados. 7. Técnicas de organização de atividades recreativas. 8. Estímulo à criatividade em jogos livres. 9. Estratégias para resolver conflitos durante jogos. 10. Encerramento com roda de diálogo e feedback. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Trabalho em equipe e colaboração. 2. Coordenação motora ampla e fina. 3. Criatividade e capacidade de improvisação. 4. Respeito às regras e aos colegas. 5. Comunicação efetiva em grupo. 6. Habilidade de solucionar problemas em equipe. 7. Melhoria da autoestima e confiança. 8. Promoção da empatia e do respeito às diferenças. 9. Desenvolvimento de liderança em crianças. 10. Capacidade de organização em brincadeiras coletivas.	

ATIVIDADE	
DESCOBRINDO OS JOGOS TRADICIONAIS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças a partir de 8 anos e adolescentes até 14 anos

Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou ginásio
Materiais e Equipamentos	Corda, pedrinhas, bolas, tabuleiros, e elementos culturais regionais
Descrição da atividade: Atividades voltadas para a vivência e resgate dos jogos tradicionais, explorando a cultura local e internacional. As oficinas conectam práticas antigas com experiências modernas, reforçando valores de cooperação e diversão. Conteúdo Programático: 1. História dos jogos tradicionais e sua relevância cultural. 2. Brincadeiras populares: amarelinha, pular corda, pega-pega. 3. Jogos de tabuleiro artesanais. 4. Dinâmicas adaptadas de jogos regionais brasileiros. 5. Técnicas de mediação e inclusão nos jogos. 6. Adaptação de jogos tradicionais para ambientes modernos. 7. Criação de materiais lúdicos inspirados em práticas antigas. 8. Atividades que integram música e dança às brincadeiras. 9. Discussão sobre a preservação cultural por meio dos jogos. 10. Organização de uma exposição final sobre os jogos tradicionais. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conexão com a cultura e história local. 2. Desenvolvimento da criatividade e inovação. 3. Fortalecimento das habilidades sociais e emocionais. 4. Coordenação motora e agilidade. 5. Respeito às diferenças culturais e históricas. 6. Colaboração em grupo. 7. Fomento ao sentimento de pertencimento comunitário. 8. Capacidade de resolver desafios em equipe. 9. Aprendizado sobre diversidade cultural e respeito mútuo. 10. Autoconfiança em práticas lúdicas coletivas.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO FUNCIONAL KIDS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos

Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, bolas leves, cordas, mini-cones, elásticos
Descrição da atividade: Atividades funcionais adaptadas para crianças, focadas no desenvolvimento motor e na prática de movimentos básicos de forma divertida. As sessões promovem saúde e bem-estar enquanto estimulam a interação social. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao treinamento funcional para crianças. 2. Movimentos básicos de correr, pular, agachar e empurrar. 3. Circuitos lúdicos com obstáculos. 4. Uso de acessórios leves e seguros. 5. Dinâmicas em grupo para integração e cooperação. 6. Jogos de equilíbrio e coordenação. 7. Exercícios para fortalecimento muscular de forma lúdica. 8. Técnicas de alongamento e relaxamento. 9. Incentivo a hábitos saudáveis desde a infância. 10. Feedback positivo e reforço do aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da coordenação motora. 2. Aumento da força e resistência física. 3. Consciência corporal desde cedo. 4. Trabalho em equipe e interação social. 5. Promoção de hábitos saudáveis e ativos. 6. Respeito às regras e aos colegas. 7. Desenvolvimento da confiança e autoestima. 8. Aumento da criatividade e da autonomia. 9. Controle respiratório durante exercícios. 10. Habilidade de resolver desafios físicos e lúdicos.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÁTICO PARA JOGOS COLETIVOS: ATLETISMO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Águas de Março
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos

Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Pista de atletismo ou espaço amplo ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cronômetros, cones, barreiras, bastões, fitas de marcação
Descrição da atividade: Treinamento tático voltado para o atletismo, com foco em modalidades de corrida, salto e arremesso. As sessões promovem técnicas específicas e estratégias para competições individuais e coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução às modalidades do atletismo. 2. Técnicas de corrida de velocidade e resistência. 3. Treino de saltos: altura e distância. 4. Técnicas de arremesso e lançamentos. 5. Trabalho de largada e finalização de provas. 6. Estratégias para revezamento em equipe. 7. Desenvolvimento de ritmo e cadência. 8. Simulação de provas e competições. 9. Prevenção de lesões e aquecimento. 10. Avaliação e feedback de desempenho. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Aumento da resistência física e velocidade. 2. Trabalho em equipe no revezamento. 3. Consciência tática em competições. 4. Coordenação e técnica em diferentes modalidades. 5. Foco e concentração em objetivos específicos. 6. Resiliência e superação pessoal. 7. Respeito às regras e ao espírito esportivo. 8. Desenvolvimento da confiança em competições. 9. Capacidade de planejamento e execução de estratégias. 10. Adaptação a diferentes condições de prova.	

ATIVIDADE BRINCADEIRAS DE ONTEM PARA AS CRIANÇAS DE HOJE	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, giz, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas para resgatar brincadeiras tradicionais e promover a interação social das crianças, conectando o presente com o passado. As atividades reforçam valores de cooperação, criatividade e alegria em grupo. Conteúdo Programático: 1. Introdução às brincadeiras tradicionais. 2. Jogos coletivos: amarelinha, pega-pega, esconde-esconde. 3. Brincadeiras com cordas: pular corda, cabo de guerra. 4. Dinâmicas em grupo como passa anel e telefone sem fio. 5. Atividades que envolvem habilidades motoras: peteca, bolinha de gude. 6. Criação de brinquedos com materiais recicláveis. 7. Adaptação de brincadeiras para diferentes espaços e idades. 8. Discussão sobre a importância das brincadeiras na cultura. 9. Jogos cooperativos para integração social. 10. Encerramento com roda de conversa e troca de ideias. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Trabalho em equipe e espírito de cooperação. 3. Respeito às regras e aos colegas. 4. Criatividade na adaptação e invenção de brincadeiras. 5. Promoção do respeito e inclusão social. 6. Desenvolvimento da agilidade e da atenção. 7. Valorização da cultura e do patrimônio lúdico. 8. Fortalecimento de habilidades sociais e emocionais. 9. Consciência corporal em atividades práticas. 10. Promoção da alegria e do bem-estar na infância.	

ATIVIDADE	
TREINAMENTO TÉCNICO DE ESPORTES DE COMBATE: TAEKWONDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças, jovens e adultos a partir de 8 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou quadra poliesportiva
Materiais e Equipamentos	Tatames, protetores, luvas, uniformes de Taekwondo
Descrição da atividade: Oficina prática para introdução e aperfeiçoamento técnico no Taekwondo, abordando fundamentos, posturas, golpes básicos e avançados, promovendo disciplina, concentração e fortalecimento físico. Conteúdo Programático: 1. História e princípios do Taekwondo. 2. Posturas básicas e deslocamentos. 3. Técnicas fundamentais de chutes e socos. 4. Exercícios de defesa pessoal. 5. Introdução a combinações e sequências de movimentos (poomsae). 6. Treinamento de agilidade e reflexos. 7. Práticas de sparring e simulações de combate seguro. 8. Reflexão sobre ética, respeito e disciplina no esporte. 9. Alongamento e aquecimento específicos para a modalidade. 10. Encerramento com apresentação das técnicas aprendidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio corporal. 2. Melhoria da força física e flexibilidade. 3. Aumento da resistência e agilidade. 4. Disciplina e autocontrole emocional. 5. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 6. Capacidade de planejamento e execução de estratégias de combate. 7. Trabalho em equipe durante treinos e simulações. 8. Respeito às regras e valores do Taekwondo. 9. Desenvolvimento de autoconfiança e superação de limites. 10. Promoção da segurança e ética em práticas de esportes de combate.	

ATIVIDADE PEQUENOS ARTISTAS DE CIRCO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bolas, arcos, fitas, cordas, malabares
Descrição da atividade: Oficina lúdica que introduz os participantes ao universo do circo, promovendo diversão, desenvolvimento motor e trabalho em equipe por meio de práticas como malabarismo e acrobacias simples. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mundo do circo: história e elementos principais. 2. Técnicas básicas de malabarismo com bolas e arcos. 3. Atividades de equilíbrio com cordas e fitas. 4. Dinâmicas de expressão corporal e palhaçaria. 5. Práticas de acrobacias simples em dupla e em grupo. 6. Reflexões sobre disciplina e trabalho coletivo no circo. 7. Criação de uma minipresentação circense. 8. Exploração da criatividade na construção de números de circo. 9. Planejamento e ensaio de uma performance final. 10. Encerramento com apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e fina. 2. Equilíbrio e controle corporal. 3. Trabalho em equipe e integração social. 4. Expressão criativa e artística. 5. Promoção da disciplina e da paciência. 6. Desenvolvimento da confiança e da autoestima. 7. Resiliência e superação de desafios físicos. 8. Valorização da cultura circense e suas práticas. 9. Estímulo à diversão e ao bem-estar. 10. Promoção da criatividade e da imaginação.	

EIXO - SABERES E CULTURA

ATIVIDADE CANTANDO E ATUANDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos

Faixa etária	Jovens a partir de 12 anos e adultos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou auditório
Materiais e Equipamentos	Microfones, sistema de som, figurinos, espelhos
Descrição da atividade: Uma oficina que une técnicas de canto e interpretação, promovendo o desenvolvimento artístico e a expressão pessoal dos participantes. As práticas incluem atividades práticas de vocalização e encenação. Conteúdo Programático: 1. Aquecimento vocal e técnicas de respiração. 2. Treino de dicção e projeção da voz. 3. Introdução à expressão corporal em cena. 4. Técnicas de interpretação e improvisação. 5. Desenvolvimento de personagens para performances. 6. Ensaio de canções com expressão cênica. 7. Dinâmicas para integração de canto e atuação. 8. Práticas de improvisação teatral com música. 9. Apresentação de trechos de peças musicais. 10. Encerramento com uma performance coletiva. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Melhoria da técnica vocal e projeção da voz. 2. Capacidade de interpretar e transmitir emoções. 3. Desenvolvimento de presença de palco. 4. Coordenação entre canto e expressão corporal. 5. Trabalho em equipe e interação com colegas. 6. Criatividade na composição de personagens. 7. Promoção da autoconfiança em apresentações públicas. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Estímulo à sensibilidade artística e emocional. 10. Capacidade de improvisação e adaptação em cena.	

ATIVIDADE DESENHANDO SEU CORPO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos

Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Papéis grandes, lápis de cor, marcadores, tintas, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que promove a conexão entre corpo e mente por meio de atividades artísticas, onde os participantes desenharam e pintaram representações do próprio corpo, estimulando a autoestima, a percepção corporal e a criatividade. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao autoconhecimento e à percepção corporal. 2. Dinâmicas para explorar formas, proporções e traços. 3. Técnicas de desenho e pintura em larga escala. 4. Reflexões sobre o corpo como expressão artística. 5. Criação de painéis coletivos com desenhos dos participantes. 6. Discussões sobre autoestima e imagem corporal. 7. Experimentação de cores, texturas e movimentos artísticos. 8. Reflexão sobre como o corpo reflete emoções e histórias. 9. Organização de uma exposição das obras criadas. 10. Encerramento com roda de avaliação e partilha de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Autopercepção e consciência corporal. 2. Expressão artística e criatividade. 3. Coordenação motora fina e ampla. 4. Promoção da autoestima e confiança. 5. Sensibilidade estética e exploração de técnicas visuais. 6. Reflexão sobre identidade e autoconhecimento. 7. Trabalho em equipe e colaboração criativa. 8. Desenvolvimento de paciência e atenção aos detalhes. 9. Promoção do bem-estar emocional por meio da arte. 10. Estímulo à empatia e valorização da diversidade.	

ATIVIDADE PINTURA EM PAPELÃO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo
Materiais e Equipamentos	Caixas de papelão, tintas, pincéis, colas, marcadores
Descrição da atividade: Oficina lúdica que utiliza papelão como base para a pintura e construção artística, promovendo criatividade, reutilização de materiais e consciência ambiental. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao uso do papelão na arte e na recreação. 2. Técnicas básicas de pintura e personalização. 3. Exploração de texturas e formas tridimensionais. 4. Reflexões sobre sustentabilidade e reaproveitamento de materiais. 5. Criação de objetos e cenários artísticos com papelão. 6. Dinâmicas de grupo para desenvolver projetos coletivos. 7. Planejamento de uma exposição das criações. 8. Discussão sobre a importância da arte sustentável. 9. Integração de cores e temas culturais nas pinturas. 10. Encerramento com roda de conversa e partilha de experiências Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão artística e criatividade. 2. Valorização do reaproveitamento de materiais. 3. Coordenação motora fina e ampla. 4. Promoção da consciência ambiental e sustentável. 5. Trabalho em equipe em projetos coletivos. 6. Desenvolvimento da paciência e atenção aos detalhes. 7. Reflexão crítica sobre consumo e sustentabilidade. 8. Estímulo à inovação e ao pensamento criativo. 9. Promoção da autoestima e confiança por meio da arte. 10. Conexão entre criatividade e responsabilidade ambiental.	

ATIVIDADE PRÁTICAS CORPORAIS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Todas as idades
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Colchonetes, espelhos, música instrumental
Descrição da atividade: Oficina que promove o bem-estar e a consciência corporal por meio de práticas que integram alongamentos, exercícios de respiração e movimentos fluidos, estimulando o equilíbrio físico e emocional. Conteúdo Programático: 1. Introdução à consciência corporal: conceitos e benefícios. 2. Técnicas de alongamento e relaxamento. 3. Exercícios de respiração para foco e concentração. 4. Dinâmicas de equilíbrio e fortalecimento muscular. 5. Reflexões sobre a conexão entre corpo e mente. 6. Práticas de movimentos suaves para alívio de tensões. 7. Desenvolvimento de flexibilidade e mobilidade. 8. Dinâmicas em grupo para integração e socialização. 9. Reflexões sobre o impacto do movimento no bem-estar. 10. Encerramento com roda de avaliação e feedback coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Consciência corporal e postura. 2. Melhoria da flexibilidade e resistência física. 3. Promoção do relaxamento e alívio do estresse. 4. Desenvolvimento da coordenação motora. 5. Estímulo ao equilíbrio físico e emocional. 6. Promoção da paciência e atenção plena. 7. Reflexão sobre hábitos saudáveis e autocuidado. 8. Integração social por meio de práticas coletivas. 9. Resiliência e superação de desafios físicos. 10. Valorização da conexão mente-corpo.	

ATIVIDADE DANÇA E CANTO - MACULELÊ	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Bastões de madeira, atabaques, pandeiros
Descrição da atividade: Oficina que ensina os fundamentos do maculelê, combinando dança, canto e ritmo. A atividade promove a valorização da cultura afro-brasileira e a integração social por meio da música e do movimento. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao maculelê: história e raízes culturais. 2. Técnicas básicas de movimentos e manejo dos bastões. 3. Práticas de canto e ritmo em conjunto. 4. Integração dos movimentos de dança com a música. 5. Reflexões sobre a importância cultural do maculelê. 6. Dinâmicas de improvisação e criação de coreografias. 7. Planejamento de apresentações artísticas. 8. Discussão sobre valores culturais e sociais associados ao maculelê. 9. Treinamento de sincronia em grupo. 10. Encerramento com roda de maculelê e celebração cultural. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e artística. 4. Valorização da cultura afro-brasileira. 5. Trabalho em equipe e integração social. 6. Promoção da autoestima e confiança. 7. Desenvolvimento da resistência física e flexibilidade. 8. Resiliência e superação de desafios corporais e rítmicos. 9. Reflexão sobre a importância da música e da dança como ferramentas culturais. 10. Promoção do bem-estar emocional por meio da dança e do canto.	

ATIVIDADE RECREAÇÃO: BRINCANDO E APRENDENDO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre

Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras. 4. Exploração de jogos tradicionais e culturais. 5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos. 6. Criação de novos jogos em grupo. 7. Integração de música e movimento em atividades recreativas. 8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil. 9. Planejamento de jogos e brincadeiras. 10. Encerramento com festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. 4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas. 5. Valorização do respeito e empatia. 6. Promoção do bem-estar físico e emocional. 7. Confiança e autoestima. 8. Exploração da diversidade cultural no brincar. 9. Capacidade de organização e planejamento. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	
ATIVIDADE REVIVER CAPOEIRA	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla, tatame ou espaço ao ar livre

Materiais e Equipamentos	Berimbaus, pandeiros, atabaques, cordas
Descrição da atividade: Oficina prática que resgata a cultura e os valores da capoeira, explorando movimentos, ritmos e história, promovendo a integração social e o fortalecimento da identidade cultural. Conteúdo Programático: 1. Introdução à história e origem da capoeira. 2. Prática da ginga e movimentos básicos. 3. Técnicas de ataque, defesa e esquivas. 4. Treinamento de equilíbrio e acrobacias simples. 5. Ritmos e cantos tradicionais com instrumentos típicos. 6. Reflexão sobre os valores culturais da capoeira. 7. Formação e prática de rodas de capoeira. 8. Desenvolvimento de força e flexibilidade. 9. Ética, respeito e disciplina no contexto da capoeira. 10. Encerramento com roda de capoeira comunitária. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e reflexos. 2. Fortalecimento físico e emocional. 3. Sensibilidade musical e rítmica. 4. Consciência cultural e valorização das raízes afro-brasileiras. 5. Trabalho em equipe e cooperação. 6. Resiliência e capacidade de lidar com desafios. 7. Expressão corporal e artística. 8. Respeito mútuo e promoção da ética no esporte. 9. Promoção de autoconfiança e autoestima. 10. Integração social e fortalecimento de identidade cultural.	
ATIVIDADE DANÇA - HIP HOP/DANÇAS URBANAS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre

Materiais e Equipamentos	Sistema de som, espelhos
Descrição da atividade: Oficina que ensina os fundamentos do hip hop e de outras danças urbanas, promovendo a criatividade, a expressão corporal e a valorização da cultura urbana. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao hip hop e às danças urbanas: história e relevância cultural. 2. Técnicas básicas de movimentos como popping, locking e breakdance. 3. Criação de coreografias individuais e em grupo. 4. Exploração de estilos de dança urbanos, como waacking e krumping. 5. Dinâmicas para aprimorar a expressão corporal e rítmica. 6. Reflexões sobre a importância da cultura urbana e sua diversidade. 7. Exercícios de improvisação e freestyle. 8. Planejamento e ensaio de apresentações coreográficas. 9. Desenvolvimento de habilidades de batalha de dança. 10. Encerramento com uma performance final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e agilidade. 2. Expressão corporal e criatividade no movimento. 3. Sensibilidade rítmica e musical. 4. Confiança e presença de palco. 5. Valorização da diversidade cultural e urbana. 6. Trabalho em equipe e colaboração. 7. Promoção do bem-estar físico e emocional. 8. Resiliência e superação de desafios na dança. 9. Estímulo à criatividade e improvisação. 10. Promoção da inclusão e do protagonismo juvenil.	

ATIVIDADE	
Harmonias da Vida: Explorando Mundos Musicais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou estúdio de música

Materiais e Equipamentos	Instrumentos variados, sistema de som, partituras, metrônomos
Descrição da atividade: Oficina de exploração musical, apresentando diferentes estilos, ritmos e instrumentos. Os participantes terão contato com práticas musicais diversificadas e criarão composições coletivas. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos da música: ritmo, melodia e harmonia. 2. Exploração de diferentes estilos musicais (clássico, popular, regional). 3. Técnicas básicas de instrumentos variados. 4. Dinâmicas de improvisação musical. 5. Construção de repertório colaborativo. 6. Integração de canto e instrumentos. 7. Técnicas de composição coletiva. 8. Reflexão sobre a música como ferramenta social. 9. Ensaio e refinamento de performances. 10. Apresentação final de um repertório conjunto. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Sensibilidade auditiva e musical. 2. Conhecimento básico sobre diferentes instrumentos e estilos. 3. Improvisação e criatividade musical. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Confiança e presença em apresentações. 6. Capacidade de composição e criação coletiva. 7. Valorização da diversidade cultural na música. 8. Desenvolvimento de disciplina e comprometimento. 9. Expressão artística e emocional por meio da música. 10. Promoção da empatia e da inclusão através da música.	
ATIVIDADE Jogos Teatrais	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo

Materiais e Equipamentos	Figurinos, espelhos, sistema de som, adereços teatrais
Descrição da atividade: Oficinas que utilizam jogos teatrais para desenvolver habilidades de expressão, criatividade e trabalho em equipe, promovendo o contato com a arte cênica de forma lúdica. Conteúdo Programático: 1. Introdução aos jogos teatrais e sua aplicação. 2. Exercícios de aquecimento e relaxamento corporal. 3. Técnicas de improvisação em grupo. 4. Dinâmicas de criação de personagens. 5. Jogos para explorar a expressão corporal e vocal. 6. Criação de pequenas cenas e histórias. 7. Reflexão sobre os valores sociais em atividades teatrais. 8. Apresentação e análise de esquetes teatrais. 9. Técnicas de concentração e foco para cena. 10. Encerramento com apresentação final para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão corporal e vocal. 2. Criatividade na construção de cenas e personagens. 3. Trabalho em equipe e cooperação. 4. Desenvolvimento da empatia e do respeito mútuo. 5. Capacidade de improvisação e adaptação. 6. Fomento ao pensamento crítico e reflexivo. 7. Confiança e presença de palco. 8. Melhoria da articulação e dicção. 9. Sensibilidade artística e cultural. 10. Resiliência em atividades desafiadoras.	
ATIVIDADE BRINCANDO E APRENDENDO: JOGOS, BRINCADEIRAS, MOVIMENTO RECREATIVO	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 12 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou espaço ao ar livre
Materiais e Equipamentos	Cordas, bolas, bambolês, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Atividades recreativas que integram aspectos pedagógicos e lúdicos para estimular o aprendizado e o desenvolvimento das crianças por meio de jogos e brincadeiras. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao brincar como ferramenta de aprendizado. 2. Jogos de integração e cooperação. 3. Brincadeiras que estimulam habilidades motoras. 4. Exploração de jogos tradicionais e culturais. 5. Dinâmicas de resolução de problemas lúdicos. 6. Criação de novos jogos em grupo. 7. Integração de música e movimento em atividades recreativas. 8. Reflexão sobre o papel do brincar no cotidiano infantil. 9. Planejamento de jogos e brincadeiras. 10. Encerramento com festival recreativo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora e equilíbrio. 2. Trabalho em equipe e colaboração. 3. Desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais. 4. Estímulo à criatividade e à resolução de problemas. 5. Valorização do respeito e empatia. 6. Promoção do bem-estar físico e emocional. 7. Confiança e autoestima. 8. Exploração da diversidade cultural no brincar. 9. Capacidade de organização e planejamento. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

ATIVIDADE	
RITMOS E VERSOS: A EXPRESSÃO DO HIP HOP	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala ampla ou espaço ao ar livre

Materiais e Equipamentos	Sprays de tinta, papéis grandes, pincéis, máscaras de proteção
Descrição da atividade: Oficina que explora o grafite como forma de expressão artística dentro da cultura do hip hop, promovendo a criatividade, o engajamento social e a valorização das mensagens visuais. Conteúdo Programático: 1. Introdução à cultura hip hop e ao grafite como arte urbana. 2. Técnicas básicas de desenho e criação de letras estilizadas. 3. Uso seguro e técnico de sprays e pincéis. 4. Planejamento e criação de painéis e murais coletivos. 5. Reflexões sobre o impacto social e cultural do grafite. 6. Dinâmicas de grupo para criação de conceitos artísticos. 7. Exploração de temas sociais e culturais nas artes urbanas. 8. Criação de um mural colaborativo em grande escala. 9. Discussão sobre ética e responsabilidade na arte urbana. 10. Encerramento com exposição das criações e roda de conversa. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Expressão criativa e narrativa visual. 2. Desenvolvimento da coordenação motora fina. 3. Reflexão crítica sobre temas sociais e culturais. 4. Trabalho em equipe e colaboração artística. 5. Sensibilidade estética e composição visual. 6. Planejamento e organização de projetos criativos. 7. Valorização da cultura urbana e suas manifestações. 8. Promoção da autoestima e confiança. 9. Resiliência e superação de desafios artísticos. 10. Consciência sobre ética e responsabilidade no uso do espaço público.	

ATIVIDADE Artes/Máscaras	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço criativo

Materiais e Equipamentos	Papel, tinta, tesouras, cola, materiais recicláveis
Descrição da atividade: Oficina artística dedicada à criação de máscaras, explorando diferentes estilos, técnicas e contextos culturais para promover criatividade e expressão artística. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao significado cultural das máscaras. 2. Técnicas básicas de criação de máscaras. 3. Customização com pintura e colagem. 4. Uso de materiais recicláveis na confecção de máscaras. 5. Exploração de estilos culturais (africano, indígena, teatral). 6. Reflexão sobre a importância histórica das máscaras. 7. Dinâmicas de expressão corporal usando máscaras. 8. Planejamento e execução de uma exposição. 9. Apresentação teatral com as máscaras criadas. 10. Encerramento com avaliação e troca de experiências. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora fina e criatividade. 2. Conhecimento cultural e histórico sobre máscaras. 3. Valorização do reaproveitamento de materiais. 4. Desenvolvimento da paciência e atenção. 5. Expressão artística e emocional. 6. Capacidade de planejar e executar projetos criativos. 7. Sensibilidade estética e cultural. 8. Trabalho em equipe em projetos colaborativos. 9. Promoção da autoconfiança e autoestima. 10. Fomento ao senso de pertencimento cultural.	

ATIVIDADE Dança com Recreação	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 6 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Quadra poliesportiva ou sala ampla
Materiais e Equipamentos	Sistema de som, colchonetes, bambolês
Descrição da atividade: Atividades que combinam dança e brincadeiras recreativas, promovendo a integração social, o movimento e a diversão Conteúdo Programático: 1. Introdução aos fundamentos de ritmo e movimento. 2. Jogos de integração e brincadeiras com música. 3. Coreografias simples adaptadas para crianças. 4. Dinâmicas de improvisação e expressão corporal. 5. Exploração de ritmos brasileiros e internacionais. 6. Atividades que integram dança e brincadeiras tradicionais. 7. Reflexão sobre a importância do movimento para a saúde. 8. Criação de apresentações coletivas. 9. Sessões de relaxamento ao final das práticas. 10. Encerramento com uma apresentação para a comunidade. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Coordenação motora ampla e equilíbrio. 2. Sensibilidade rítmica e musical. 3. Expressão corporal e artística. 4. Trabalho em equipe e integração social. 5. Melhoria da autoestima e confiança. 6. Resolução de problemas por meio da criatividade. 7. Promoção do bem-estar físico e emocional. 8. Valorização da diversidade cultural por meio da dança. 9. Estímulo à criatividade e à improvisação. 10. Promoção de uma infância ativa e saudável.	

EIXO – CAPACITAÇÃO

ATIVIDADE JOGOS MATEMÁTICOS I	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças de 6 a 10 anos

Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Tabuleiros, cartas, peças de jogos, dados
Descrição da atividade: Oficinas lúdicas que utilizam jogos matemáticos para introduzir conceitos de lógica, operações e raciocínio, tornando o aprendizado divertido e colaborativo. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao conceito de jogos matemáticos. 2. Jogos de tabuleiro e cartas para somar e subtrair. 3. Atividades de raciocínio lógico com quebra-cabeças. 4. Dinâmicas com dados para explorar multiplicação e divisão. 5. Jogos que incentivam o trabalho em equipe. 6. Reflexões sobre estratégias para resolver problemas. 7. Exploração de padrões e sequências numéricas. 8. Planejamento de desafios em grupo. 9. Dinâmica final com competição amigável. 10. Encerramento com roda de conversa sobre o aprendizado. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e estratégico. 2. Habilidades básicas de cálculo mental. 3. Trabalho em equipe e colaboração. 4. Resolução de problemas por meio de jogos. 5. Promoção da concentração e atenção. 6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática. 7. Fomento à criatividade no aprendizado numérico. 8. Valorização da matemática no cotidiano. 9. Capacidade de planejar estratégias e antecipar movimentos. 10. Promoção do aprendizado ativo e divertido.	
ATIVIDADE JOGOS MATEMÁTICOS II	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens de 11 a 15 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, tabuleiros, peças de jogos, softwares de matemática
Descrição da atividade: Oficinas avançadas de jogos matemáticos que promovem o desenvolvimento do raciocínio lógico, álgebra básica e geometria, desafiando os participantes a resolver problemas de forma criativa. Conteúdo Programático: 1. Exploração de jogos que envolvem operações avançadas. 2. Dinâmicas com tabuleiros e desafios lógicos. 3. Atividades de geometria com quebra-cabeças espaciais. 4. Jogos digitais e aplicativos matemáticos. 5. Reflexões sobre a aplicação da matemática em problemas reais. 6. Dinâmicas em grupo para resolução de problemas complexos. 7. Planejamento de estratégias para vencer desafios. 8. Integração de conceitos de álgebra em jogos práticos. 9. Criação de jogos matemáticos pelos participantes. 10. Encerramento com uma competição matemática saudável. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e resolução de problemas. 2. Aplicação de conceitos matemáticos em situações práticas. 3. Colaboração em grupo e troca de ideias. 4. Desenvolvimento de estratégias e planejamento. 5. Melhoria da confiança em relação à matemática. 6. Promoção do pensamento crítico e analítico. 7. Fomento à criatividade no aprendizado numérico. 8. Valorização da matemática no cotidiano e na ciência. 9. Capacidade de adaptação a desafios de maior complexidade. 10. Promoção do aprendizado divertido e engajador.	
ATIVIDADE Como se Preparar para uma Entrevista de Emprego	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço de treinamento
Materiais e Equipamentos	Flip chart, projetor, materiais para simulação
Descrição da atividade: Oficina prática para preparar os participantes para entrevistas de emprego, abordando desde a apresentação pessoal até as respostas estratégicas às perguntas mais comuns. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao mercado de trabalho e à importância da entrevista. 2. Construção de uma apresentação pessoal assertiva. 3. Dicas de vestimenta e linguagem corporal. 4. Como responder perguntas frequentes de forma estratégica. 5. Técnicas para abordar temas desafiadores com confiança. 6. Dinâmicas de simulação de entrevistas. 7. Análise de pontos fortes e áreas de melhoria. 8. Reflexão sobre os tipos de entrevistas: presencial, online e dinâmica de grupo. 9. Estratégias para controle de ansiedade e gestão emocional. 10. Encerramento com <i>feedback</i> coletivo. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação assertiva e clara. 2. Controle emocional em situações de pressão. 3. Confiança para apresentar habilidades e competências. 4. Capacidade de responder a perguntas de forma estruturada. 5. Melhoria da linguagem corporal e da postura. 6. Planejamento e organização de informações pessoais e profissionais. 7. Desenvolvimento de empatia e habilidades interpessoais. 8. Adaptação a diferentes contextos de entrevista. 9. Reflexão sobre a importância do preparo prévio. 10. Promoção da autoconfiança e resiliência.	
ATIVIDADE Informática: Introdução ao Excel	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 15 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Laboratório de informática ou sala equipada com computadores
Materiais e Equipamentos	Computadores com Excel instalado, projetor
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina os conceitos básicos do Excel, preparando os participantes para utilizar a ferramenta em atividades profissionais e acadêmicas. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao Excel e sua interface. 2. Criação e formatação de planilhas. 3. Uso de fórmulas e funções básicas. 4. Técnicas de organização de dados em tabelas. 5. Geração de gráficos simples. 6. Aplicação prática em atividades do dia a dia. 7. Exercícios para resolver problemas com cálculos automatizados. 8. Introdução a atalhos e dicas de produtividade. 9. Simulação de projetos utilizando o Excel. 10. Encerramento com <i>feedback</i> e esclarecimento de dúvidas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Compreensão básica das funcionalidades do Excel. 2. Capacidade de organizar e manipular dados em planilhas. 3. Aplicação de fórmulas e funções para resolver problemas. 4. Criação de gráficos para visualização de informações. 5. Promoção da produtividade e eficiência no uso do Excel. 6. Desenvolvimento de pensamento lógico e estruturado. 7. Solução prática de problemas do cotidiano com planilhas. 8. Adaptação a ferramentas tecnológicas para diferentes contextos. 9. Planejamento e execução de projetos com dados organizados. 10. Fomento à autonomia no aprendizado contínuo.	
ATIVIDADE	
CULINÁRIA EMPREENDEDORA - APRENDA A FAZER BELISCÕES	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 16 anos
Público estimado	20 pessoas

Local de realização da atividade	Cozinha equipada ou espaço adaptado para práticas culinárias
Materiais e Equipamentos	Fornos, tigelas, espátulas, rolos de massa, formas, ingredientes básicos (farinha, açúcar, margarina, recheios variados)
Descrição da atividade: Oficina prática que ensina o preparo de beliscões (biscoitos recheados), com foco em técnicas culinárias simples e dicas para transformar essa habilidade em uma oportunidade de empreendedorismo. Conteúdo Programático: 1. Introdução à culinária empreendedora: como transformar receitas em negócio. 2. Apresentação dos ingredientes e utensílios necessários. 3. Técnicas básicas de preparo da massa para beliscões. 4. Escolha e preparo de recheios tradicionais e criativos. 5. Modelagem e montagem dos beliscões. 6. Técnicas de assamento e dicas para obter um resultado perfeito. 7. Embalagem e apresentação dos produtos para venda. 8. Cálculo de custos e precificação dos beliscões. 9. Estratégias de marketing e venda para pequenos negócios. 10. Encerramento com degustação e avaliação coletiva. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Conhecimento básico de técnicas culinárias. 2. Planejamento e organização na produção de alimentos. 3. Habilidade para calcular custos e definir preços. 4. Criatividade na personalização de receitas e apresentações. 5. Reflexão sobre empreendedorismo e geração de renda. 6. Desenvolvimento de atenção aos detalhes no preparo. 7. Trabalho em equipe e colaboração em projetos culinários. 8. Promoção da autoconfiança para iniciar pequenos negócios. 9. Habilidade para criar estratégias de venda e fidelização de clientes. 10. Valorização da gastronomia como forma de expressão e sustento.	

ATIVIDADE	
MATEMÁTICOS EM AÇÃO: A AVENTURA DOS NÚMEROS	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos

Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou laboratório de matemática
Materiais e Equipamentos	Calculadoras, papéis, lápis, réguas, jogos matemáticos
Descrição da atividade: Oficinas dinâmicas e interativas que estimulam o raciocínio lógico e o amor pela matemática, explorando números e conceitos por meio de desafios e atividades práticas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à importância dos números no dia a dia. 2. Atividades de raciocínio lógico e resolução de problemas. 3. Jogos matemáticos para estimular o aprendizado. 4. Exploração de formas geométricas e medidas. 5. Aplicação prática de conceitos de aritmética e álgebra. 6. Desafios de cálculo mental e estratégias. 7. Reflexões sobre a aplicação da matemática na ciência e tecnologia. 8. Dinâmicas de grupo para resolver desafios matemáticos. 9. Planejamento e execução de projetos numéricos criativos. 10. Encerramento com uma competição amigável de matemática. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Raciocínio lógico e pensamento estratégico. 2. Resolução criativa de problemas matemáticos. 3. Habilidade em cálculos mentais e agilidade numérica. 4. Trabalho em equipe e cooperação. 5. Valorização da matemática no cotidiano. 6. Desenvolvimento de autoestima em relação à matemática. 7. Capacidade de interpretar e solucionar desafios. 8. Conexão entre matemática e áreas práticas como ciência e tecnologia. 9. Foco e concentração durante atividades complexas. 10. Promoção do interesse contínuo pela aprendizagem matemática.	
ATIVIDADE ESPANHOL	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Jovens e adultos a partir de 12 anos

Público estimado	20 pessoas
Local de realização da atividade	Sala de aula ou espaço com recursos audiovisuais
Materiais e Equipamentos	Quadro, marcadores, materiais impressos, projetor, recursos audiovisuais
Descrição da atividade: Oficina prática de introdução à língua espanhola, voltada para a comunicação básica, com ênfase em situações do cotidiano e aspectos culturais dos países hispanofalantes. Conteúdo Programático: 1. Introdução ao espanhol: alfabeto e pronúncia. 2. Cumprimentos e apresentações básicas. 3. Vocabulário essencial: família, profissões, alimentos e lugares. 4. Estrutura gramatical básica: verbos no presente e frases simples. 5. Práticas de leitura e escrita de textos curtos. 6. Dinâmicas de conversação em situações do dia a dia. 7. Exploração da cultura dos países de língua espanhola: música, gastronomia e tradições. 8. Jogos interativos para fixação do vocabulário. 9. Reflexão sobre a importância do bilinguismo no mundo atual. 10. Encerramento com avaliação e atividades práticas. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Comunicação básica em espanhol. 2. Compreensão auditiva e oral. 3. Desenvolvimento da habilidade de leitura e escrita. 4. Expansão do vocabulário e aplicação prática. 5. Sensibilidade cultural e valorização da diversidade. 6. Promoção da confiança na interação em outro idioma. 7. Reflexão sobre a importância do aprendizado de línguas. 8. Estímulo à curiosidade por novas culturas. 9. Capacidade de aplicar o idioma em situações reais. 10. Resiliência e motivação para o aprendizado contínuo.	

ATIVIDADE	
JOGOS ECOLÓGICOS: EXPLORADORES DA NATUREZA	
Escola da parceria em que será realizada	EMEF Vladimir Herzog
Carga horária	Oficinas de 1 hora e 30 minutos
Faixa etária	Crianças e jovens de 8 a 15 anos
Público estimado	15 pessoas
Local de realização da atividade	Espaço ao ar livre ou sala ampla

Materiais e Equipamentos	Materiais recicláveis, cartolinas, cordas, folhas, sementes, fichas de atividades
Descrição da atividade: Oficina lúdica que utiliza jogos e dinâmicas para ensinar sobre a importância da preservação ambiental e promover a conexão com a natureza, com foco em práticas sustentáveis e ecológicas. Conteúdo Programático: 1. Introdução à ecologia: conceitos básicos e importância. 2. Dinâmicas de grupo para explorar o ciclo da natureza. 3. Jogos de exploração e caça ao tesouro com temas ambientais. 4. Atividades práticas com materiais recicláveis. 5. Reflexões sobre biodiversidade e cuidado com os recursos naturais. 6. Criação de cartazes e maquetes ecológicas. 7. Práticas de plantio e cuidado com a terra. 8. Discussão sobre os "3 Rs" (Reduzir, Reutilizar, Reciclar). 9. Planejamento de ações sustentáveis no dia a dia. 10. Encerramento com roda de conversa e partilha de aprendizados. Habilidades a serem desenvolvidas: 1. Consciência ambiental e respeito pela natureza. 2. Trabalho em equipe em atividades ecológicas. 3. Capacidade de resolver problemas de forma sustentável. 4. Criatividade na reutilização de materiais. 5. Promoção da responsabilidade social e ambiental. 6. Desenvolvimento de habilidades práticas em conservação. 7. Reflexão crítica sobre hábitos de consumo. 8. Promoção da autoestima e do senso de pertencimento à natureza. 9. Estímulo à curiosidade e ao aprendizado ativo. 10. Sensibilização para a importância de práticas sustentáveis.	

7.4. Sugestão de datas e temas dos eventos temáticos

1. Espetáculo de Dança:

- Data: Novembro/24
- Atividades Especiais: Apresentações de danças folclóricas, música regional.
- Apresentação Especial: Grupo de Danças – Vania Molla

- Oferta de Lanches.

2. Dança de Rua:

- Data: Janeiro/25
- Atividades Especiais :Apresentação de modalidades da dança de rua.
- Apresentação Especial: Grupo de dança de rua: Dança de Rua do Brasil
- Oferta de Lanches.

3. Carnaval da Comunidade:

- Data: Março/25
- Atividades Especiais: Desfile de blocos carnavalescos, concurso de fantasias, música ao vivo, pintura facial, e atividades recreativas.
- Apresentação Especial: Escola de samba local ou grupo de ritmos carnavalescos.
- Oferta de Lanches.

4. Talentos da Comunidade:

- Data: Maio/25
- Atividades Especiais: Concurso de talentos com performances musicais, danças, teatro, poesia, e exposição de artes visuais.
- Apresentação Especial: Espetáculo de variedades com participação dos talentos locais.
- Oferta de Lanches.

5. Festa Junina Cultural:

- Data: Julho/25
- Atividades Especiais: Quadrilha junina, barracas temáticas com comidas típicas, brincadeiras tradicionais e decoração temática.
- Apresentação Especial: Apresentação de grupos de dança folclórica e música caipira.
- Oferta de Lanches.

6. Circo na Comunidade:

- Data: Setembro/25
- Atividades Especiais: Espetáculo circense com palhaços, malabaristas, acrobatas, e atividades circenses interativas para crianças e adultos.

- Apresentação Especial: Apresentação de um circo itinerante ou grupo de artistas circenses.
- Oferta de Lanches.

7. Festival de Música Popular Brasileira:

- Data: Novembro/25
- Atividades Especiais: Show de MPB com artistas locais, karaokê com músicas brasileiras, oficinas de instrumentos musicais, e exposição de discos e memoráveis da música brasileira.
- Oferta de Lanches

8. Semana da Cultura Afro-Brasileira:

- Data: Janeiro/26
- Atividades Especiais: Workshops de capoeira, danças afro-brasileiras, exposição de arte afrodescendente, e palestras sobre a cultura negra no Brasil.
- Apresentação Especial: Apresentação de grupos de percussão e dança afro.
- Oferta de Lanches.

9. Mostra de Artesanato e Cultura Popular:

- Data: Março/26
- Atividades Especiais: Feira de artesanato local, exposição de obras de arte, oficinas de artesanato, e apresentações de manifestações culturais tradicionais.
- Apresentação Especial: Apresentação de grupos folclóricos e artistas populares.
- Oferta de Lanches.

10. Dia do Índio e da Natureza:

- Data: Maio/26
- Atividades Especiais: Vivências indígenas, exposição de artesanato e cultura indígena, oficinas de pintura corporal, e trilhas ecológicas na natureza.
- Apresentação Especial: Apresentação de danças e cantos indígenas.
- Oferta de Lanches.

7.5. Espetáculos mensais

Programação Mensal de Eventos para as 10 Escolas da Parceria (*):

2024

- Outubro: Peça de teatro infantil
- Novembro: Descobrindo a MPB em família
- Dezembro: Adeus Ano Velho, Feliz Ao Novo

2025

- Janeiro: Férias Animadas
 - Fevereiro: Show de Mágica
 - Março: Espetáculo de Circo
 - Abril: Contação de História
 - Maio: Teatro de Fantoche
 - Junho: Oficina de Reciclagem
 - Julho: Convidado Especial
 - Agosto: Dança Folclórica
 - Setembro: Teatro Musical
 - Outubro: Dia das Crianças
 - Novembro: Show de talentos:
 - Dezembro: Bem-vindo 2.026
- (*) todas as escolas terão os mesmos eventos

7.6. Grade horária de atividades

ATIVIDADES MÊS 1

15 dias de planejamento

15 dias de atividades						
8h30 - 9h	Abertura/acolhimento					
9h - 10h30	Atividade	Atividade				
10h30 - 12h	Atividade	Atividade				15horas
12h - 13h	Almoço					
13h - 14h30	Atividade	Atividade				
14h30 - 16h	Atividade	Atividade				
16h - 17h30	Atividade	Atividade				
17h30 - 18h	Encerramento/despedia					
9h - 9h30	Abertura/acolhimento					
9h30 - 11h	Atividade	Atividade	Atividade	Atividade	Atividade	
11h - 12h30		Atividade	Atividade	Atividade	Atividade	13,5 horas
12h30 - 13h	Encerramento/despedia					

ATIVIDADES MESES 2, 3 e 4

8h30 - 9h	Abertura/acolhimento					
9h - 10h30	Atividade	Atividade				
10h30 - 12h	Atividade	Atividade				15horas
12h - 13h	Almoço					
13h - 14h30	Atividade	Atividade				
14h30 - 16h	Atividade	Atividade				
16h - 17h30	Atividade	Atividade				
17h30 - 18h	Encerramento/despedia					
9h - 9h30	Abertura/acolhimento					
9h30 - 11h	Atividade	Atividade	Atividade	Atividade	Atividade	
11h - 12h30		Atividade	Atividade	Atividade	Atividade	13,5 horas
12h30 - 13h	Encerramento/despedia					

ATIVIDADES MESES 5 A 12

8h30 - 9h	Abertura/acolhimento					
9h - 10h30	Atividade 1	Atividade 1	Atividade 1	Atividade 1	Atividade 1	
10h30 - 12h	Atividade 2	Atividade 2	Atividade 2	Atividade 2	Atividade 2	15 horas
12h - 13h	Almoço					
13h - 14h30	Atividade 3	Atividade 3	Atividade 3	Atividade 3	Atividade 3	
14h30 - 16h	Atividade 4	Atividade 4	Atividade 4	Atividade 4	Atividade 4	
16h - 17h30					Atividade 5	16,5 horas
17h30 - 18h	Encerramento/despida					
9h - 9h30	Abertura/acolhimento					
9h30 - 11h	Atividade 6	Atividade 6	Atividade 6	Atividade 6	Atividade 6	
11h - 12h30	Atividade 7	Atividade 7	Atividade 7	Atividade 7	Atividade 7	15 horas
12h30 - 13h	Encerramento/despida					
	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	Grupo 4	Grupo 5	
	esportes	esportes	cultura	cultura	profissional	