



**BARRA DO GARÇAS** Ano 2009

Estado de Mato Grosso  
**Plenário das Deliberações**

**APROVADO**  
EM SESSÃO 06 / 01 / 09  
*[Handwritten signature]*

PROTOCOLO		
Protoc. n.º <u>006</u> , Liv. <u>021</u> Fls. <u>012</u> , em <u>06/01/09</u> Horas: <u>19:05</u>  <i>[Handwritten signature]</i> _____ Funcionário	<input type="checkbox"/> Projeto de Lei <input type="checkbox"/> Projeto Decreto Legislativo <input type="checkbox"/> Projeto de Resolução <input type="checkbox"/> Requerimento <input checked="" type="checkbox"/> Indicação <input type="checkbox"/> Moção de <input type="checkbox"/> Emenda	N.º <u>005</u> /2009

AUTOR: Vereador **CARLOS JOSÉ SÁVIO DE CARVALHO** – PDT

Senhor Presidente:

Indico à Mesa, após cumprimento das formalidades regimentais e deliberação do Plenário, seja enviado expediente ao PREFEITO MUNICIPAL, solicitando que seja analisada a possibilidade de implantar e desenvolver o “Projeto Pedagógico”, na modalidade ensino de Karatê-Dô Tradicional, nas escolas municipais, de acordo com cópia em anexo.

Sala das Sessões da Câmara Municipal de Barra do Garças-MT., em 06 de janeiro de 2009.

*[Handwritten signature]*  
**CARLOS JOSÉ SÁVIO DE CARVALHO**  
Vereador – PDT



JUSTIFICATIVA:

Senhor Presidente,  
Senhores Vereadores:

Nosso intuito é justamente oportunizar aos jovens, estudantes da rede municipal de ensino, através do projeto em anexo, acesso a uma prática esportiva saudável, que irá trazer benefícios para a saúde física e mental de nossa juventude.

Portanto, ao analisar o presente projeto, concluímos que o mesmo tem um grande alcance social e que certamente irá promover a educação, o lazer, enfim, o crescimento físico, moral e intelectual de nossos estudantes.

E assim sendo, esperamos contar com a atenção do ilustre Prefeito, no atendimento dessa nossa solicitação.

  
**CARLOS JOSÉ SÁVIO DE CARVALHO**

Vereador - PDT



**ACADEMIA DE KARATE**  
**KARATÊ-DÔ TRADICIONAL**

**ENSINO DE KARATÊ-DÔ TRADICIONAL EM ESCOLAS PÚBLICAS E  
ESCOLINHAS DE INICIAÇÃO ESPORTIVA**  
**PROJETO PEDAGÓGICO**

AV: JK ,Bairro São João ,Barra do Garças, MT



**SENSEI JOSEMAR GOMES DE SOUZA.**

**ENSINO DE KARATÊ-DÔ TRADICIONAL EM ESCOLAS PÚBLICAS E  
ESCOLINHAS DE INICIAÇÃO ESPORTIVA**

**PROJETO PEDAGÓGICO**

Trabalho apresentado à Prefeitura  
Municipal de Barra do Garças, Prefeito

-----  
Através do Secretario Municipal de  
Esporte: Secretária:-----  
-----

**Barra do Garças -MT 2008.**



## **TEMA.**

Ensino do Karatê-Dô Tradicional.

## **DELIMITAÇÃO DO TEMA.**

Ensino do Karatê-Dô Tradicional nas Escolas públicas Municipais, Escolinha de Iniciação Esportiva de Barra do Garças.

## **OBJETIVO GERAL.**

Introduzir o Ensino do Karatê-Dô Tradicional nas Escolas Municipais, e Escolinhas de Iniciação Esportiva de Barra do Garças. Proporcionando, aos praticantes o Ensino do Karatê-Dô Tradicional como esporte, arte e filosofia, que interpreta os mecanismos básicos facilitadores de um trabalho consciente do corpo e da mente, para além de uma prática de defesa pessoal, tanto no aspecto preventivo como pró – ativo.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Dar suporte à recuperação e integração social de crianças de rua e/ ou carentes, oriundas de parcelas da população desprovidas de recursos, através da prática atraente e cada vez mais procurada do Karatê, conduzindo-as para as atividades escolares (inclusive) como requisito básico à prática deste esporte.

- Afastar crianças e jovens das drogas e das ruas, enfim, de atividades nocivas e elas próprias e à sociedade, oferecendo-lhes um objetivo de vida, uma segurança pessoal maior e uma estrutura moral e filosófica para se apoiarem;

- possibilitar aos alunos a execução dos exercícios físicos e mentais preparatórios para as técnicas do Karatê.

- Treinar os alunos nas técnicas do Karatê:

➤ Kata (luta imaginária): seqüência de golpes rítmicos (defesa e ataque) considerado um oponente imaginário.

➤ Kumite: princípios de aplicação das técnicas e métodos de treinamento de lutas, baseados no kendô;

➤ Filosofia do Budô: conquista da estabilidade emocional e da autoconfiança, através de treino rigoroso e vida disciplinada; desenvolvimento da intuição, no sentido de perceber o ataque do adversário antes mesmo do início do seu movimento e da capacidade de analisar o adversário, para prevenir-se contra surpresa; formação do hábito de saúde, como o uso da meditação **zen** .



## **PROGRAMAS.**

### 1. CONCEITOS

- 1.1. Karatê Dô Tradicional e Educação Física
- 1.2. O Karatê como Esporte
- 1.3. O Karatê como Arte
- 1.4. O Karatê como Filosofia
- 1.5. O Karatê como Defesa Pessoal

### 2. BIOMECÂNICA DO KIHON

- 2.1. Fundamentos
- 2.2. Exercícios preparatórios. Preparação física e adequação psicossocial do atleta.
- 2.3. Pontos básicos (mentais, posições, kime, dinâmica)
- 2.4. Técnicas: pés, mãos, cotovelos, joelhos (e outros)
- 2.5. Andar, chutar, socar, rolar e saltar
- 2.6. Kihon ippon; Shiai Kumite (luta)
- 2.7. Katas básicos e avançados

### 3. OS KATAS E SUAS APLICAÇÕES

- 3.1. Os katas e a graduação oficial por faixas (CBKT – ITKF). Fundamentos; regulamento ITKF
- 3.2. Katas e seus significados
- 3.3. Pontos importantes dos Katas. Ordem correta dos Katas
- 3.4. Técnica de cada Kata básico e superior
- 3.5. Ritmo e senso oportuno dos Katas. Respiração adequada nos Katas
- 3.6. Consciência do alvo nos Katas. Embu – zen. O significado de cada movimento nos Katas

### 4. COMPETIÇÃO ESPORTIVA DO KARATÊ

- 4.1. Kumite: luta por pontos
- 4.2. Em - bu: teatro marcial, defesa pessoal coreografada
- 4.3. Fukugo: disputa de Katas e Kumite
- 4.4. Equipes de competição: masculina, feminina e mista
- 4.5. Organização de campeonatos

### 5. ARBITRAGEM

- 5.1. Regras de competição
- 5.2. Treinamento e qualificação do árbitro
- 5.3. Formas de avaliação do atleta
- 5.4. Formas de avaliação do árbitro



## **JUSTIFICATIVA.**

O Município de Barra do Garças, é uma cidade que vem se desenvolvendo a passos largos, o que muitas vezes, acarreta um empobrecimento nos aspectos urbanos, meio ambiente, educação, saúde, promoção social, enfim, de praticamente todas as áreas relacionadas com o bem-estar da comunidade.

A prática correta do Karatê-Dô Tradicional, vem auxiliar, a resgatar o estado de bem-estar a todo cidadão que nela reside. Consideramos que estas ações devam priorizar as classes menos favorecidas socialmente.

Desta forma, elaboramos um projeto que chamamos pedagógico, mas que proporcionará o trabalho integrado de três Secretarias Municipais, principalmente: A Secretaria de Assistência Social, a Secretaria de Educação e a Secretaria de Esportes.

Ele visa introduzir o Ensino do Karatê-Dô Tradicional nas Escolas Públicas Municipais e Escolinhas de Iniciação Esportiva de Barra do Garças, para crianças e jovens de todas as faixas etárias, proporcionando o fortalecimento do corpo e do espírito, além de, através da disciplina dos instintos primitivos, aprimorar a personalidade. E tornar o ensino do Karatê uma prática de defesa pessoal, tanto no aspecto preventivo como prático. Incorporar a visão do Karatê como arte e filosofia, que interpreta os mecanismos básicos facilitadores de um trabalho consciente do corpo.

Desta forma, dar suporte à recuperação e integração social de crianças de rua e/ou carentes, oriundas de parcelas da população desprovidas de recursos, através da prática atraente e cada vez mais procurada do Karatê, conduzindo-as para as atividades escolares (inclusive) como requisito básico à prática deste esporte; afastar crianças e jovens das drogas e das ruas, enfim, de atividades nocivas a elas próprias e à sociedade, oferecendo-lhes um objetivo de vida, uma segurança pessoal maior e uma estrutura moral e filosófica para se apoiarem.

O Karatê tem por lemas: Esforçar-se para a formação do caráter; criar intuito de esforço; respeitar acima de tudo; conter o espírito de agressão; fidelidade ao verdadeiro caminho da razão.

Esperamos, portanto, com este Projeto, estar propondo ações concretas para alguns aspectos de bem-estar dos nossos cidadãos através do Ensino do Karatê-Dô Tradicional nas Escolas Municipais, contribuindo para que o ambiente escolar seja ainda mais atraente para as crianças e os jovens.



## **ORÇAMENTO.**

### **1 – Pessoal:**

Coordenador: horas/atividades: R\$ =R\$

Professor: horas/atividades: R\$ =R\$

### **2 – Gastos de Transporte:**

Participação de Competições e Eventos R\$ . .

### **3 – Material:**

Kimonos para os alunos. Sugestão: A fábrica de uniformes da Prefeitura poderá fabricar com gasto mínimo. Por ser material resistente, à medida que as crianças e os jovens forem crescendo, os seus Kimonos poderão servir para outros alunos.

## **LOCAL E DATA.**

Barra do Garças , 23 de Setembro de 2008.

## **ASSINATURA.**

**Josemar Gomes de Souza**  
Faixa Preta



# Executor do projeto

-Prof. Josemar Gomes de Souza

-Formado pela CBKT confederação  
brasileira de karate do tradicional

-Tel: 9207-8220 3401-4539