

NOME:

FAIXA:

GRAU:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
JANEIRO																															
FEVEREIRO																															
MARÇO																															
ABRIL																															
MAIO																															
JUNHO																															
JULHO																															
AGOSTO																															
SETEMBRO																															
OUTUBRO																															
NOVEMBRO																															
DEZEMBRO																															

AVALIAÇÃO DAS HABILIDADES

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
DISCIPLINA										
RESPEITO										
COLETIVIDADE										
COOPERAÇÃO										
CONCENTRAÇÃO										
ATENÇÃO										
HIGIENE										
PONTUALIDADE										
CONFIANÇA										
PERSISTÊNCIA										
EQUILÍBRIO EMOCIONAL										

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
TÉCNICA										
EQUILÍBRIO										
VELOCIDADE										
EXECUÇÃO										
MOTRICIDADE GLOBAL										
MOTRICIDADE FINA										
ESTRUT. ESPACIAL										
POSTURA										
FLEXIBILIDADE										
RESISTÊNCIA										
FORÇA										

INÍCIO NOS TREINOS: / /

PROFESSOR / INSTRUTOR

