

EDIÇÃO 16
JULHO
2020

Férias!



FÉRIAS EXTENDIDAS

Dicas para você aproveitar
melhor as suas férias

GUIA PLANCK

Foram mais de 95 Filmes e 05
horas de música para você

HORA DE APRENDER

Indicação de cursos para você
aprender algo novo e diferente

What's Inside?



- 03 Você sabia?
- 04 Como aumentar as férias?
- 06 Livros Gratuitos
- 07 Viajando pela 7ª arte
- 10 Depois das provas, vem a diversão
- 21 Nossas edições

Nota do Editor

Vocês venceram! Independente de como foi o caminho percorrido por cada um de vocês durante este semestre, você são vencedores! Estamos vivendo um período histórico, que está exigindo um grande esforço, de cada um de nós, mas vocês vivenciaram 4 fases diferentes este ano, que exigiram adaptações diferentes.

Durante este processo sempre estivemos por perto, criando e fortalecendo laços, seja nos atendimentos, aulas, torneios, entre outros. Chegaram as férias! Aproveitem este momento para valorizarem suas conquistas e descansarem para as próximas aventuras! Grande abraço a todos!

Professor Leonardo Lobo
 Coordenador de Esportes



Você sabia?

As férias foram criadas pelos romanos, que designavam os dias de celebração de início ou término das colheitas ou de repouso para práticas religiosas. Atualmente, os nossos feriados realizam esta dinâmica.

O período de férias, como conhecemos atualmente, surgiu no Reino Unido, no século XIX, durante a II Revolução Industrial.

Como aumentar as Férias?

Estratégias para aproveitar melhor o tempo

"Time is free, but it's priceless. You can't own it, but you can use it. You can't keep it, but you can spend it. Once you've lost it you can never get it back."

Harvey Mackay

A palavra planejar muitas vezes lembra algo como trabalho, estudo e outras tarefas que não estão diretamente relacionadas as atividades que pensamos em fazer nas férias, certo? Nem sempre, pois em férias anteriores planejávamos nossas viagens e mesmo agora no isolamento o ato de planejar não deve ficar de fora, pois esta ação nos auxilia a aproveitar melhor o tempo.

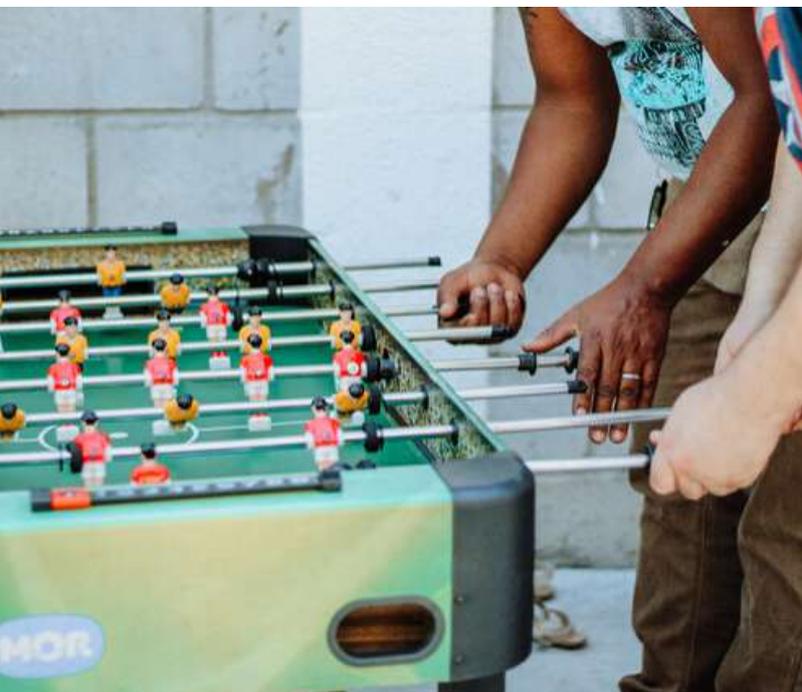
Você pode estar se perguntando como isso ocorre na prática. A partir disto iremos começar com as nossas dicas de como aproveitar melhor o seu tempo.

1 Liste todas as atividades que você gostaria de realizar durante as férias. Faça a sua To Do List.

2 Pegue o calendário do mês de julho ou monte uma tabela com todos os dias da suas férias.

3 Tente distribuir estas atividades do passo 1 no calendário do passo 2. Use esta estratégia como um guia, não como algo que deve ser feito a qualquer custo. Os imprevistos irão surgir, e quando eles aparecerem, você apenas irá ajustar a atividade prevista para outro dia ou horário. Aproveite esta organização para agendar os vídeos com os amigos e amigas, anotar os aniversários e até mesmo os momentos de leitura, jogos e séries. Agora o mais importante, DIVIRTA-SE!



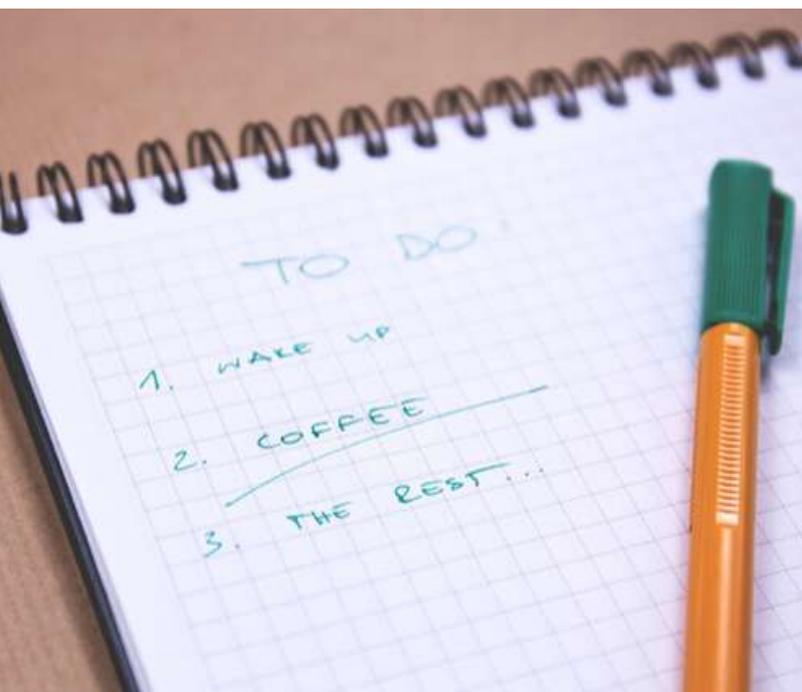


Dicas para "aumentar" meu tempo

App Any.do



Este App é muito útil para você organizar suas tarefas. Além de servir como sua To Do List pessoal, ele permite você criar categorias, programar alarmes, sincronizar com a sua Conta Google e até mesmo compartilhar listas com outras pessoas como, por exemplo, manter uma lista de supermercado com todos de casa. Desta forma, você pode adicionar itens mesmo estando longe, sem precisar ligar para quem foi no supermercado.



Calculadora literária



Você tem uma seleção de livros que você gostaria de ler durante as férias, se programou para ler um pouco cada dia, mas será que este tempo será suficiente? Duas dicas para organizar a quantidade de tempo; 1ª dica: Anote quanto tempo que você gasta para ler um página do livro, depois multiplique pelo número de páginas e divida pelo número de dias que você gostaria de finalizar o livro. 2ª dica: Clique na imagem acima e utilize a ferramenta disponibilizada pela Tag Livros, para você calcular o tempo que irá levar para ler o livro em um mês.



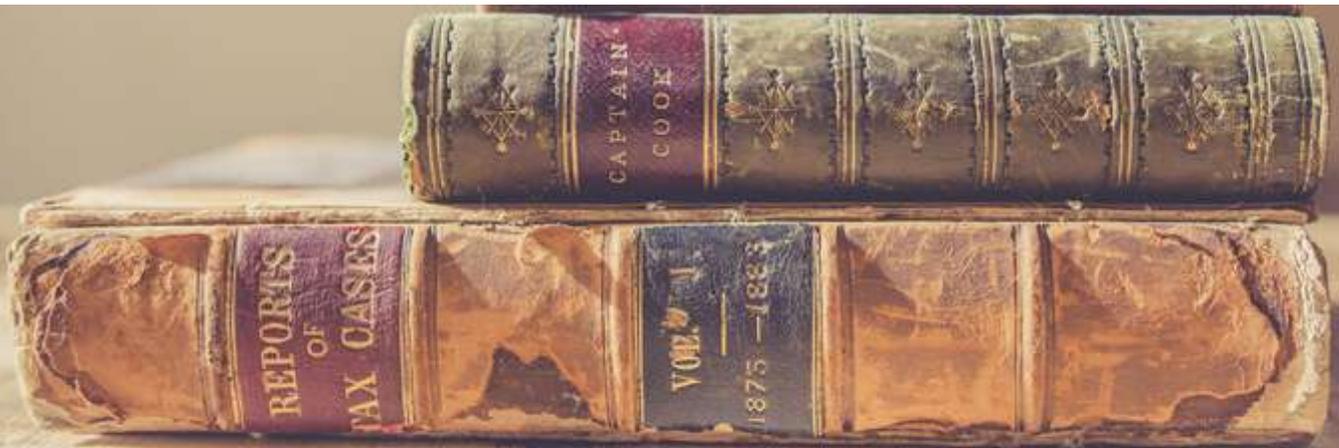
Livros Gratuitos



Esta dica é para todos os tipos de leitores: a Amazon.com.br está disponibilizando uma enorme quantidade de livros virtuais gratuitos. Tem livro de gestão, nutrição, romance, história e muito mais. Para acessar basta clicar no ícone ao lado.



"Uma biblioteca digital é onde o passado encontra o presente e cria o futuro." É com esta frase, do Ex-Presidente da Índia Avul Kalam, que esta plataforma governamental inicia a apresentação da sua missão, que é compartilhar conhecimento com todos os usuários da Internet. Com mais de 43 milhões de acessos, a plataforma disponibiliza textos, vídeos e áudios de domínio público. Acesse uma lista com 305 livros clicando no livro ou clique no logo do portal para ter acesso a todo acervo.



VIAJANDO PELA 7ª ARTE

DICAS DE FILMES QUE APRESENTAM AS CIDADES E PAÍSES POR ONDE FORAM "RODADOS"



clique na imagem para acessar o vídeo na plataforma correspondente
 Utilize o celular na horizontal para melhor visualização



MEIA NOITE EM PARIS PARIS

Descubra através deste filme, de Woody Allen, como Paris pode ser mágica depois da meia noite.

O TURISTA VENEZA

Johnny Deep e Angelina Jolie deixam claro quanta ação pode ocorrer em uma viagem.



NETFLIX

12 Anos



14 Anos

ENCONTROS E DESENCONTROS TOKIO

Neste filme podemos entender porque as vezes é necessário se perder para se encontrar.



PERFUME DE MULHER NOVA YORK

Al Pacino ganhou o Oscar de melhor ator ao interpretar um coronel aposentado, cego e rabugento, que começa a mudar após conhecer um jovem estudante.




Livre



MISSÃO IMPOSSÍVEL: PROTOCOLO FANTASMA DUBAI

Ethan Hunt embarca para Dubai para mais uma missão impossível, cheia de ação e muitos efeitos especiais.



14 Anos

UM LUGAR CHAMADO NOTTING HILL LONDRES

O bairro mais famoso de Londres é o cenário para este romance entre uma famosa atriz e um desconhecido vendedor de livros.




Livre



ANTES DO AMANHECER VIENA

Imagina como seria viver um romance na capital mundial da música?

TELE CINE
TELE CINE
 seu momento cinema

14 Anos

KARATE KID PEQUIM

Disciplina e humildade são as lições que o pequeno Dre Parker irá aprender através do Kung Fu.


HBO GO

10 Anos

TELE CINE
TELE CINE
 seu momento cinema


A BAILARINA PARIS

Acompanhe o sonho de uma jovem garota na Cidade Luz.

NETFLIX

Livre

UP – ALTAS AVENTURAS MONTE RORAIMA

O sonho deste senhor é morar no Paraíso das Cachoeiras, localizado na fronteira entre Brasil, Venezuela e Guiana.



 globoplay

NETFLIX

Livre

depois das provas, **Vem a**
DIVERSÃO!

A SEGUIR, PREPARAMOS UM RESUMO DE TUDO QUE FOI PUBLICADO NAS EDIÇÕES DO GUIA PLANCK. FIQUE POR DENTRO PARA QUE VOCÊ POSSA ACESSAR AQUILO QUE AINDA NÃO CONSEGUIU ASSISTIR OU REVER O QUE MAIS GOSTOU.



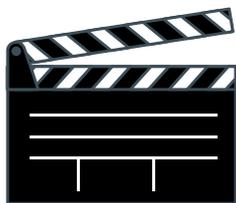
Músicas

Indicamos ao longo das edições 670 músicas.



Esportes

19 eventos esportivos, entre corridas, partidas de basquete e muito mais.



Filmes

com esta edição, temos 97 indicações de filmes e/ou documentários.



Tour Virtual

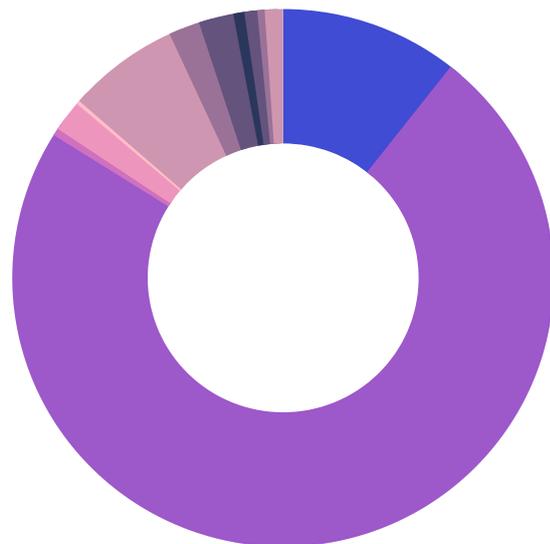
61 passeios virtuais estiveram presentes em nossas páginas.



Shows

17 espetáculos culturais estiveram em cena nas nossas edições.

Shows 1.9%
 Filmes 10.6%
 Tours Virtuais 6.7%



Músicas
73.3%

NOSSO GUIA EM NÚMEROS

16 EDIÇÕES

+5 Horas de músicas indicadas

10 Participações de Estudantes

178 Número de Páginas

788 Curtidas no Instagram

NOSSAS EDIÇÕES GUIA PLANCK



**APROVEITE PARA VER O QUE NÃO DEU TEMPO OU
RELEMBRAR O CONTEÚDO QUE MAIS GOSTOU**



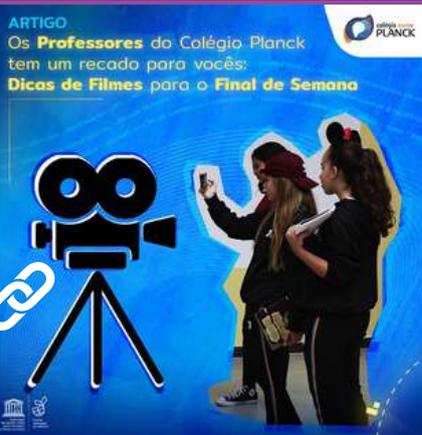
Clique na imagem para acessar a edição correspondente
Utilize o celular na horizontal para melhor visualização



1ª EDIÇÃO - ESPORTES

Você já ouviu falar no Michael Jordan, Magic Johnson, Kobe Bryant? Quer ver estas feras em quadra? Você sabia que temos aqui na região uma verdadeira seleção de Vôlei? O time Vôlei Taubaté é o atual campeão da Superliga.

Este foi o conteúdo da nossa 1ª Edição!



2ª EDIÇÃO - FILMES

Se você é fã da 7ª arte, agora chegou a sua vez!!

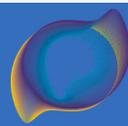
Você quer conhecer um pouco mais sobre os nossos queridos docentes? Então veja só, o Nosso Time de Professores montou uma verdadeira lista de clássicos para vocês!

Então, pode preparar a sua pipoca e chamar toda a família!

3ª EDIÇÃO - MÚSICAS

Para você curtir um bom som, o nosso Time de Professores preparou uma lista de álbuns de grandes bandas para você curtir!

Então, de play no som e curta esses maravilhosos álbuns! Depois, se puder, poste nas redes sociais agradecendo o professor ou professora que indicou o álbum com a #PlanckTeacher&Music.

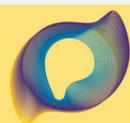


4ª EDIÇÃO BELEZAS NATURAIS

Em comemoração ao dia do descobrimento do Brasil, dia 22 de abril,, elaboramos uma lista de belezas brasileiras, com lugares das 5 regiões do Brasil, tudo isso para você visitar e curtir com segurança.

5ª EDIÇÃO - DANÇA

Para comemorar o dia Internacional da Dança (29/04), selecionamos diversas apresentações sobre o mundo da dança para vocês se inspirarem. Esta edição está recheada com apresentações de ballet, recordes mundiais e campeonatos. Tudo isso para você sair dançando!



6ª EDIÇÃO AUTOMOBILISMO

Para alguns lembrarem, e outros conhecerem um pouco mais sobre o Ayrton Senna e sobre o automobilismo. O aluno Fernando Schwabe, da 3ª Série do Ensino Médio, com o apoio do Professor Leonardo Lobo, elaborou o Guia Planck de Automobilismo. Além desse Guia espetacular, Fernando fez uma entrevista com o Jornalista, especialista em Fórmula 1, Lito Cavalcanti!

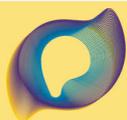
7ª EDIÇÃO - MÃE

Nesta edição comemorativa para o Dia das Mães apresentamos sugestões de filmes, alguns poemas que aquecem o nosso coração e também a lista de apresentações da Semana Musical, ação promovida pelos estudantes da Rádio Planck em homenagem a todas as mães.



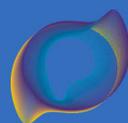
8ª EDIÇÃO - MUSEUS

Para o Dia Internacional dos Museus, 18 de maio, apresentamos uma lista de museus divididos em três categorias, a saber: Museus Mundiais, Museus Brasileiros e Museus de São José dos Campos e Região. Aproveite nossa edição, prepare o roteiro e venha conhecer um pouco mais da nossa história.



9ª EDIÇÃO HAMBÚRGUER

Em comemoração ao Dia Mundial do Hambúrguer, 28 de maio, preparamos um verdadeiro cardápio de conteúdo. Temos uma entrevista com a nutricionista Ana Carolina Rodrigues, abordando a diferença entre o alimentar e o nutrir, além de filmes, documentário, cursos, curiosidades e dicas para manter uma vida ativa.



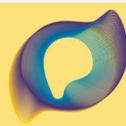
10ª EDIÇÃO MEIO AMBIENTE

Para o Dia Internacional do Meio Ambiente elaboramos um Guia Planck com a participação da Professora Regina, a apresentação dos 5Rs da sustentabilidade, além, de filmes, documentário e Indicações de músicas. Nesta edição temos também uma entrevista com os Professores Fernando e Quinho falando sobre a Semana Internacional da Educação Artística.



11ª EDIÇÃO - TÊNIS

Para o Dia do Tenista, 09 de junho, elaboramos um Guia Planck com tudo sobre o mundo do Tênis. Nesta edição tivemos a participação de 5 estudantes atletas da nossa Família Planck, que prepararam diversos conteúdos sobre a modalidade. Temos também a entrevista com o Ricardo Tonicelo (FPT), além de filmes, documentário, Indicações de livros, histórias de atletas brasileiros e muito mais.



12ª EDIÇÃO CINEMA BRASILEIRO

Para o Dia do Cinema Nacional Brasileiro, 19 de junho, elaboramos um Guia Planck com tudo sobre os tesouros brasileiros na 7ª arte. Nesta edição temos matéria sobre a história do cinema brasileiro, importantes personalidades que elevaram o nome do Brasil na 7ª arte e indicações de filmes que tiveram destaque no cinema nacional.

13ª EDIÇÃO - SURF

Para o Dia Internacional do Surf, 20 de junho, elaboramos um Guia Planck com a participação de alguns estudantes. Nesta edição temos matéria sobre o que é Brazilian Storm, as caras do Brasil na história do Surf, Surf olímpico, as melhores praias da nossa região para surfar e uma entrevista com o Professor e Árbitro de Surf Rafael Dias.



14ª EDIÇÃO MÍDIAS SOCIAIS

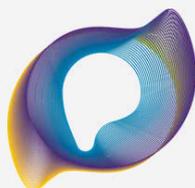
Para comemorarmos o Dia das Mídias Sociais, 30 de junho, elaboramos um Guia Planck de Mídias Sociais. Nesta edição, mostramos os brasileiros que são destaque nas redes sociais, as mídias e redes sociais em números, dicas de filmes e documentários sobre redes sociais, a história das redes e uma entrevista com o Professor de Mídias Sociais do Colégio Planck, Daniel Borges.

15ª EDIÇÃO - CHOCOLATE

Para o Dia Mundial do Chocolate, 07 de julho, elaboramos um Guia Planck Chocolate. Nesta edição começamos pela origem do chocolate, qual seu impacto em nossa saúde e vamos também conhecer alguns vencedores do International Chocolate Awards, além de filmes e séries que fazem parte deste mundo. Nesta edição, temos também uma entrevista com Adriano Grilo, fundador da Cacauholic, contando algumas curiosidade para a gente.



**NÚCLEO
PLANCK DE
ESPORTES**



colégio **curso**
PLANCK

Saiba mais em
www.colegioplanck.com.br

