

Divulgação das boas práticas

Nome da escola

E.E. José Geraldo Vieira

Nome do diretor

Teder Roberto Sacoman

Nome do coordenador

Carina de Santana Silva Lopes

Nome do atividade

“Atividade Física: Pouco Vale Muito!”.

Tipo de atividade

Desafio.

Participantes

40

Data de realização

05/04/2021

Público

Alunos.

Organização

Mirailton dos Santos

Simone Techima

Objetivo

De acordo com o documento ““Manifesto Internacional para a Promoção da Atividade Física no PósCOVID-19”, destaca-se os seguintes objetivos com o olhar para a comunidade escolar: 1. Focar no aumento dos estímulos e das oportunidades para o exercício de uma vida mais ativa no contexto da escola. Na retomada das atividades presenciais, será necessária uma profunda revisão do ambiente escolar, transformando-o em um polo promotor da atividade física combinado com a redução do comportamento sedentário, promovendo, dessa forma, a saúde ao longo da vida. 2. Buscar estratégias inovadoras para que as pessoas pratiquem suas atividades físicas em casa e nos ambientes abertos, respeitando-se todas as recomendações sanitárias de cada região, especialmente quando em locais fechados. 3. Incentivar o uso dos meios digitais para disseminar estratégias, recursos, modos e exemplos na promoção da atividade física e redução de comportamento sedentário, no sentido de levar as pessoas à adoção de um estilo de vida mais ativo e saudável.”

Justificativa

Segundo “Manifesto Internacional para a Promoção da Atividade Física no Pós-COVID-19: ... Urgência de uma chamada para a ação o isolamento físico decorrente das medidas sanitárias veio agravar o nível de sedentarismo mundial, motivando importantes pesquisadores e instituições, nacionais e internacionais, a chamarem a atenção para a necessidade de se promover a atividade

física durante a pandemia” Ainda segundo o documento “A atividade física é um comportamento presente nas diversas dimensões da existência humana, devendo ser considerada como fundamental para a qualidade de vida em todas as faixas etárias. A alta prevalência de inatividade física traz consequências para a saúde individual e coletiva, com significativo impacto econômico e social. Para que todo o potencial da prática de atividade física seja alcançado, sua promoção, aliada à proposta de redução do comportamento sedentário, devem ser encaradas como um desafio de todos, principalmente em tempos de redução das oportunidades de prática, como na atual pandemia da COVID-19. Nunca os determinantes sociais da saúde e da qualidade de vida precisaram ser enfrentados de maneira tão ampla e urgente, com especial destaque a outro fator fundamental nas relações humanas e no combate às desigualdades e à intolerância: a solidariedade entre as pessoas, comunidades, cidades e nações.

Sobre a prática

Durante a semana do dia mundial da atividade física o Professor Mirailton Dos santos Alves desenvolveu e enfatizou com suas classes, o desafio “Atividade Física: Pouco Vale Muito!” Provocando o interesse em fazer a ação bem como usar os meios digitais para disseminação das práticas. Sendo assim os alunos desenvolveram atividades físicas no contexto de seus lares com a família ou sozinhos praticando algum tipo de atividade física, criando pequenos vídeos para apreciação.

