



# CÂMARA MUNICIPAL DE OLINDA

Olinda Patrimônio da Humanidade

PROJETO LEI Nº 87 /2019.

## **Institui a semana municipal do profissional de Educação Física.**

### **A Câmara Municipal de Olinda Aprova:**

**Art. 1º** Fica instituída e incluída no Calendário Oficial de Eventos do Município de Olinda a “Semana Municipal de Educação Física”, que será realizada, anualmente, na primeira semana de Setembro, de modo a coincidir com o Dia do Profissional de Educação Física, previsto na Lei Federal nº 11.342, de 18 de agosto de 2006.

**Art. 2º** Constituem objetivos da Semana Municipal de Educação Física:

I – expor, trocar e difundir conhecimentos teóricos e práticos sobre as mais variadas questões de educação física, através do planejamento, programação e realização de campanhas educativas, cursos, exposições, pesquisas, publicações, reuniões e seminários;


II – conscientizar a importância da prática de atividades físicas regularmente de forma sistematizada e orientada;

III – contribuir para valorização do profissional de educação física.

**Art. 3º** Na Semana Municipal de Educação Física o Poder Público municipal poderá promover atividades esportivas junto aos estabelecimentos de ensino, a fim de incentivar os alunos a praticarem esportes e a desenvolverem relação interpessoal de respeito mútuo, mostrando-lhes a importância do esporte e a prática de atividades físicas, visando à promoção da saúde e a integração social no ambiente escolar.

**Art. 4º** A fim de homenagear os profissionais de Educação Física e incentivar a prática de esportes e atividades físicas, o Poder Público Municipal poderá realizar campanhas educativas e atividades recreativas de esportes nas praças e na Orla de Olinda durante a Semana Municipal de Educação Física, que contará com a participação de órgãos, entidades e profissionais atuantes na prática desportiva, podendo realizar parcerias com associações civis, sindicatos, conselhos, entre outros.

**Art. 5º** Essa Lei entrará em vigor na data de sua publicação.

  
SAULO HOLANDA  
Vereador -

Olinda, 03 de Setembro de 2019.

Câmara Municipal de Olinda  
Protocolado em 03/09/19

03 09 19



## Câmara Municipal de Olinda

Olinda Patrimônio da Humanidade

### **JUSTIFICATIVA**

A prática regular de determinada atividade física reduz substancialmente o risco de morrer de doença cardíaca coronária e diminui o risco de infarto, câncer de cólon, diabetes e pressão alta entre outras doenças.

Sabe-se que pessoas de todas as idades, que estão de um modo geral inativas fisicamente, podem melhorar sua saúde e bem-estar ao praticar atividade física moderada regularmente. A prática de atividades físicas proporcionam resultados positivos na vida de quem às pratica e podem ser facilmente notadas, a prática de atividades físicas ajuda a controlar o peso corporal, contribui para ossos, articulações e músculos saudáveis, reduz o índice de quedas em idosos, ajuda a aliviar a dor da artrite, artrose, diminui os sintomas de ansiedade e depressão e estão associadas à menor número de hospitalizações, visitas médicas e medicação, proporciona maior independência e autonomia para o idoso.

Além desses benefícios, a prática de esportes e atividades físicas melhoram consideravelmente a qualidade de vida das pessoas e ajudam a reduzir os riscos de morte prematura, os benefícios são enormes e dentre eles podemos enumerar:

Redução do risco de desenvolver doença cardíaca coronária e as chances de morrer disso; Redução do risco de infarto; Redução do risco de ter um segundo ataque cardíaco em pessoas que já tiveram um ataque; Diminuição tanto do colesterol total quanto os triglicérides, e eleva o bom colesterol HDL; Diminuição do risco de desenvolver pressão alta; redução da pressão arterial em pessoas que já têm hipertensão; Diminuição do risco de desenvolver diabetes tipo 2 (não dependente de insulina); Redução do risco de câncer de cólon; Auxílio às pessoas que desejam manter um peso ideal; Redução dos sentimentos de depressão e ansiedade; Promoção do bem-estar psicológico e redução sentimentos de estresse; Ajuda na construção e manutenção das articulações, músculos e ossos saudáveis; Ajuda as pessoas idosas a ficarem mais fortes e serem mais capazes de moverem-se sem cair o ficar excessivamente cansadas.

A prática de esportes e de atividades físicas de maneira exacerbada ao invés de ajudar, prejudica a vida de quem as pratica, por isso, é sempre importante ter a orientação de um profissional capacitado na área, sabemos que esses profissionais tem uma importância enorme no desenvolvimento de uma vida saudável, tanto é assim que a Lei Nº 11.342, de 18 de agosto de 2006 foi criada a fim de homenagear esses profissionais e de certa forma atrair a atenção das pessoas quanto a importância da prática de esportes e de atividades físicas, razão pela qual considero oportuna essa grande homenagem aos profissionais de Educação física, ao passo em que homenageando-os incentivamos a prática dos esportes e das atividades físicas.

  
**SAULO HOLANDA**  
**VEREADOR**