



Câmara Municipal de Sorriso

Estado de Mato Grosso

“Sorriso: A Capital Nacional do Agronegócio”

INDICAÇÃO Nº 478/2019



INDICAMOS QUE SEJA INSTITUÍDO O PROJETO CAMINHADA ORIENTADA, NA PRAÇA DA JUVENTUDE, PRAÇA DA INTEGRAÇÃO E PRAÇA DO BAIRRO SANTA MARIA, NO MUNICÍPIO DE SORRISO/MT.

DAMIANI NA TV – PSC, TOCO BAGGIO – PSDB, NEREU BRESOLIN – DEM e DIRCEU ZANATTA – MDB, vereadores com assento nesta Casa, de conformidade com o Artigo 115, do Regimento Interno, requerem à Mesa, que este expediente seja encaminhado ao Exmo. Senhor Ari Lafin, Prefeito Municipal, ao Senhor Emílio Brandão Junior, Secretário Municipal de Esporte e Lazer, **versando sobre a necessidade que seja instituído o Projeto Caminhada Orientada, na Praça da Juventude, Praça da Integração e Praça do Bairro Santa Maria, no município de Sorriso/MT.**

JUSTIFICATIVAS

Considerando que a caminhada orientada consiste na prática do exercício de caminhar, acompanhado de um profissional de Educação Física e sua conduta principal é a elaboração de ações personalizadas, aplicando ciência à prática, com qualidade total de atendimento aos participantes, desenvolvendo estratégias motivacionais de integração, de socialização e de condicionamento físico;

Considerando que o exercício físico é qualquer atividade física que mantém ou aumenta a aptidão física em geral e tem o objetivo de alcançar a saúde e também a recreação;

Considerando que todo exercício físico deve ser sempre realizado sob a orientação de um profissional ou centro desportivo qualificado, pois a prática do exercício somente nos permite atingir os objetivos esperados quando é devidamente orientada;

Considerando que a razão da prática de exercícios inclui: o reforço da musculatura e do sistema cardiovascular; o aperfeiçoamento das habilidades atléticas e a perda de peso;

Considerando que os exercícios físicos realizados de forma regular ou frequente estimulam o sistema imunológico, ajudam a prevenir doenças (como cardiopatia/ doenças cardiovasculares) moderam o colesterol, ajudam a prevenir a obesidade e outras coisas;

Considerando que a caminhada é uma atividade física de esforço físico seguro, pois os riscos de lesões cardiovasculares e ortopédicas são reduzidas se for realizada com segurança, atenção, com a prescrição e orientação de profissional, resultando em importantes efeitos benéficos nos aspectos físicos, preventivos, funcionais, psicológicos e sociais dos praticantes;



Câmara Municipal de Sorriso

Estado de Mato Grosso

“Sorriso: A Capital Nacional do Agronegócio”

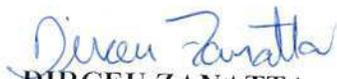
Considerando que o projeto tem como principal objetivo estimular a mudança de hábitos para a garantia da melhoria da saúde e da qualidade de vida da população, faz-se necessária a presente indicação.

Câmara Municipal de Sorriso, Estado de Mato Grosso, em 03 de julho de 2019.


DAMIANI NA TV
Vereador PSC


NEREU BRESOLIN
Vereador DEM


TOCO BAGGIO
Vereador PSDB


DIRCEU ZANATTA
Vereador MDB