

jogar poker online apostando dinheiro real

Segundo o Ministério da Educação (MEC), a prática de esportes entre crianças e adolescentes é predominante nas aulas de Educação Física, obrigatória na grade curricular da Educação Básica no Brasil.

Mas você sabe qual é a importância dessa atividade?

Neste post explicaremos qual é o papel do esporte na escola e quais são os principais benefícios para o seu filho se

ele praticar uma ou mais modalidades regularmente.

Continue a leitura para saber mais!

Qual é a importância do esporte na escola?

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) recomenda que crianças

e adolescentes pratiquem pelo menos uma hora de atividade física diariamente.

Isso porque o esporte tem um papel fundamental na formação

do infantojuvenil, que auxilia no desenvolvimento físico, motor

e cognitivo, além de trabalhar aspectos emocionais e sociais.

Apesar dos benefícios da prática esportiva, o sedentarismo em

infantojuvenil vem crescendo nos últimos anos.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), quatro em cada cinco adolescentes não praticam atividade física

em nível suficiente.

Outra pesquisa, realizada pelo Centro de Estudos do Laboratório

de Aptidão Física de São Caetano Sul (CELAFISCS), aponta

que apenas 44% das crianças brasileiras seguem a recomendação

de prática de esporte.

“Hoje, os ambientes para praticar esportes são mais restritos

do que antigamente, quando as crianças eram incentivadas a brincar

em espaços livres.

Por essa razão, a escola tem um papel essencial em relação ao

esporte”, pontua Vitor Alencar dos Santos, coordenador do departamento de Educação Física do Colégio Etapa do Paulo.

Além disso, o esporte praticado no ambiente escolar tem

objetivos diferentes em comparação com outros locais.

“Geralmente, o foco dos clubes e dos centros esportivos é

estudar mais ligado à seleção dos melhores atletas e busca

pela vitória.

Já a escola tem uma preocupação mais global, usando o esporte

como ferramenta para trabalhar diferentes valores e conceitos