

real bet e confiavel

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

Mas você sabe qual é a importância dessa atividade?</p>

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.</p>

Continue a leitura para saber mais!</p>

Qual é a importância do esporte na escola?</p>

A Sociedade 🎅 Brasileira de Pediatria (SBP) recomenda que crianças e adolescentes pratiquem pelo menos uma hora de atividade física diariamente.</p>

Isso porque o 🎅 esporte tem um papel fundamental na formação infantil, já que auxilia no desenvolvimento físico, motor e cognitivo, além de trabalhar 🎅 aspectos emocionais e sociais.</p>

</p>

Apesar dos benefícios da prática esportiva, o sedentarismo infantil vem crescendo nos últimos anos.</p>De acordo com a 🎅 Organização Mundial da Saúde (OMS), quatro em cada cinco adolescentes não praticam atividade física em nível suficiente.</p>

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 mínima de prática de desporto.</p>

"Hoje, os ambientes para praticar esportes são mais restritos do que antigamente, quando 🎅 as crianças eram incentivadas a brincar em espaços livres.</p>

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 São Paulo.</p>

Além disso, o esporte 🎅 praticado no ambiente escolar tem objetivos diferentes em comparação com outros locais.</p>

"Geralmente, o foco dos clubes e dos centros esportivos 🎅 está mais ligado à seleção dos melhores atletas e à busca pela vitória.</p>

Já a escola tem uma preocupação mais global, 🎅 usando o esporte como ferramenta para trabalhar diferentes valores e conceitos&

usando o esporte como ferramenta para trabalhar diferentes valores e conceitos&