

Dia do Desafio

Educação Física

Enviado por:

Postado em:21/05/2009

Realizado anualmente, sempre na última quarta-feira do mês de maio, o Dia do Desafio propõe que as pessoas interrompam suas atividades rotineiras e pratiquem, durante 15 minutos consecutivos, qualquer tipo de atividade física. Nesse dia, cidades do mesmo porte estabelecem uma saudável competição para tentar mobilizar a maior porcentagem de pessoas, em relação ao número oficial de habitantes. Saiba mais...

Realizado anualmente, sempre na última quarta-feira do mês de maio, o Dia do Desafio propõe que as pessoas interrompam suas atividades rotineiras e pratiquem, durante 15 minutos consecutivos, qualquer tipo de atividade física. Nesse dia, cidades do mesmo porte estabelecem uma saudável competição para tentar mobilizar a maior porcentagem de pessoas, em relação ao número oficial de habitantes. O que é? Um movimento mundial de incentivo à prática regular de atividades físicas em benefício da saúde e do bem-estar realizada pelo envolvimento de todos os setores Públicos, Privados, Particulares e toda a comunidade. Para quê? Estimular a criatividade, a sociabilização, a confraternização e a solidariedade tendo como eixo central a atividade física. Visa combater o sedentarismo e conscientizar a população sobre a importância da prática regular de atividade física para a manutenção da saúde, e a mobilização de toda a sociedade em busca de um bem comum. Legado Grande envolvimento das comunidades, novos contatos com instituições, empresas e lideranças locais, participação de voluntários, inclusão da atividade física na agenda diária das pessoas que participam do evento, criando rotinas saudáveis. Dados históricos Início: idealizado no ano de 1983, pela Participaction do Canadá e pela Trim Fitness & TAFISA na Alemanha, tornando-se um evento que abrange os cinco continentes. No BRASIL, em 1995, sob a coordenação geral do Sesc SP. No PARANÁ, em 1997, com a participação de duas cidades (Londrina e Ponta Grossa), e em 2008, com a adesão de 228 cidades Paranaenses. A participação das cidades A proposta da adoção de uma vida ativa inicia-se no envolvimento de todos os segmentos da comunidade em uma competição amigável entre duas cidades, ambas tentando a participação do maior número de pessoas durante 15 minutos consecutivos de qualquer movimento corporal / atividade física. A cidade que mobilizar o maior percentual de pessoas em relação ao seu número de habitantes vence o desafio. Premiação O maior prêmio para a cidade vencedora e para todas as cidades participantes: Estilo de vida com qualidade para a sua população. Reconhecimento Placa de Mérito Comunitário direcionada à Prefeitura Municipal. Certificado de Mérito Comunitário Empresas, instituições e voluntários que auxiliam na realização do Dia do Desafio. Fonte: SESC Paraná