

## **Dia do Desafio 2012**

### **Educação Física**

Enviado por:

Postado em:22/05/2012

O Dia do Desafio é realizado pelas Prefeituras Municipais todos os anos, na última quarta-feira do mês de maio, sob orientação do SESC PR coordenador do evento no estado.

Por Sesc Paraná Caminhar, dançar, pedalar ou pular, não importa qual é o verbo, o que importa é você se mexer. Participe do Dia do Desafio realizando atividades físicas e aproveite para acabar de vez com o sedentarismo. O que é É um evento mundial de incentivo à prática regular de atividades físicas em benefício da saúde e do bem-estar, realizado por meio de ações nas comunidades. A ideia é envolver o maior número de pessoas, de todas as idades, classes sociais e profissões na prática de qualquer atividade física desde a 0h até às 21h, sempre na última quarta-feira do mês de maio. Objetivo O objetivo é sensibilizar as pessoas para a importância de uma vida ativa. A motivação é uma competição entre cidades buscando incentivar as pessoas a praticarem atividades físicas com o intuito de transformar essa iniciativa em hábito nos outros dias do ano. Os vencedores são os cidadãos que, além do corpo, exercitam a integração, a criatividade, a liderança e o espírito comunitário. Como se realiza? O Dia do Desafio é realizado pelas Prefeituras Municipais todos os anos, na última quarta-feira do mês de maio, sob orientação do SESC PR coordenador do evento no estado. Legado Novos valores, mudança de comportamento, ações permanentes, educação para a prática de atividades físicas, ações junto as comunidades. Valores do Dia do Desafio Princípios básicos que norteiam a realização do Dia do Desafio. • Acessibilidade • Envolvimento • Diversão • Diversidade • Segurança • Confiabilidade • Benefícios para a comunidade • Benefícios para a saúde • Ética e cidadania Este conteúdo foi acessado em 22/05/2012 do Sesc Paraná. Todas as informações nela contida são de responsabilidade do autor.