




CÂMARA MUNICIPAL DE ITURAMA

ESTADO DE MINAS GERAIS

INDICAÇÃO Nº CM 196/2022

Excelentíssimo Senhor
SEBASTIÃO TIAGO DE QUEIROZ – Tião Tiago
Presidente da Câmara Municipal
ITURAMA/ MG

| |
|--|
| A Secretaria para oficial e arquivar. |
| Sala das Sessões <u>15.08.22</u> |
|  |
| Presidente da Câmara |

Senhor Presidente,

O Vereador que esta subscreve, ouvido o Plenário, apresenta a Vossa Excelência a presente indicação, solicitando ao Sr. Prefeito Municipal, que seja feita a reforma e a manutenção da pista de Skate da Vila Olímpica.

JUSTIFICATIVA

Esse esporte traz inúmeros benefícios para a saúde física e mental de jovens e adolescentes.

Vamos citar alguns deles, para mostrar como se torna pequeno o investimento na construção de uma pista para a prática deste esporte.

Fornecer flexibilidade: os tornozelos se tornam mais flexíveis, e o corpo fica mais ágil enquanto andamos de skate.

Oferece exercício para o corpo inteiro: você movimenta seus pés e pernas, acaba usando seus braços pra se equilibrar. Você estica, torce, remexe seu corpo. Todas essas coisas vão acontecendo simultaneamente, dando ao seu corpo uma variedade imensa de movimentos.

Resistência física: a maioria dos skatistas não anda apenas alguns minutos e para, muitos gostam tanto e acham tão agradável que ficam andando horas e horas por dia, conseguindo assim elevar em muitos seus níveis de resistência.

Ensina a precisão: pra “cravar” uma manobra, muitos movimentos precisam se alinhar perfeitamente, então quando você erra, tenta de novo, e de novo. Mas a cada tentativa você faz ajustes. Coloca seus pés de um jeito diferente no shape, muda o tempo da manobra, ajusta sua velocidade, você tenta e faz de um jeito diferente. Enquanto não conseguir aprender o movimento e o tempo certos pra dar a manobra de forma precisa você continua tentando.

Melhora a coordenação: o skate envolve muita coordenação entre seus olhos, pernas, pés e braços. Quanto mais você anda de skate, melhor você fica nisso. Precisão e coordenação são usadas em vários aspectos de sua vida, quer você ande de skate ou não. Quando você melhora essas características, a sua capacidade de fazer todo o tipo de coisas diferentes, desde dirigir até a escalada e multitarefas acaba sendo melhorada em muito.

Queimando calorias: dependendo da intensidade do treino de skate, uma pessoa vai queimar em média algo entre 100 a 500 calorias por hora.

Ensina consequências, paciência e experiência: o skate dá a oportunidade perfeita para um jovem assumir riscos calculados em um ambiente controlado, com consequências bem reais e imediatas se as manobras não forem executadas do jeito certo. Semelhante às artes marciais, as habilidades e fundamentos do skate vão sendo desenvolvidos e dominados ao longo do tempo

MÁRCIO DA AMBULÂNCIA
VEREADOR