

## como fazer aposta de futebol online

“A participação em Educação Física de qualidade pode reduzir a obesidade em 30%, aumentar os resultados acadêmicos em 40% e colaborar para diminuir o da depressão e ansiedade em até 30%, principalmente em meninas”, explica Gabriela Ramos\* e em um recente estudo sobre o investimento em educação física de qualidade para apoiar a recuperação do COVID-19.

Ao buscar respostas para a importância do esporte na vida escolar, além de relevantes, esses dados são atuais, já que se conectam com o contexto real da sociedade.

No Brasil, a BNCC Base Nacional Comum Curricular traz a Educação Física como componente curricular da área do conhecimento de Linguagens e suas Tecnologias, pois o documento entende que a Educação Física “[...] tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significado social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história.”

Assim, a educação física é uma porta de entrada para a prática de esportes, afinal, é por meio dela que as crianças e adolescentes têm contato com conteúdos e exercícios que podem vir a se tornar uma atividade extracurricular, ou seja, uma prática esportiva.

Dessa forma, levando em conta essas informações para melhor compreender os benefícios do esporte no ambiente escolar, listamos abaixo algumas das principais vantagens dessa atividade.

Que tal conhecer e incentivar a prática esportiva em sua escola?

\*Gabriela Ramos: Diretora-Geral Assistente para Ciências Humanas e Sociais da UNESCO (Organização das Nações Unidas para Educação, Ciência e Cultura)

Benefícios do esporte no ambiente escolar

Vamos conhecer os principais benefícios da prática esportiva no ambiente escolar? Confira!

Promoção da saúde física e mental

Engana-se quem acredita que a prática de um esporte impacta somente a saúde física.

É claro que esse é um fato inquestionável, af