



# **PARLAMENTO JOVEM - HORTOLÂNDIA**

## **CÂMARA MUNICIPAL DE HORTOLÂNDIA**

**PROPOSTA DE EMENDA**

4ª Sessão Ordinária - 09/11/2023

### **INDICAÇÃO Nº 12/2023**

**EXMO. SR. PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE HORTOLÂNDIA**

#### **EMENTA**

**indica o estudo para a criação de uma pista de skate no bairro parque Terras de Santa Maria.**

Nos termos do art. 181 e seguintes do Regimento Interno, combinado com o artigo 49, inciso I, da Lei Orgânica do Município de Hortolândia, apresento para conhecimento da Casa a seguinte Indicação a ser encaminhada ao Senhor Excelentíssimo Prefeito, com fundamento na justificativa, sugerindo a realização dos serviços ao final especificados.

Considerando 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.

Fornece 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.





## **PARLAMENTO JOVEM - HORTOLÂNDIA**

### **CÂMARA MUNICIPAL DE HORTOLÂNDIA**

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 com prática e paciência (ao contrário das gratificações instantâneas que são oferecidas pela televisão e vídeo games).

Você aprende a cair: prevenção de futuras lesões é uma das coisas mais benéficas que o skate tem para oferecer em termos de saúde. Quando você anda de skate, aprende como evitar a queda (se possível), e também aprende a cair da maneira correta. Essa é uma ferramenta valiosa pra se ter na vida por que vai reduzir muito a chance de tombos estranhos. Você naturalmente vai se tornar mais hábil em se recuperar de escorregões, tropeços e etc. Evitando assim cair de cabeça, bater o rosto, etc.

Alívio do estresse: qualquer atividade física é considerada boa para aliviar o estresse, o skate pode te ajudar a esvaziar a sua mente das coisas. Alternativamente, também pode te ajudar a pensar mais claramente sobre as coisas. Parece que o skate traz as coisas pra dentro de uma perspectiva, e permite que você sinta como se estivesse com um maior controle dos outros aspectos da sua vida.

Saúde no geral: como acontece com todas as formas de exercícios físicos, o skate pode reduzir ou até mesmo eliminar o risco de muitos problemas de saúde, como pressão alta, diabetes, obesidade e depressão.. O skate também pode reduzir o risco de doença cardíaca coronária, reduzindo os seus níveis de triglicerídeos e aumentando o seu colesterol "bom".

Portanto, além dos benefícios citados, é um esporte muito prazeroso e barato para o praticante. A construção da pista para prática desse esporte tão atrativo para os jovens e adolescentes, seria um grande incentivo para os praticantes reunirem-se no local. Sendo assim, evitando os perigos das ruas, onde habitualmente é praticado.

Diante do exposto é a presente para **INDICAR** ao Senhor Excelentíssimo Prefeito Municipal, providências junto ao Departamento competente para que, após análise técnica dos profissionais da área, seja realizado serviço de construção da pista de skate no bairro parque terras de santa maria.

Sala das Sessões, 20 de outubro de 2023.

**GABRIEL MARTINS**  
**Vereador - PMIRIM**

