

PROJETO DE LEI Nº 17 /2023
CAMARA MUNICIPAL DE PORTO GRANDEProtocolo nº 2311/23Data: 03/04/23Hora de Entrada: 10:34Assinatura: Projeto de Lei Nº _____Assinatura: LaerianoINSTITUI AS AULAS DE ZUMBA NAS
PRAÇAS E PARQUES PÚBLICOS NO
ÂMBITO DO MUNICÍPIO E DÁ OUTRAS
PROVIDÊNCIAS.**FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL APROVOU E EU, O PREFEITO DO
MUNICÍPIO DE PORTO GRANDE, SANCIONO A SEGUINTE LEI:**

Art. 1º Ficam instituídas as aulas de Zumba nas praças e parques públicos no âmbito do Município de Porto Grande, com a finalidade de incentivar a prática regular da atividade física e/ou desportiva pelos jovens e idosos no âmbito do Município.

Art. 2º As aulas de Zumba ficam denominadas como Zumba Fitness e terão as seguintes ações principais, sem exclusão de outras, pertinentes ao seu objetivo:

I – conscientização da importância da prática regular de exercícios físicos para os jovens e idosos, no sentido de melhorar sua qualidade de vida e prevenção às doenças;

II – elaboração e distribuição de material informativo sobre a importância da atividade física e esportiva nos jovens, adultos e principalmente na terceira idade, como importante elemento de prevenção de enfermidades, promoção da saúde física e mental, além de elevar sua autoestima, bem como os locais destinados para a prática desportiva, suas atividades e horários;

III – realização de atividades físicas destinadas aos jovens, adultos e idosos, devidamente assistida por profissionais capacitados a essa finalidade.

Art. 3º Fica estabelecido que todos os interessados deverão preencher o questionário de prontidão para atividade física.

§ 1º Se o interessado for menor de idade, o Questionário e o Termo de Responsabilidade deverão ser preenchidos e assinados pelo responsável legal, juntamente com sua autorização por escrito.

§ 2º Fica dispensada a apresentação de atestado médico ou a obrigatoriedade de qualquer outro exame de aptidão física aos interessados que responderem negativamente a todas as perguntas do Questionário de Prontidão para Atividade Física.

Art. 4º A Zumba Fitness poderá e deverá instalar-se em diferentes praças e parques nos bairros do Município para as suas atividades.

Art. 5º Com o intuito de viabilizar as ações e objetivos previstos nesta Lei, o Município poderá realizar parcerias com outras entidades, órgãos públicos e organizações da sociedade civil.



PODER LEGISLATIVO

CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO GRANDE

GABINETE VER. NELSON DOS SANTOS DOMINGUES



Art. 6º Fica livre para o uso da Zumba Fitness o espaço público, respeitando-se as áreas específicas utilizadas para outras atividades.

Art. 7º - Esta Lei entra em vigor da data da sua publicação, revogada as disposições em contrário.

PALÁCIO JOSÉ ANTERO, Sede do Poder Legislativo - Porto Grande-AP, 03 de Abril de 2023.

NELSON DOS SANTOS DOMINGUES

Partido – DEM





JUSTIFICATIVA

Excelentíssimo Senhor Presidente, Nobres pares Vereadores.

Com a finalidade de devolver a diversão ao fitness. Foi o que fez o colombiano Alberto Perez, conhecido como Beto. O professor de aeróbica criou a modalidade por acaso, quando improvisou uma de suas aulas com músicas latinas que tinha no seu carro. Percebendo o sucesso da aula, o profissional passou a adaptar o formato, resultando no que conhecemos hoje como zumba.

A fama de Beto ficou tão grande que até a cantora Shakira o contratou como coreógrafo de um de seus discos.

Em 2001, vivendo nos Estados Unidos, Beto juntamente com mais dois especialistas em exercícios físicos criaram o Zumba Fitness. Desde então, a modalidade se espalhou pelo mundo, e hoje está presente em cerca de 75 países.

A zumba favorece o corpo todo, porém age nas pernas e tronco com mais ênfase, devido às posturas específicas e passos marcados do ritmo latino. De acordo com os profissionais, essas áreas são mais torneadas porque esse tipo de exercício exige mais esforços e movimentos dos membros inferiores e da cintura.

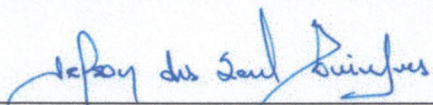
Tal qual outras atividades aeróbicas, como andar de bicicleta e fazer aulas de jump, a zumba contribui para a queima de muitas calorias, o que, aliado a uma alimentação balanceada, gera o emagrecimento. Segundo Martinez, uma frequência média de duas a quatro aulas por semana promove um gasto calórico que pode ser visto no espelho em cerca de dois meses.

A vantagem é o momento lúdico que a atividade proporciona, além da promoção da saúde cardiovascular. Isso porque as aulas propiciam momentos de distração ao mesmo tempo de intensa atividade do organismo.

Esses são os principais motivos para a prática da zumba, mas além disso é uma atividade física divertida, já que dançando e fazendo os movimentos você nem percebe que está se exercitando; é fácil, qualquer pessoa pode participar pois os passos são básicos; é diferente de tudo que já existiu nas academias; e o mais importante: é eficaz, já que ajuda a deixar seu corpo em forma.

Destacamos que a atividade não pode ser comparada à musculação, já que o exercício com aparelhos visa trabalhar músculos específicos, enquanto a zumba tem como objetivo o corpo todo, focando a parte cardíaca, similar às aulas de ginástica.

PALÁCIO JOSÉ ANTERO, Sede do Poder Legislativo - Porto Grande-AP, 03 de Abril de 2023.


NELSON DOS SANTOS DOMINGUES
Partido – DEM 