

## **COMUNICADO - N° 08/2023**

<b>SOLICITADO POR:</b>	<b>Felipe Fernandes – Professor Especialista em Currículo –Educação Física</b>
<b>DATA:</b>	<b>26/09/2023</b>
<b>ASSUNTO:</b>	<b>Medidas de Segurança e Bem-Estar em Tempos de Altas Temperaturas nas Escolas.</b>
<b>INTERESSADOS:</b>	<b>Unidades Escolares</b>

Devido às altas temperaturas e ao tempo extremamente seco, solicitamos que as Escolas adotem medidas que garantam a segurança e o conforto de todos. A prática esportiva requer ainda mais cuidados para garantir o bem-estar.

Dessa forma, recomendamos que:

- a hidratação seja constante – tomar bastante água mesmo sem sede;
- não haja exposição ao sol por longos períodos;
- procurem alternativas de utilização de roupas mais leves e de tecidos que absorvam o calor;
- janelas e portas sejam mantidas abertas para arejar o ambiente.

Além disso, para as aulas de Educação Física, recomendamos que, entre 10h e 16h sejam realizadas atividades moderadas. O Currículo Paulista, por exemplo, prevê uma série de atividades sem bola e que não exige muito esforço. Jogos de tabuleiros e raciocínio, noções e táticas de esportes coletivos e individuais e até o estudo de manifestações culturais, como escolas de samba e hip hop, também são alternativas importantes que devem ser utilizadas nesse momento.

Para hidratar o corpo, é importante monitorar o consumo de água, antes, durante e ao final das atividades. O professor deve optar por aulas teóricas nos horários mais quentes e, quando for realizar uma aula prática, procurar, se possível, um lugar mais fresco e arejado.

**Responsável:**

Danubia Fernandes Sobreira Tasca  
306011943  
Coordenador de Equipe Curricular

**De**

**acordo:** Bruno  
Henrique BertinRG  
45832738-4

Dirigente Regional de Ensino