



# **DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS**

**E. E. PROFESSOR FRANCISCO  
CASABONA**

**Combate ao Sedentarismo - Xô Sedentarismo!**

**Diretoria de Ensino - Região Osasco**  
11/03/2025

## **DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS**

### **E. E. PROFESSOR FRANCISCO CASABONA**

**Diretor(a):** Marcus Coelho de Vasconcellos

**Nome do Projeto/Ação/Evento:** Combate ao Sedentarismo - Xô Sedentarismo!

**Objetivo do Projeto/Ação/Evento:** O objetivo era que os estudantes pudessem vivenciar uma aula de Ginástica de Academia e Moda Fitness, de acordo com CMSP Repositório e Escopo Sequência!!! E no dia 10 de Março foi o dia de Combate ao Sedentarismo, essa foi uma forma simbólica, da PEI Francisco Casabona, mostrar, que está combatendo o Sedentarismo!

**Descrição do Projeto/Ação/Evento:** A aula aconteceu da seguinte forma; Foi feito um pequeno circuito e em cada etapa os estudantes tinham de cumprir algumas metas; 1- 10 polichinelos; 2- 10 agachamentos; 3- 10 abdominais; 4- 5 flexões e 10 minutos de caminhada

**Data de realização:** 11/03/2025

**Público Alvo:** Alunos(as)

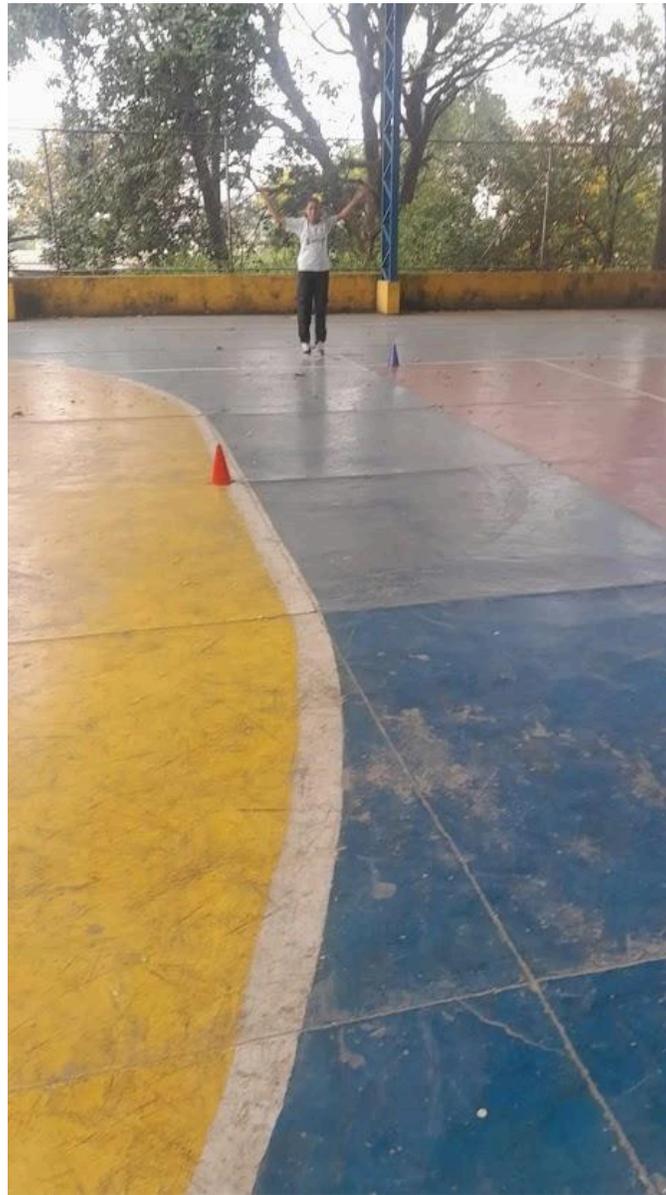
**Equipe Organizadora:** Professor Paulo César Bueno -  
Educação Física

**Quantidades de Participantes:** 28

**Impacto nos Resultados Educacionais da Escola:** Os estudantes sentiram o quanto os exercícios físicos fazem bem para sua saúde, na roda de conversa pós-aula, eles comentaram que a aula foi importante e que esperam pelas próximas aulas com esse propósito!

**Parcerias Envolvidas:**

**Fotos**







Arquivo recebido em: 01/04/2025 10:03:36