

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS PADRE JOÃO COELHO CABANITA



**XI Encontro Desportivo para
Alunos com Deficiência**

Loulé 2025

APRESENTAÇÃO DO PROJETO

Denominação:

XI Encontro Desportivo para Alunos com Deficiência

Podemos definir a atividade física, como o movimento corporal produzido pela contração muscular esquelética que vai produzir um aumento significativo do gasto energético basal. Por outro lado, o exercício, é um tipo de atividade física definida/planeada/estruturada (realizada através de movimentos corporais repetidos).

Aplicação temporal:

24 de Abril de 2025.

Aplicação espacial:

**EB Manuel Martins Alves (pavilhão e espaço exterior);
EB 2,3 Padre João Coelho Cabanita (pavilhão e/ou espaço exterior);
Clube Hípico de Loulé.**

Recursos humanos:

**Professores e Técnicos do Departamento de Educação Especial;
Alunos Medidas Adicionais da Escola EB 2,3 Padre João Coelho Cabanita.**

Organização:

Departamento de Educação Especial do AE Padre João Coelho Cabanita.

Apoios:

**CML – Câmara Municipal de Loulé;
IPDJ – Instituto Português do Desporto e da Juventude;
SPP – Sociedade Portuguesa de Pneumologia;
FPP – Federação de Patinagem de Portugal;
Decathlon;
Mar Shopping;
DE – Desporto Escolar;**

Leya;
EAC – Escola Agrária de Coimbra;
Green Travel;
CHL – Clube Hípico de Loulé.

A Organização Mundial de Saúde reconhece a grande importância da atividade física para a saúde física, mental e social, capacidade funcional e bem-estar dos indivíduos e comunidade. Aponta para a necessidade de políticas e programas que tenham em conta as necessidades/possibilidades das diferentes populações, com o objetivo de integrar a atividade física no dia-a-dia de todas as pessoas sem exceção, incluindo mulheres, idosos, trabalhadores e portadores de deficiência - em todos os setores sociais, especialmente na escola, no local de trabalho e na comunidade.

Agrupamentos/Entidades participantes:

Agrupamento de Escolas Padre João Coelho Cabanita;
Agrupamento de Escolas Silves Sul;
Escola Secundária de Loulé;
Agrupamento de Escolas Dra. Laura Ayres;
Associação Cultural e de Apoio Social de Olhão;
Agrupamento de Escolas do Montenegro;
Associação EXISTIR.

Atividades:

Atividades desportivas

A atividade física traz benefícios ao ser humano, como: prevenção de doenças cardiovasculares, hipertensão, osteoporose, diabetes tipo 2, obesidade, cancro do cólon,... A atividade física regular está associada a imensos benefícios ao nível da saúde física e mental. Ao longo dos últimos anos, a prática regular de exercício físico tem sido reconhecida como uma alternativa não medicamentosa ao tratamento e prevenção de doenças crónico-degenerativas, promovendo a saúde e a sensação de bem-estar (Warburton, Nicol & Bredin, 2006) com benefícios evidentes tanto na esfera física quanto cognitiva.