



REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL
ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
CÂMARA MUNICIPAL DE LAGOA BONITA DO SUL

Ao Exmo. Sr.
GILSEMAR HONNEF,
Presidente da Câmara Municipal de
Lagoa Bonita do Sul –RS

INDICAÇÃO 152/2025

A vereadora que esta subscreve no uso de suas atribuições legais, solicita a Vossa Exma. que encaminhe ao Sr. Prefeito Municipal a seguinte indicação:

Para que o Executivo Municipal encaminhe a Secretaria Municipal de Educação, que estude a possibilidade de implementar aulas e oficinas de Yoga nas escolas da rede municipal de ensino, para estudantes da Educação Infantil, Ensino Fundamental e Educação de Jovens e Adultos.

JUSTIFICATIVA:

A presente indicação visa ampliar estratégias de promoção da saúde mental, emocional e física dos alunos, tendo em vista o aumento significativo de casos de ansiedade, estresse escolar, conflitos interpessoais e dificuldades de concentração reportadas por professores, gestores e famílias.

O Yoga, reconhecido mundialmente como prática integrativa e de fortalecimento humano, apresenta inúmeros benefícios comprovados, sendo inclusive recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como ferramenta de apoio ao bem-estar e à educação integral.

Trata-se de uma prática acessível, de baixo custo, sem contraindicações e que pode ser facilmente incorporada ao ambiente escolar, contribuindo para a formação de estudantes emocionalmente equilibrados, concentrados, socialmente saudáveis e preparados para lidar com desafios da vida escolar e social.

Considerando o contexto atual das escolas, onde se observa aumento de situações de indisciplina, bullying, ansiedade e dificuldades de convivência, torna-se urgente implementar ações preventivas e formativas que fortaleçam o autocontrole, a empatia e o respeito.

FUNÇÕES E FINALIDADES DO YOGA NA EDUCAÇÃO

*** Regulação emocional:**

Auxilia os estudantes a reconhecer e controlar emoções, reduzindo impulsividade, agressividade e crises de ansiedade.

*** Melhora da concentração e foco:**

As práticas respiratórias e corporais favorecem o desempenho escolar, ampliando a atenção e o raciocínio.

*** Redução de estresse e ansiedade:**

A técnica ensina crianças e adolescentes a relaxar de forma saudável e consciente.

*** Promoção da convivência saudável:**

O Yoga estimula empatia, respeito, cooperação e gentileza, contribuindo para reduzir casos de bullying.

*** Desenvolvimento psicomotor:**

Melhora coordenação motora, equilíbrio, postura, consciência corporal e respiração.

*** Fortalecimento da autoestima:**



**REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL
ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
CÂMARA MUNICIPAL DE LAGOA BONITA DO SUL**

As práticas aumentam a autoconfiança e a percepção de capacidade pessoal.

* Saúde física geral:

Auxilia no alongamento, na força muscular, na respiração adequada e contribui para a prevenção de dores e tensões.

* Educação integral:

Atende o desenvolvimento completo do aluno — corpo, mente e emoções — contribuindo para uma aprendizagem mais efetiva.

Diante dos diversos benefícios apresentados e da necessidade de fortalecer a formação das crianças e adolescentes de nossa rede municipal, indica-se a implementação do Yoga, seja por meio de oficinas semanais, projetos multidisciplinares ou contratação de profissionais habilitados.

Tal iniciativa contribuirá para uma escola mais saudável, acolhedora, humana e preparada para enfrentar as demandas emocionais e sociais da atualidade.

Sala de Sessões Iedo Francisco da Silva, 18 de novembro de 2025.

Atenciosamente,

JANAINA FREESE
Vereadora - PP