



PROJETO DE LEI Nº DE 2022

(Deputado Alexandre Frota)

Institui o programa de incentivo a pratica esportiva dentre os servidores públicos da administração direta e indireta, para a adequação da jornada de trabalho.

O CONGRESSO NACIONAL decreta:

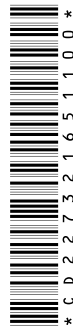
Art. 1º - Fica instituído o incentivo a Prática Desportiva dentre todos os servidores públicos da administração direta e indireta.

§1º - Os servidores públicos federais que realizam praticas desportivas habituais comprovadas, poderão fazer horário diferenciado, seja na entrada ou na saída de seu horário ou mesmo no intervalo para refeição.

§ 2º O funcionário público que esteja realizando praticas desportivas poderá modificar seu horário em até uma hora e meia, porém devendo compensar no mesmo dia, ou seja poderá o funcionário realizar sua jornada de trabalho em horário diverso ao da maioria dos funcionários de seu local de trabalho.

§ 3º A comprovação da pratica desportiva se dará através de declaração devidamente assinada por profissional de Educação Física que se responsabilizará por todos os dados ali inseridos.

Art. 2º A mudança no horário de trabalho não acarretará qualquer desconto em seus vencimentos.





Art. 3º O servidor público inscrito em competições desportivas locais, regionais, nacionais ou internacionais deverá comunicar sua ausência ao seu superior imediato, podendo desta forma compensar o horário de trabalho em outra data, ou até mesmo em suas férias sendo impedido o desconto em seu salário.

Art. 4º O Poder Executivo deverá regulamentar esta lei no prazo de 60 (sessenta) dias.

Art. 5º - A presente Lei entra em vigor na data de sua publicação.

JUSTIFICATIVA

A prática de esportes e atividades físicas fazem bem para o corpo e para a mente. Portanto, é ideal que aconteça desde cedo e com periodicidade. Mas, infelizmente, algumas pessoas acabam deixando os exercícios em segundo plano pois precisam cumprir seus horários de trabalho e esquecem o quanto eles contribuem para nossa qualidade de vida.

Um dos grandes benefícios do esporte e da prática de atividades físicas é a redução do estresse. Quando você é uma pessoa fisicamente ativa, sua mente afasta os pensamentos negativos. Isso, porque os exercícios estimulam a produção de endorfina, que são substâncias que nosso cérebro produz que estão relacionadas ao relaxamento e bom humor.

Além disso, praticar esportes pode ajudar a combater e evitar problemas psicológicos, como a depressão.

A prática de esportes também está relacionada à autoconfiança. Isso, porque na medida em que sua força e resistência aumentam, você se sente melhor. Isso influencia em outras áreas da sua vida pessoal ou profissional. Afinal, quando você se sente bem consigo mesmo, você se sente mais confiante e determinado.

Portanto, não é somente na aparência que você terá ganhos com o esporte. A imagem que tem de si mesmo ficará ainda melhor.





CÂMARA DOS DEPUTADOS
Gabinete do Deputado Alexandre Frota – PSDB/SP

Um outro benefício do esporte para a saúde é o aumento da concentração. Por mais que o nosso corpo envelheça com o passar dos anos, a atividade física ajuda a manter nossas habilidades mentais.

Ainda, a pessoa que pratica esporte está sempre buscando se aperfeiçoar. Por esse motivo, ela precisa ter foco para alcançar seus objetivos e se concentrar para conseguir melhorar e alcançá-los.

Por fim, o esporte te ajudará a aumentar seu condicionamento físico e sua resistência e, portanto, sua imunidade.

Com músculos fortes, você conseguirá se movimentar melhor e terá menos cansaço. Além disso, você terá mais fôlego e seu coração conseguirá bombear mais sangue, o que pode evitar o surgimento de doenças cardíacas e respiratória.

Os benefícios do esporte para a saúde são muitos. Você pôde ver alguns deles, mas ainda há vários outros. Portanto, agora você já tem motivos de sobra para procurar uma Escola de Esportes e escolher a modalidade que mais combina com você.

Por todo o exposto, espera o autor a tramitação regimental e apoio dos nobres colegas na aprovação do Projeto de Lei, que atende aos pressupostos de constitucionalidade, juridicidade e técnica legislativa.

Sala das Sessões em, de maio de 2022

Alexandre Frota
Deputado Federal
PSDB/SP

