

## Dia Europeu do Desporto Escolar



Decorreu na semana de 23 a 30 de setembro a Semana Europeia do Desporto e a nossa escola, mais uma vez juntou-se a esta iniciativa. É uma iniciativa da Comissão Europeia destinada a promover o desporto e a atividade física em toda a Europa, tentando, desta forma, contribuir de maneira significativa para a saúde, bem-estar e qualidade de vida dos cidadãos europeus, de forma a contrariar o aumento do tempo passado em comportamentos sedentários. O principal tema da campanha continua a ser #BeActive, que deverá incentivar cada um a estar ativo durante a «semana» mas também a permanecer ativo durante todo o ano. Apesar de todas as restrições inerentes ao COVID-19 o grupo de Educação Física não quis deixar passar esta data em claro. Assim, durante o dia 25 de setembro (Dia Europeu do Desporto Escolar) realizou várias atividades, dentro das aulas de Educação Física, em que promoveu e sensibilizou os alunos para as numerosas vantagens da prática da atividade física.

