



## **Câmara Municipal de Cabo Frio**

Av. Assunção, 760 - São Bento - CEP: 28906-200 - CABO FRIO/RJ

CNPJ: 29.880.739/0001-17 - Tel: 22 26400700 - Site: [www.transparencia.cabofrio.rj.leg.br](http://www.transparencia.cabofrio.rj.leg.br)

PROJETO DE LEI Nº 0210/2026

Em, 31 de agosto de 2026

**ESTABELECE DIRETRIZES PARA O INCENTIVO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS, ESPORTIVAS, ARTES MARCIAIS E DEFESA PESSOAL NO ÂMBITO DA GUARDA CIVIL MUNICIPAL DE CABO FRIO E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS.**

A CÂMARA MUNICIPAL DE CABO FRIO NO USO DE SUAS ATRIBUIÇÕES LEGAIS,

RESOLVE:

Art. 1º Ficam estabelecidas diretrizes de interesse local para o incentivo à prática de atividades físicas, esportivas, artes marciais e defesa pessoal no âmbito da Guarda Civil Municipal de Cabo Frio, visando contribuir para a promoção da saúde, da qualidade de vida, do bem-estar e da preparação física dos agentes.

Parágrafo único. As diretrizes previstas nesta Lei possuem caráter geral e orientativo, não implicando criação de órgão, cargo, função, programa administrativo, benefício funcional ou alteração do regime jurídico dos servidores públicos municipais.

Art. 2º Constituem diretrizes:

- I – incentivar a prática regular de atividades físicas e esportivas;
- II – estimular hábitos de vida saudáveis;
- III – contribuir para a manutenção e o aprimoramento do condicionamento físico, da força, da resistência, da mobilidade, da flexibilidade, do equilíbrio e da coordenação motora;
- IV – incentivar ações relacionadas à promoção da saúde e da qualidade de vida;
- V – estimular atividades que contribuam para o desenvolvimento de disciplina, autocontrole, equilíbrio emocional e domínio corporal;
- VI – incentivar a prática de artes marciais e modalidades de defesa pessoal como forma de preparação física e capacitação complementar;
- VII – estimular o aprimoramento de técnicas corporais que possam contribuir para abordagens e intervenções mais seguras, técnicas e proporcionais;
- VIII – contribuir para a redução dos riscos de lesões em situações que envolvam contato físico;
- IX – estimular iniciativas relacionadas à valorização profissional e ao bem-estar dos agentes;
- X – contribuir para o aprimoramento da qualidade do serviço público prestado à população.

Art. 3º Para os fins das diretrizes previstas nesta Lei, poderão ser consideradas, entre



## **Câmara Municipal de Cabo Frio**

Av. Assunção, 760 - São Bento - CEP: 28906-200 - CABO FRIO\RJ

CNPJ: 29.880.739/0001-17 - Tel: 22 26400700 - Site: [www.transparencia.cabofrio.rj.leg.br](http://www.transparencia.cabofrio.rj.leg.br)

outras, as seguintes atividades:

I – jiu-jítsu;

II – judô;

III – boxe;

IV – muay thai;

V – wrestling e outras modalidades de luta;

VI – defesa pessoal;

VII – treinamento funcional;

VIII – musculação;

IX – natação;

X – corrida;

XI – ginástica;

XII – outras atividades físicas e esportivas compatíveis com as finalidades desta Lei.

Art. 4º As diretrizes estabelecidas nesta Lei poderão ser consideradas na formulação e no aprimoramento de políticas públicas municipais relacionadas à saúde, qualidade de vida, bem-estar, preparação física e valorização dos agentes da Guarda Civil Municipal, respeitadas as competências constitucional e legalmente atribuídas a cada Poder.

Art. 5º A aplicação das diretrizes previstas nesta Lei observará a legislação vigente e as competências próprias dos Poderes Executivo e Legislativo, não constituindo, por si só, obrigação de criação ou execução de programa, benefício, serviço, estrutura administrativa ou despesa pública.

Art. 6º As atividades relacionadas à prática de artes marciais e defesa pessoal deverão observar os princípios da legalidade, necessidade, proporcionalidade, segurança, respeito aos direitos fundamentais e preservação da integridade física das pessoas.

Art. 7º As diretrizes previstas nesta Lei possuem caráter complementar e não substituem os cursos, treinamentos, capacitações, protocolos ou procedimentos oficiais da Guarda Civil Municipal.

Art. 8º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Sala das Sessões, em 31 de agosto de 2026.

**ANDRÉ LUIZ LOBO FILHO**  
VICE-PRESIDENTE

## **JUSTIFICATIVA**

A presente proposição tem por objetivo incentivar a prática de atividades físicas, esportivas, artes marciais e defesa pessoal no âmbito da Guarda Civil Municipal de Cabo



### **Câmara Municipal de Cabo Frio**

Av. Assunção, 760 - São Bento - CEP: 28906-200 - CABO FRIO\RJ

CNPJ: 29.880.739/0001-17 - Tel: 22 26400700 - Site: [www.transparencia.cabofrio.rj.leg.br](http://www.transparencia.cabofrio.rj.leg.br)

Frio, contribuindo para a saúde, qualidade de vida, bem-estar e preparação física dos agentes.

A natureza das atividades desenvolvidas pela Guarda exige preparo físico, disciplina, autocontrole e capacidade de atuação segura em situações que possam envolver contato físico. A prática regular de exercícios e modalidades de luta pode auxiliar no desenvolvimento da força, resistência, mobilidade, coordenação motora e controle corporal, além de contribuir para a prevenção de lesões.

A proposta estabelece apenas diretrizes gerais e orientativas, sem criação de cargos, órgãos, benefícios, programas ou obrigação de realização de despesas públicas, respeitando as competências dos Poderes Executivo e Legislativo.

Dessa forma, a iniciativa busca contribuir para a valorização dos agentes e para o aprimoramento da qualidade e segurança do serviço público prestado à população de Cabo Frio.

Diante da relevância da matéria, conto com o apoio dos nobres Vereadores para a aprovação da presente proposição.