

DEPORTE ADAPTADO E INCLUSION

El deporte adaptado es una modalidad diseñada para personas con discapacidad, que promueve la inclusión y el alto rendimiento. Surgió de manera organizada tras la Segunda Guerra Mundial, cuando el neurólogo Ludwig Guttmann impulsó competencias deportivas para veteranos con lesiones medulares en 1948, evento que dio origen a los Juegos Paralímpicos. Actualmente, estos juegos se celebran cada cuatro años y reúnen a miles de atletas de más de 160 países. Existen disciplinas como el baloncesto en silla de ruedas, el atletismo adaptado y la natación paralímpica, cada una con clasificaciones funcionales para garantizar la equidad. Estudios del Comité Paralímpico Internacional destacan que la práctica deportiva mejora la salud física, la autoestima y la integración social de las personas con discapacidad. Además, muchos atletas paralímpicos han alcanzado niveles de rendimiento comparables a los olímpicos, demostrando que las barreras pueden superarse con entrenamiento, tecnología y apoyo institucional adecuado.

Cuestionario de opción múltiple

1. ¿Quién impulsó las primeras competencias de deporte adaptado en 1948?
A) Pierre de Coubertin
B) Ludwig Guttmann
C) Michael Phelps
D) Stephen Hawking
2. ¿Cada cuánto se celebran los Juegos Paralímpicos?
A) Cada año
B) Cada dos años
C) Cada cuatro años
D) Cada cinco años
3. ¿Qué conflicto histórico influyó en el origen del deporte adaptado?
A) Primera Guerra Mundial
B) Guerra Fría
C) Segunda Guerra Mundial
D) Guerra de Vietnam
4. ¿Qué organismo respalda los beneficios del deporte adaptado?
A) FIFA
B) Comité Olímpico Internacional
C) Comité Paralímpico Internacional
D) ONU
5. ¿Cuál es un ejemplo de deporte adaptado mencionado?
A) Golf
B) Baloncesto en silla de ruedas
C) Surf
D) Escalada
6. ¿Qué beneficio NO se menciona en el texto?
A) Mejora de la autoestima
B) Integración social
C) Aumento de la riqueza económica
D) Mejora de la salud física