

jogo de ganhar dinheiro real

<p>Esportes Adaptados Para Deficientes</p>

<p>Quando falamos de esportes adaptados para deficientes devemos lembrar da importância do esporte como ferramenta de inclusão social na vida dessas pessoas.</p>

<p>As atividades são capazes de garantir uma série de vantagens tanto físicas como também mentais para os portadores de necessidades especiais.</p>

<p>Na verdade muitas dessas pessoas se sentem excluídas da sociedade por não conseguirem realizar uma série de atividades que uma pessoa sem deficiência pode fazer.</p>

<p>E as atividades físicas e esportivas representam uma maneira de fazer com que todos possam se exercitar e ter uma vida normal sem barreiras.</p>

<p>E dessa forma abre-se um leque de oportunidades incríveis em termos de saúde, bem-estar e qualidade de vida.</p>

<p>E para deixar de lado o sedentarismo, que é um grave problema do novo século, que afeta a saúde de todo mundo nos dias de hoje, até mesmo para quem é deficiente físico não dá para fugir dos exercícios.</p>

<p>As atividades físicas praticadas com o objetivo de lazer ou modalidade esportiva têm evidenciado uma verdadeira terapia promovendo vantagens que vão desde os benefícios físicos e mentais, incluindo o social, prevenção de doenças e mesmo o teste dos seus limites e potencialidades.</p>

<p>Esportes Adaptados Para Deficientes Mais Praticados</p>

<p>Uma boa opção para a prática de atividades físicas são os esportes adaptados para deficientes, afinal, existem diversas modalidades esportivas que podem ser praticadas por pessoas que possuem alguma limitação.</p>

<p>Veja a seguir algumas delas: Judô</p>

<p>A atividade segue as mesmas regras da Federação Internacional de Judô, mas com algumas alterações por ser praticado por portadores de deficiência visuais, sendo assim a punição por pisar fora do tatame não existe.</p>

<p>Natação</p>

<p>Esta modalidade é voltada para amputados, portadores de paralisia cerebral, deficiências visuais, paraplegicos e outros.</p>

<p>

<p>As competições são divididas conforme as deficiências dos atletas que são: visuais, deficientes físicos e deficientes cerebrais.</p>

<p>Tiro</p>