

Esporte e Inclusão

Esportes Paralímpicos

Bocha

A bocha se tornou uma modalidade paralímpica em 1984 e é um esporte praticado por atletas com alto grau de paralisia cerebral ou deficiências severas. A prova pode ser realizada individual, em duplas ou equipes.



Nas competições, os atletas utilizam cadeiras de rodas e precisam arremessar as bolas coloridas o mais próximo de uma branca, chamada Jack ou Bolim. Nas disputas é permitido o uso de mãos, pés, instrumentos de auxílio e, em caso de atletas com maior comprometimento dos membros, ajudantes.

A classificação é feita como CP1 (deficiências mais severas) e CP2 e os atletas são divididos em quatro classes:

BC1: Atletas CP1 ou CP2 com paralisia cerebral e que podem competir com auxílio de ajudantes;

BC2: Atletas CP2 com paralisia cerebral sem auxílio de ajudantes;

BC3: Atletas com deficiências muito severas e que podem competir com instrumento auxiliar e ajuda de outra pessoa;

BC4: Atletas com deficiências severas e sem ajuda.



<https://www.youtube.com/watch?v=QrdmCOHOKq4>

Assista ao vídeo e monte um tutorial de como jogar Bocha. Você já conhecia esse jogo? Gostou? Que tal praticar um pouco? Boa sorte!