

# Esporte e Inclusão

## Esportes Paralímpicos

### Basquete em cadeira de rodas

Outra modalidade que fez parte de todas as edições da Paralímpiadas, o basquete em cadeira de rodas é praticado por homens e mulheres. Os competidores utilizam cadeiras de rodas adaptadas e padronizadas pelas regras da IWBF — Federação Internacional de Basquete em Cadeira de Rodas.

Para segurança do competidor, é aconselhável que ele fique fixo à cadeira de rodas. Isso pode ser feito com o auxílio de faixas para prender as pernas ou cintos, o que pode evitar acidentes graves e também auxiliar na melhoria do desempenho do atleta.



A classificação dos atletas é feita com base no comprometimento físico motor em uma escala de 1 a 4,5. Quanto menor a escala, maior a deficiência. Para formar um time, a soma do número dos cinco atletas que estarão na quadra não deve ultrapassar 14.



[https://www.youtube.com/watch?v=ftzdPAT\\_cXA](https://www.youtube.com/watch?v=ftzdPAT_cXA)

Assista à reportagem acima e construa um texto sobre a importância do esporte para esses atletas. Fale sobre a rotina de treinos, alimentação e cuidados com a saúde que eles precisam ter para se superarem e vencerem as barreiras diárias.