


# ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Estudante: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Professor (a): \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_ 

## ALÉM DOS LIMITES: A FORÇA DO ESPORTE ADAPTADO



De acordo com a lei 13.146 de 2015, no Brasil, uma pessoa é considerada com deficiência se ela enfrentar um impedimento prolongado de natureza física, mental, intelectual ou sensorial que a impossibilite de participar da sociedade em pé de igualdade com os outros.

### O papel do esporte na inclusão

O esporte desempenha um papel essencial na integração das pessoas com deficiência (PCD). Além de promover saúde e bem-estar, ele ajuda a aumentar a autoestima, a independência e o envolvimento social dessas pessoas, além de desafiar preconceitos e a exclusão. Dentre os esportes que mais promovem inclusão, podemos citar atletismo, natação, futebol de cinco, basquete em cadeira de rodas e voleibol sentado. Esses esportes já estão presentes nos Jogos Paralímpicos, um dos maiores eventos esportivos do mundo, que reúne atletas com deficiência de diversos países e valoriza a superação e a diversidade.

### Exemplos de superação

Grandes figuras marcaram o paradesporto ao longo da história, como Daniel Dias, um dos principais ganhadores de medalhas na natação paraolímpica, e Terezinha Guilhermina, uma atleta renomada no atletismo para deficientes visuais. Eles representam exemplos de superação e inspiração.

### Desafios ainda existem

Apesar dos progressos realizados, ainda há muitos obstáculos a serem vencidos, como a carência de acessibilidade, o preconceito, a baixa visibilidade na mídia e a falta de financiamento. Muitos atletas com deficiência ainda não têm acesso a instalações apropriadas para a prática esportiva.

### Refletindo

O esporte adaptado transcende a mera competição; é um meio de inclusão, cidadania e mudança social, demonstrando que todos têm a capacidade de participar e se destacar.

Por Dayvison Andrade – Tudo Sala de Aula

## Atividade

- Segundo o texto, o esporte para pessoas com deficiência contribui principalmente para
  - a limitação da participação social dos indivíduos.
  - a substituição de outras formas de cuidado com a saúde.
  - a redução do convívio entre diferentes grupos sociais.
  - o fortalecimento da inclusão social e da qualidade de vida.

- De acordo com o texto, é correto afirmar que
  - o esporte para pessoas com deficiência deve ser separado da sociedade.
  - o paradesporto promove inclusão, autonomia e participação social.
  - pessoas com deficiência não conseguem competir em alto nível.
  - o esporte adaptado é apenas recreativo e sem importância social.

- Que desafios os atletas com deficiência ainda precisam superar?

---

---

---

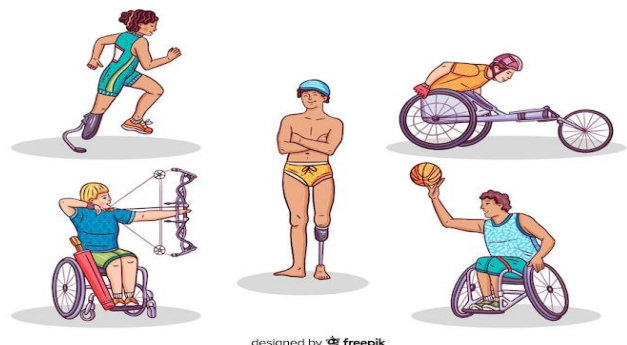
- O texto cita alguns exemplos de esportes presentes nos Jogos Paralímpicos. Quais são eles?

---

---

---

- Observe a imagem.



Ao analisar a imagem, é correto afirmar que

- existem poucos esportes que podem ser praticados por pessoas com deficiência.
- a corrida não é uma modalidade inclusiva para pessoas com deficiência.
- pessoas em cadeira de rodas estão limitadas apenas à prática do basquete.
- diferentes modalidades esportivas podem ser adaptadas e praticadas por pessoas com deficiência.

Leia a tirinha abaixo.



[https://www.facebook.com/maragabrilli/photos/a.224374950945753.49893.215275598522355/616447951738449/?locale=pt\\_BR](https://www.facebook.com/maragabrilli/photos/a.224374950945753.49893.215275598522355/616447951738449/?locale=pt_BR)

6. Na tirinha, por que Armandinho não quer jogar com a outra criança?

- a) Porque a outra criança não queria brincar com Armandinho, pois ele não usava cadeira de rodas.
- b) Porque pensa que o esporte deve ser praticado apenas por pessoas com deficiência.
- c) Porque a outra criança demonstrava maior habilidade no esporte do que ele.
- d) Porque acredita que crianças com deficiência não conseguem praticar esportes.

Leia e responda.

### Jogos Paralímpicos de Inverno 2026: Cristian Ribera é prata e Brasil conquista primeira medalha Paralímpica de inverno da história

Nesta terça-feira, 10 de março, Cristian Ribera é prata na prova de sprint no esqui cross-country sitting e garante primeira medalha Paralímpica de inverno da história do Brasil em Milano Cortina 2026.



Foto de Alex Grimm/Getty Images

<https://www.olympics.com/pt/milano-cortina-2026/jogos-paralimpicos/noticias/>

7. O que torna essa medalha histórica para o Brasil?

---

---

---

Analise a imagem e responda.



<https://ge.globo.com/blogs/quatro-linhas/post/2019/01/08/nao.ghtml>

8. Na charge, um personagem afirma: “Não deve dar pra fazer muito numa cadeira...”, porém, logo se surpreende com a ação do outro personagem. O que essa situação revela?

---

---

---

---

Considere a imagem.



<https://www.instagram.com/p/C0c-8UUoPop/>

9. Qual a diferença entre inclusão e acessibilidade dentro do esporte?

---

---

---

Observe a capa de uma revista e responda.



<https://shopee.com.br/Gibi-Saiba-Mais-Sobre-Esportes-Paral%C3%ADmpicos-108-de-%C3%89rico-Rodrigo-Maioli-Rosa>

10. Cite pelo menos 2 esportes paralímpicos que aparecem na capa do gibi.

---

---