**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

El deporte adaptado es aquella modalidad deportiva que se adapta a las condiciones de una persona con discapacidad, de manera que no solo se lo utiliza como un recurso lúdico, sino que también se lleva adelante de manera competitiva y como una herramienta de inclusión en la sociedad.

**Breve historia:**

El primer registro de actividades deportivas se remonta a 1888 en Berlín y se lo vincula a personas con discapacidad auditiva. Recién en épocas posteriores a la segunda guerra mundia, se logró una mayor relevancia: aquí se favoreció a inclusión en la y se les permitió rehabilitar sus aptitudes físicas y mentales. Luego, en los juegos olímpicos de Londres en 1948, se realizó la primera competencia con personas con discapacidad (ex militares de la segunda guerra mundial). Por supuesto, estos juegos fueron el germen que permitió la creación de los juegos paraolímpicos en Roma en el año 1960, creándose también el comité Paralímpico internacional, con sede central en Alemania.

**¿El deporte adaptado tiene clasificaciones? ¿Por qué y para qué clasificamos?:**

En el deporte Paralímpico pueden participar personas con discapacidad física, visual e intelectual. El deporte adaptado tiene clasificaciones y éstas se crean con el objeto de que las personas puedan ser agrupadas en función de condiciones similares, para lograr así una competencia más justa en términos de igualdad. Cada deporte tiene su sistema propio de clasificaciones pensados en base al criterio mencionado y a la evidencia científica que le brinda sustento de rigor internacional. Finalmente, cada deportista luego de su evaluación, tendrá un “estatus deportivo” que le permitirá asistir oficialmente a las competencias y a subsecuentes sesiones de evaluación.

Algunos de los deportes que podemos nombrar y que forman parte de las modalidades Paralímpicas son: Básquet en silla de ruedas, Boccia, Fútbol 5, Goalball, Natación, Vóley sentado y Tenis de Mesa.

Cabe destacar también que la Organización Mundial de la Salud remarca la importancia de la actividad física en general como un hábito necesario y saludable para la vida, tanto en personas con y sin discapacidad. Además, se encuentra establecido un mínimo de horas semanales recomendadas de actividad física para las distintas poblaciones.

**Deporte Adaptado en Argentina:**

En el año 2007, la República Argentina firmó la Convención de los Derechos de las personas con discapacidad, de la cual deriva la Ley 26.378. La misma, representa una gran conquista social que protege los derechos que la ley promueve. En su artículo 30, se hace mención sobre las actividades recreativas, deportivas y competitivas. El respaldo del Estado para proteger y asegurar estos derechos implica, además, que cumpla un rol facilitador mediante la apertura de espacios, la financiación y ejecución. El Estado debe garantizar todo lo necesario para que se cumpla lo establecido por la ley.

**Deporte adaptado en el partido de la Matanza:**

CEDIMA es una institución que brinda un espacio de cuidado y formación para que las personas con discapacidad puedan realizar deportes. Allí, personas voluntarias y profesores de educación física, trabajan en conjunto para que las actividades puedan realizarse. Algunos de los deportes que allí se practican son: Judo, tenis de mesa adaptado, básquet sobre silla de ruedas, judo para ciegos y gimnasia para personas con discapacidad intelectual moderada y profunda.