

# **DEPORTE Y DISCAPACIDAD**

**Buenos días mi nombre es Carla soy del grupo mixto del Colegio Nuestra Señora de La Antigua. Y para celebrar el Día de la discapacidad que se celebra el 3 de diciembre he realizado este trabajo sobre EL DEPORTE EN PERSONAS DISCAPACITADAS.**

Mi familia está muy implicada en colaborar y dar visibilidad a lo importante que es el deporte en las personas con discapacidad física.

Mi madre colabora con el Ayuntamiento en el deporte.

Mi abuelo también colabora con el ciclismo ,y hace eventos deportivos.

Porque mi familia tiene una tienda de bicicletas en Mérida y le encanta el deporte.

Para las personas con discapacidad es muy importante el deporte, porque mejora su desarrollo físico, intelectual, emocional y social. Favorece el bienestar físico, sus emociones y se relacionan mejor con los demás. También tienen mejor autoestima y tienen más habilidad. Así mejora su salud.



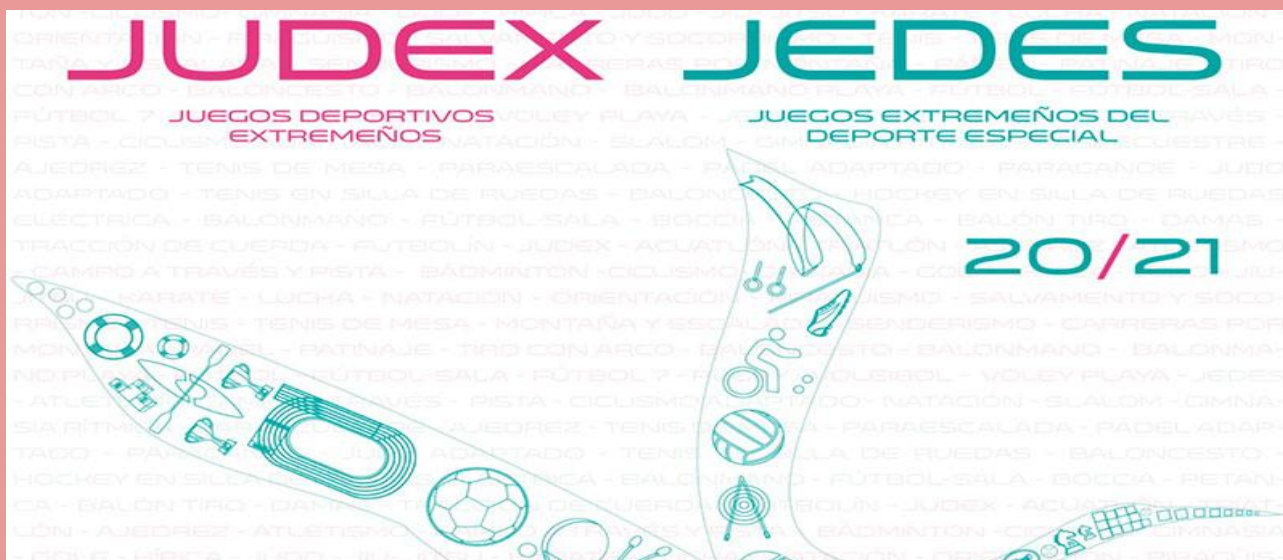
El deporte mejora la condición física de la persona con discapacidad en su vida diaria:

- Resistencia
- Velocidad
- Fuerza
- Movilidad
- Mejora la coordinación ( orientación, equilibrio, reacción, percepción, adaptación, ritmo)
- Previene las enfermedades por falta de movilidad
- Favorece la seguridad
- Flexibilidad



Beneficios de la actividad física para niños con discapacidad:

- Aumenta el equilibrio físico y mental
- Favorece su sociabilidad e integración con los demás
- Mejora la concentración
- Estimula y motiva
- Fomenta el trabajo en equipo



***En Extremadura, se celebran cada año los JEDES, que significa: juegos Extremeños del Deporte Especial y este año pasado se celebraron en Cáceres, en el Centro Nacional de Tecnificación Deportiva de la Ciudad deportiva, del 9 al 12 de noviembre.***

***Pueden participar todos los deportistas extremeños inscritos en un club deportivo o entidad de actividad físico- deportiva constituida formalmente en Extremadura y con alguna diversidad funcional, ya sea intelectual, física y/ o parálisis cerebral o sensorial.***

***Los JEDES son muy importantes porque se adquiere una mayor confianza, integración y superación personal para quienes va destinado.***





Realizado por Carla López Guillén