

# Deporte Adaptado



# DEPORTE PARA TODOS



Proyecto deporte adaptado  
Sección deportiva C.I.D. S.C.  
el vendrell "BAIX PENEDÈS" TERRASSONÈ



# **DEPORTE ADAPTADO, DEPORTE PARA TODOS**

## **1.- INTRODUCCIÓN**

## **2.- BENEFICIOS PSICOLÓGICOS Y SOCIALES**

## **3.- CLASIFICACIÓN DE DEPORTES PARA DISCAPACITADOS**

### **3.1.- LA REHABILITACIÓN**

### **3.2.- DEPORTE TERAPEÚTICO**

### **3.3.- EL DEPORTE RECREATIVO**

### **3.4.- EL DEPORTE DE COMPETICIÓN.**

### **3.5.- EL DEPORTE DE RIESGO Y AVENTURA**

## **4.- HISTORIA DEL DEPORTE ADAPTADO**

### **4.1.- HISTORIA DEL DEPORTE EN ESPAÑA**

## **5.- ORGANIZACIONES DEPORTIVAS**

### **5.1.- ORGANIZACIONES NACIONALES**

## **6.- RESUMEN DE LOS DEPORTES SEGÚN LA DISCAPACIDAD**

## **7.- TABLA DE OBJETIVOS DEL DEPORTE ADAPTADO**

## **8.- ASSOCIACIÓ JOAN SANCHEZ Y EL VENDRELL... OBJETIVO: MUNICIPIO DE REFERENCIA EN EL DEPORTE ADAPTADO**

### **8.1.- ACTIVIDADES QUE OFRECEMOS**

### **8.2.- COMO LAS OFRECEMOS**

### **8.3.- OBJETIVOS**

## **9.- ANEXO 1, PRESUPUESTO GENERAL DEPORTES ADAPTADOS**

## **10.- ANEXO 2, PRESUPUESTO ESPECÍFICO BALONCESTO EN SILLA DE RUEDAS**



## 1.- INTRODUCCIÓN.

En los últimos años ha ido en aumento una preocupación por parte de las diferentes sociedades para integrar en su seno a personas con diferentes discapacidades, huyendo al fin de esa “integración” sobre protectora, que toma a los más “desprotegidos” como sujetos pasivos, sin capacidad de diseño ni de crítica sobre sus destinos.

Esta integración constituye un derecho reconocido en las diferentes constituciones de los países democráticos y así mismo en la carta de Derechos Humanos de la O.N.U. **El derecho es la igualdad de oportunidades.**

Además del término Discapacidad existen otros términos que pueden utilizarse como sinónimo: Disminución, deficiencia, capacidades diferentes, minusvalía; en inglés encontramos que los dos más utilizados son disability y handicap.

En España se utiliza generalmente el término “Discapacidad”. A mi entender, el término justo es el de “Diversidad Funcional” aunque aceptaremos discapacidad ya que, ésta, nos figura una disminución de alguna/s capacidad/es en comparación al grado que se considera normal.

El Deporte para personas con discapacidad deberá ser adaptado a la disminución que evidencia, según sea esta de índole motora, mental y/o sensorial.

Cualquier niño, adolescente y adulto con alguna/s de estas tres grandes discapacidades puede practicar deportes, sólo habrá que buscar aquel que corresponda según la patología y el grado de afección, así como del gusto y las cualidades. El certificado médico previo es importante ya que en algunas patologías el deporte está contraindicado: insuficiencias cardíacas agudas, enfermedades infecciosas en su período crítico, artritis reumatoidea, etc.



Hoy en día los niveles técnicos, tácticos, de dedicación de empleos de nuevas tecnologías, etc., del deporte con personas discapacitadas es similar al deporte de los llamados “normales” despertando igualmente un espectáculo deportivo.

## 2.- BENEFICIOS PSICOLÓGICOS Y SOCIALES

El deporte adaptado representa una real importancia en el desarrollo personal y social del individuo que lo practica. Uno de los principales beneficios a tener en cuenta es aquel de índole psicológico.



Toda persona con alguna disminución de sus capacidades deberá enfrentar una sociedad construida sobre parámetros “normales”, siendo muchas veces estos parámetros las barreras que diariamente las personas con discapacidad deberán sortear.

El deporte ayudará en un principio a abstraerse por momentos de los inconvenientes que esas barreras acarrearán; además fortalecerá su psiquis (afectividad, emotividad, control, percepción, cognición). Pero lo que es más importante es que el deporte crea un campo adecuado y sencillo para la auto-superación, ella busca establecer objetivos a alcanzar para poder superarse día a día y luego a partir de ellos proyectar otros objetivos buscando un reajuste permanente, un “feed-back”. La **auto-superación** no sólo acarrea beneficios de índole psicológica sino también social.

### **3.- CLASIFICACIÓN DE DEPORTES PARA DISCAPACITADOS**

Lo primero que hay que decir es que las personas con diversidad funcional debido a su discapacidad no pueden practicar deporte en la misma manera y competir en las mismas condiciones que las personas sin discapacidad. Se ha creado por tanto una categoría o modalidades que se conoce como "deporte adaptado".



Si la actividad física para las personas consideradas coloquialmente como “normales” es muy importante, para las personas discapacitadas es vital, esto es debido a la necesidad de potenciar al máximo sus zonas dañadas para así compensar sus deficiencias y poder desenvolverse lo mejor posible.

Según José Antonio García de Mirgo, profesor titular de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad Politécnica de Madrid, en su libro "Actividades físicas y deportes para minusválidos", el deporte para estas personas se clasifica en 5 fases.

#### **3.1.- LA REHABILITACIÓN**

Es la primera fase de la actividad física adaptada. Su objetivo es dotar a la persona de la movilidad suficiente para que pueda adaptarse a su entorno y llevar una vida lo mas normalizada posible.



Si la discapacidad es de tipo motor, la rehabilitación se basa en ejercicios de fisioterapia y en ejercicios correctivos. Si la discapacidad es de tipo psíquico se trata de concienciar a las personas de sus posibilidades y de contribuir a una correcta integración social.



Si la discapacidad es psicomotora habría que hacer entonces un trabajo más complejo aún, que incluiría por ejemplo:

- Intentar compensar la falta de coordinación
- Elaborar un correcto esquema corporal.

El trabajo es normalmente individualizado, se lleva a cabo por personal sanitario y tiene pocas posibilidades lúdicas y recreativas.

### **3.2.- DEPORTE TERAPEÚTICO**

Es la segunda fase del deporte adaptado. Su objetivo es perfeccionar aquellas cualidades que se han ido desarrollando en la fase anterior mediante juegos y deportes adaptados a la discapacidad. Es decir, su objetivo es valerse en la vida cotidiana.

Aquí existe una mayor autonomía. También es importante la coordinación del personal sanitario y especialista en Educación Física. Se trata de actividades poco o nada competitivas.

La elección de un deporte u otro depende de una serie de factores:

- Tipo de discapacidad
- Motivación que tenga una persona u otra
- Medios materiales que se tengan

Alguno de los *deportes terapéuticos* más destacados:

- Atletismo terapéutico
- Balonmano es silla de ruedas
- Slalom en silla de ruedas
- Juegos con paracaídas
- Lanzamiento de saquitos de arena
- Gallina ciega en silla de ruedas
- Natación terapéutica
- Fútbol en silla de ruedas
- Bolos
- Boccia (especie de petanca)
- Diferentes juegos con pelota

### **3.3.- EL DEPORTE RECREATIVO**

Se caracteriza porque el objetivo fundamental es recreativo o de diversión. En segundo orden puede tener objetivo de integración, relación social, sentirse útil.

Ya no va dirigido por personal sanitario.





### ***Actividades posibles:***

- Carrera de orientación
- Danzas en silla de rueda
- Frisbee
- Pesca
- Bandy (especie de hockey hielo pero sin hielo y en silla de ruedas)
- Juegos populares o tradicionales
- Gymkhana
- Billar
- Malabares
- Bolos
- Petanca

- **Bádminton**: Este es un deporte muy adecuado para adaptarlo a personas con discapacidad por varios motivos:

- Se aprende muy rápido
- Es muy importante que el volante cuando caiga no haga daño
- Si el Badminton se juega en silla de ruedas es mejor jugar a dobles porque así los desplazamientos no serán muy largos, y es conveniente bajar la altura de la red.

### **3.4.- EL DEPORTE DE COMPETICIÓN.**

Se caracteriza por la superación de si mismo y la búsqueda de resultados competitivos.



Este deporte contribuye al desarrollo personal del discapacitado a través de sus logros, la mejora de sus marcas, la mayor autonomía, etc.

Un requisito previo a la competición es la valoración y clasificación funcional de la discapacidad.

El objetivo de esto es determinar el potencial físico de la persona y clasificarla de manera que compilan entre sí personas con parecidas discapacidades.

Son muy pocos los deportes en los que las personas discapacitadas pueden competir con las llamadas personas “normales”. Ej. Tiro con arco.

***Alguno de los deportes de competición*** que tienen mayor demanda y suscitan mayor interés entre los discapacitados son los siguientes:

- Atletismo
- Baloncesto en silla de ruedas
- Ciclismo
- Futbol 7
- Halterofilia
- Natación



- Esgrima
- Tiro olímpico
- Tiro con arco
- Voleibol

- **Tenis en silla de ruedas:** Requiere un gran manejo de la silla de ruedas. Solo existe una única categoría y el requisito para poder estar es tener una pérdida parcial o total de una o de las dos extremidades o de sus funciones.



La manera de competir es igual que el tenis, un ranking según las victorias.

- **Tenis sobre mesa:** Comenzó siendo un deporte recreativo pero posteriormente paso a ser un deporte competitivo y paso a ser deporte paralímpico.

Hay 2 *categorías*:

- Los que juegan de pie
- Los que juegan en silla de ruedas

Es muy importante el juego de muñeca, si no se posee mano o no puede agarrar la raqueta se puede precisar de una ayuda.

### **3.5.- EL DEPORTE DE RIESGO Y AVENTURA**

Las razones que pueden llevar a una persona a practicar estos deportes son diversas:

- Gusto por experimentar nuevas sensaciones
- Porque le guste el riesgo y la aventura o por este tipo de sensación
- Para superarse
- Como medio catártico

Es mucho más importante tomar precauciones y medidas de seguridad necesarias al practicar este tipo de deporte.



Hay **cinco grupos** dentro de esta categoría:

- A.- Deportes de montaña:** Esquí, escalada
- B.- Deportes Campestres.** Camping, senderismo, equitación, silla de montaña
- C.- Deportes Acuáticos.** Vela, piragüismo, windsurf, rafting, esquí náutico, submarinismo



**D.- Deportes con Motor.** Motonáutica, deportes aéreos con motor

**E.- Deportes de Riesgo.** Puenting, ala delta

#### **4.-HISTORIA DEL DEPORTE ADAPTADO**

Corría el año 1847 cuando el pedagogo Austriaco Klein edita un libro llamado “Gimnasia para Ciegos” en donde incluía deportes para esta población. A fines del 1800 se realiza en Europa el primer Programa de Deportes para sordos.

Pero cuando realmente comenzó el Deporte Adaptado para personas con discapacidad fue tras la Segunda Guerra Mundial que arrasó al continente europeo desde 1939 a 1945, el panorama que presentaba la sociedad era absolutamente nefasto. Entre muchas de sus secuelas quedó una ingente cantidad de personas mutiladas por los rigores del conflicto bélico. Estas se encontraron totalmente desamparadas y sin protección alguna.



La sociedad europea se hallaba, pues, ante dos problemas de enorme envergadura: por un lado, la reconstrucción de sus ciudades; por otro, la búsqueda de acomodo a las personas con minusvalía, que se enfrentaban al reto de su reinserción social.

En 1946 el Dr. Ludwig Guttman, neurólogo y neurocirujano del Hospital de Lesionados Medulares de Stoke Mandeville, implementó por primera vez el Deporte en silla de ruedas. En un principio Guttman buscaba a través del deporte restablecer el bienestar psicológico y el buen uso del tiempo libre del paciente, pero al tiempo se dio cuenta que la disciplina deportiva influía positivamente también en el sistema neuromuscular y ayudaba a la reinserción de la persona en la sociedad.

El Doctor comenzó con el tiro con arco, el baloncesto en silla y el atletismo, para luego seguir con muchos otros deportes más hasta llegar a implementar en 1960 la halterofilia.

En 1948 se realizaron los 1eros Juegos de Deporte en silla de ruedas Nacionales (Inglaterra) en Stoke Mandeville. Estos Juegos pasaron a ser Internacionales cuando en 1952 se sumaron los holandeses.

Al mismo tiempo, en Estados Unidos, en el hospital de Van Muysel (California) el baloncesto en silla hacia furor. En





1948 se realizó, aunque de manera no oficial, el 1er Campeonato del Mundo de baloncesto en silla, y se formó la N.W.B.A. (National Wheelchair Basketball Association).

#### **4.1- HISTORIA DEL DEPORTE EN ESPAÑA**

La introducción del deporte adaptado en España tuvo lugar en Catalunya. En un principio, el año 1958, la Diputación de Barcelona bajo la dirección del Ilustrísimo Señor Joan Antoni Samaranch, inaugura las “Llars Mundet” en la zona de Vall d’Hebrón de Barcelona, para acoger a niños y jóvenes provenientes de la antigua Casa de la Caridad. El director de deportes del centro, el salesiano señor Joan Palau, inspirado en la filosofía del Dr. Guttmann, fomentó la actividad deportiva de los jóvenes con discapacidad del centro, ya que entre los residentes había un gran número de afectados por secuelas de poliomielitis. Para que estos no se vieran segregados, habilitó un espacio específico, el campo de Santa Rita, donde se practicaban deportes adaptados: natación, tenis de mesa y atletismo, bajo las órdenes del entrenador de natación señor Pere Cervera.

En los inicios de los años sesenta, coinciden en este tipo de iniciativas el Dr. Ramón Sales, director de Traumatología de la Residencia Francisco Franco (ahora Vall d’Hebron), el cual introduce en baloncesto en silla como terapia para sus pacientes parapléjicos, siguiendo así, el modelo vigente en el mundo Occidental, análogamente, los doctores Emili Isamat i Miquel Sarrias (éste, discípulo del Dr. Guttmann) del Hospital “Asociación Nacional de Inválidos Civiles” (hoy Hospital Institut Guttmann), introducen como practica rehabilitadora de sus pacientes, diversas disciplinas deportivas adaptadas, principalmente la natación, el tiro con arco, el tenis, la boccia y el baloncesto en silla.

#### **5.- ORGANIZACIONES DEPORTIVAS**

La **Organización Internacional del Deporte** de Competición para Atletas con discapacidad está a cargo de la **IPC** (Comité Paralímpico Internacional). Aunque se constituyó formalmente en 1989, no fue hasta 1992, después de los Juegos de Barcelona, cuando asumió plenamente la responsabilidad de liderar el movimiento paralímpico, pasando a ser la Institución **representativa del deporte de élite practicado por personas con discapacidad**, y teniendo como principios fundamentales los siguientes:



- Formar y constituirse en la organización representante de los deportes para personas con discapacidad a nivel mundial.
- Organizar, supervisar y coordinar los Juegos Paralímpicos y Campeonatos Mundiales y Regionales de multi-discapacidad, como única organización con derecho para hacerlo.



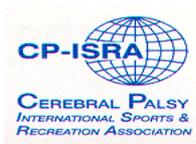
- Coordinar el calendario de competiciones internacionales y regionales garantizando el respeto a las necesidades técnicas y deportivas de cada grupo de discapacidad.



- Luchar por la integración de los deportes para personas con discapacidad en el movimiento internacional de deportes para no discapacitados, salvaguardando y preservando su identidad.
- Trabajar con el Comité Olímpico Internacional y demás organismos deportivos internacionales para alcanzar estos objetivos y principios.

Por debajo de esta organización existen los **IOSDs** que son las cuatro organizaciones deportivas internacionales, estas son:

- **CPISRA:** Asociación recreativa y deportiva internacional de la parálisis cerebral.
- **IBSA:** Asociación Internacional de Deportes para ciegos.
- **INAS-FID:** Asociación deportiva internacional para personas con discapacidades intelectual.
- **IWAS:** Federación Internacional de deporte en silla de ruedas y amputados.



Cada Federación de estas cuatro tienen sus deportes, muchas veces unificados pero la mayoría son independientes. Son 23 **Comités Deportivos**.

Para que no existan ventajas en los diferentes deportes existen varios **Sistemas de Clasificación** según el deporte y la discapacidad. Existe una Clasificación por discapacidad. La clasificación por discapacidad es sólo genérica. En el Deporte Adaptado a personas con discapacidad motora un mismo deportista puede variar su categoría según el Deporte o la prueba que realice. Ej.: Un nadador puede tener una categoría para crol y otra para espalda. O también un atleta con Parálisis Cerebral puede tener una categoría 6 en fútbol y en Boccia ser un categoría 2. El atleta con P.C. (parálisis cerebral) aproximadamente en un 15 % dividen su clasificación en dos categorías.

La clasificación se establece según el **volumen de acción** del deportista en relación a la disciplina deportiva que va a realizar. No se debe tener en cuenta la



performance o el nivel de juego, sí se necesita poseer un nivel técnico inicial para poder clasificarlo. Los clasificadores son los que establecen una categoría que siempre está dada por un número.

### **5.1.- ORGANIZACIONES NACIONALES**

En España, la organización de deportes de competición para discapacitados está a cargo del CPE (Comité Paralímpico Español)



El Comité Paralímpico Español se creó en 1995 y desde su constitución cuenta con la Presidencia de Honor de S.A.R. la Infanta Doña Elena. En 1998 se modificó la Ley del Deporte y se reconoció al Comité Paralímpico

Español con la misma naturaleza y funciones que las del Comité Olímpico Español. Esta misma Ley, a su vez, declaró al Comité Paralímpico Español entidad de Utilidad Pública.

Desde su creación, el Comité Paralímpico Español se configuró como el órgano de unión y coordinación de todo el deporte para personas con discapacidad en los ámbitos del Estado Español, en estrecha colaboración con el Consejo Superior de Deportes.

Forman parte del Comité Paralímpico las cinco federaciones españolas deportivas que, en función de cada tipo de discapacidad, organizan todo el deporte de competición en nuestro país y que cuentan, en total, con más de 13.000 deportistas afiliados.

Asimismo, y reflejo del apoyo institucional que recibe, en la Asamblea General del Comité Paralímpico Español están representados el Consejo Superior de Deportes, los Ministerios de Trabajo y Asuntos Sociales y de Asuntos Exteriores y Cooperación, el Comité Olímpico Español y la Asociación Española de Periodistas e Informadores Deportivos.



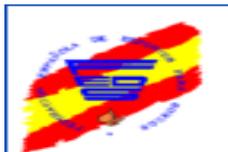
Es en el año 1968 cuando se funda la **Federación de Deportes para Minusválidos**, Federación que agrupaba a todos los grupos de discapacitados, encargada de los diferentes deportes y actuaciones de nuestros deportistas a nivel internacional, hasta que en 1990, con la entrada en vigor de la Ley española del Deporte 10/90, el deporte de los discapacitados se desglosa en la creación de cinco Federaciones españolas diferentes, que son:

- Federación Española de Deportes para Ciegos (**FEDC**)
- Federación Española de Deportes para Discapacitados Intelectuales (**FEDDI**)
- Federación Española de Deportes para Sordos (**FEDS**)
- Federación Española de Deportes de Parálíticos Cerebrales (**FEDPC**)



- Federación Española de Deportes para Discapacitados Físicos (**FEDDF**)

Estas cinco Federaciones han ido desarrollándose hasta llegar a la actualidad, en la que cada una tiene sus propios Estatutos y Reglamentos.



## 6.- RESUMEN DE LOS DEPORTES SEGÚN LA DISCAPACIDAD

Como hemos visto tenemos cuatro Federaciones Internacionales las cuales incluyen deportistas de un tipo de discapacidad. Muchas veces hay deportes que están organizados y fiscalizados por la Federación que le corresponde según la discapacidad, pero hay otros deportes que necesitan no solo de la organización y fiscalización de dos o más asociaciones sino de un Comité específico de ese Deporte.

Los deportes que tenemos dentro de la **CPISRA** (Federación de deporte y recreación para parálisis cerebrales) son: Atletismo, boccia, ciclismo, fútbol-7, natación, tenis de mesa, slalom, deportes de invierno. Algunos de estos deportes participan no sólo personas con parálisis cerebral como son es el caso de la boccia, el atletismo o la natación. En la natación y el atletismo muchas veces deberán realizar la misma prueba con atletas discapacitados que no sean P.C. La clasificación específica de esta Federación incluye las categorías CP1, CP2, CP3, CP4, CP5, CP6, CP7 y CP8.



Los deportes que se encuentran dentro de la **IBSA** (Federación de deportes para ciegos) son: Atletismo, ciclismo, esquí alpino, esquí de fondo, fútbol sala, goalball, judo, tiro, tiro con arco, torball. Las clasificaciones son B1: Son totalmente ciegos. Pueden poseer una ligera percepción, pero es incapaz de reconocer las formas de la mano a cualquier distancia. B2: Atletas con la agudeza visual que incluye 20/600, o un campo de visión limitado a menos de 5 grados. Y el B3: atletas con una agudeza visual mayor que 20/600 pero menos de 20/200, o un campo de visión que va de 5 a 20 grados. En Natación realizan la competencia integrados a otras discapacidades pero nunca en una misma prueba salvo en las postas. El torball como el goalball es un deporte propio de los discapacitados visuales y en el ciclismo como en el atletismo llevan un acompañante vidente.



Los deportes que se encuentran en la **INAS-FID** (Federación de deportes para disminuidos intelectuales) son múltiples pero aquellos que tienen un aval Paralímpico



son el Baloncesto, atletismo, natación, tenis de mesa y otros importantes son el fútbol y la gimnasia deportiva. Esta federación sólo engloba a los atletas de Nivel “A”, aquellos cuyo coeficiente intelectual según el test de Wisc sea menor de 70 pero cuyas marcas o nivel de juego sean los mejores. No incluye a Atletas de categoría “B” y “C” y con esto se descarta totalmente a aquellos disminuidos intelectuales de nivel moderado y severo.



Los deportes que se incluyen en la **IWAS** (Federación Internacional de deporte en silla de ruedas y amputados) son: Atletismo, natación, baloncesto en silla, tiro con arco, tiro, tenis de mesa, halterofilia, quadrugby, tenis en silla, esgrima, hockey en silla eléctrica, badminton, futbol para amputados, voleibol, hockey sobre hielo, esquí nórdico y esquí alpino. Aquí tenemos que tener en cuenta que la clasificación difiere para los deportes que se realiza desde la silla de ruedas como aquellos que se realizan de forma ambulante en el medio terrestre como acuático. Engloba a lesionados medulares traumáticos, mielomeningocele, secuela de poliomielitis, amputados o dismelias. Dentro del sistema de clasificación específico de esta Organización se clasificará a atletas con lesión del Espinal, Espina Bífida y Polio.

## **7.- TABLA DE OBJETIVOS DEL DEPORTE ADAPTADO**

OBJETIVOS DEL DEPORTE ADAPTADO	CAMPOS	ÁMBITO
- Promover la auto-superación.	Psicológico	Terapéutico Competitivo
- Mejorar la auto-confianza	Psicológico	Terapéutico Competitivo
- Disponer sanamente del tiempo libre y el ocio.	Psicológico Social	Recreativo Terapéutico
- Promover el deporte como estilo de vida.	Psicológico Social Terapéutico-educativo	Recreativo Competitivo
- Establecer el deporte como medio de integración.	Social Psicológico	Recreativo Competitivo
- Mejorar las cualidades perceptivo-motoras	Terapéutico-educativo	Escolar Terapéutico



OBJETIVOS DEL DEPORTE ADAPTADO	CAMPOS	ÁMBITO
- Adquirir y mejorar las habilidades motoras.	Terapéutico-educativo	Escolar Terapéutico Competitivo
- Adquirir y perfeccionar las capacidades condicionales y coordinativas.	Terapéutico-educativo	Escolar Terapéutico Competitivo
- Contribuir a mantener y mejorar las funciones corporales obtenidas en su etapa de tratamiento físico individual.	Terapéutico-educativo	Terapéutico Competitivo
- Mejorar las funciones motoras, sensoriales y mentales.	Terapéutico-educativo	Terapéutico Escolar Competitivo
- Estimular el crecimiento armónico, previniendo deformidades y vicios posturales.	Terapéutico-educativo	Terapéutico Escolar
- Desarrollar las técnicas específicas de la disciplina deportiva que corresponda.	Terapéutico-educativo	Competitivo Recreativo Terapéutico

## **8.- ASSOCIACIÓ JOAN SÁNCHEZ Y EL VENDRELL... OBJETIVO: MUNICIPIO DE REFERENCIA EN EL DEPORTE ADAPTADO**

Este es nuestro objetivo, que hablar de la Sección Deportiva de l'Associació Joan Sánchez y del Vendrell, sea hablar de Deporte Adaptado, una entidad y un municipio, ligados para siempre, referentes en España del deporte para personas con Diversidad Funcional.



Y con esta ambiciosa intención nace nuestra sección. Como hemos venido explicando en este dossier, el deporte adaptado posee un amplio ramillete de disciplinas deportivas,



adecuadas a los diferentes tipos de discapacidad. Deportes que pueden tomarse como rehabilitadores, terapéuticos, de recreo o de competición. Desde nuestra entidad, sabedores de los innumerables beneficios que la práctica deportiva conlleva, queremos abarcar un amplio abanico de modalidades deportivas, queriendo llegar a la población discapacitada, no solo de nuestro municipio – comarca, sino, a todo aquel que desee formar parte de nuestro ambicioso proyecto, ya venga de las comarcas vecinas del Garraf o Alt Penedès, o desde Tarragona y Barcelona. Queremos llenar ese vacío deportivo que desde Barcelona hasta Valencia nos han impuesto (en gran medida, a consecuencia del centralismo barcelonés) y llenarlo con multitud de disciplinas deportivas, dando así opción a la persona afectada por una discapacidad, a elegir el deporte que más la satisfaga y/o que más se adecue a sus posibilidades físicas.

### **8.1.- ACTIVIDADES QUE OFRECEMOS**

De todos es sabido que el deporte más atractivo, tanto para el que lo practica como para el espectador, es el baloncesto en silla de ruedas (B.S.R.), un deporte rápido, con acciones espectaculares, que poco tiene que envidiar a su “hermano mayor”, el baloncesto convencional.



Y, lógicamente, una entidad que quiere ser un punto de referencia en el deporte adaptado, tendrá como su deporte rey, su buque insignia, el B.S.R.

En él, podrán acceder todas aquellas personas que tienen estabilizadas, según su médico, todas las secuelas físicas, que quieran practicar un deporte de forma continuada y que puedan maniobrar con la silla deportiva, así como manejar un balón.

Pero quien no quiera o no pueda vivir el mundo del baloncesto, podrá tener la oportunidad de practicar otros deportes, en algunos casos, deportes innovadores, donde aún, ninguna entidad deportiva catalana (a excepción del Institut Guttmann, entidad nacional de referencia en la rehabilitación del discapacitado), ofrece la posibilidad de practicarlo. Estos son los deportes que deseamos ofrecer a todo aquel que quiera formar parte de nuestra entidad, cartera de deportes que, con el paso del tiempo, seguro que se ampliará.

**Tenis de Mesa**, deporte federado con competiciones autonómicas y nacionales.

**Tiro con Arco**, deporte que pertenece a la Federación de no discapacitados, dando la posibilidad de competir a discapacitados y no discapacitados en un mismo torneo. A petición de la *Federació Catalana d'Esports de Minusvàlids Físics* (FCEMF), crearemos la primera escuela de Tiro con Arco de Catalunya.



**Esgrima en silla de ruedas**, deporte federado, no muy arraigado y con competiciones nacionales e internacionales.

**Halterofilia**, o powerlifting (press banca), deporte federado a desarrollar en las instalaciones del Patronat d'Esports del Vendrell consistente en el levantamiento de pesas tumbado en una banca.

**Bádminton**, deporte federado, relativamente nuevo y con aun, pocos adeptos.

**Natación**, tanto de mantenimiento como de competición. Deporte que la FCEMF tiene gran interés de potenciar por el escaso número de nadadores discapacitados. Físicos catalanes.

**Boccia**, deporte federado para parálíticos cerebrales, a los cuales, nos encantaría poder ofrecer una salida deportiva, tanto lúdica como competitiva.

**Balonmano silla de ruedas**, deporte aún sin federar, ninguna entidad (salvo Guttman) ofrece esta posibilidad, y nosotros, conocedores de la tradición de este deporte en nuestro municipio, queremos ser pioneros en ofrecer esta modalidad.



**Korfbal**, como el anterior, es un deporte nuevo, parecido al baloncesto, con el que queremos también ser pioneros.

**Ciclismo, cicloturismo**, deporte y deporte de recreo. Para usuario en silla de ruedas, existen las handbikes (bicicletas impulsadas con las manos). Existe la posibilidad de competir federativamente o bien, utilizarlo de una manera recreativa, realizando

excursiones por las llamadas vías verdes, entre otras. Debido al alto coste de cada handbike esta actividad no podrá ofrecerse hasta que todos los deportes estén ya estabilizados.

**Equitación Adaptada**, como el anterior, un deporte con utilidad terapéutica, que puede utilizarse como deporte paralímpico, y para conocer la naturaleza que nos rodea, tan inaccesible para nuestro colectivo. Esta actividad se desarrollaría en el Centro Hípico Adaptado Mas Aragó, emplazado en el municipio del Pont d'Armentera (Tarragona)

## **8.2.- COMO LAS OFRECEMOS**

Escuela infantil de iniciación. Se crea para chicos y chicas entre ocho y dieciocho años. Se enseñaran los principios fundamentales de los diferentes deportes,



conceptos básicos y reglas de juego, ejercicios de maniobrabilidad de la silla de ruedas, uso de pelota, pases, tiros, etc.

Escuela de adultos. Es el alma de todo el esqueleto. Es un grupo de ida y vuelta, en el que están aquellos que no desean elevar su nivel de exigencia y los que trabajan para dar el salto al primer equipo.

Equipos de competición. Este grupo será el referente de toda la sección donde se reúnen de mayor nivel y formación deportiva.

### **8.3.- OBJETIVOS**

#### Objetivos de las Escuelas de Deporte Adaptado.

Integración social y readaptación a la sociedad de personas con discapacidad a través de la práctica deportiva.

Dar oportunidad de practicar deporte al máximo número de personas de todas las localidades de la provincia de Tarragona y comarcas limítrofes.

Conservar, y si es posible mejorar, las capacidades físicas y mentales que se hayan conseguido mediante la rehabilitación médica, o que se hayan conservado mediante medidas adecuadas de prevención.

Motivar para el aprendizaje del deporte, creando hábitos higiénicos y actitudes deportivas. Capacitar al deportista para la vida diaria

Implicar a las familias en la actividad deportivas de sus hijos, hermanos, padres, etc...

Consolidar la atención deportiva para personas con discapacidades físicas, como distintivo del desarrollo de nuestra localidad.

Implantar la escuela de niñ@s como una experiencia pionera en edades tempranas, colaborando con las familias en la normalización a través de la actividad física en los más pequeños.

#### Objetivos de los equipos de Competición.

Consolidación en las Competiciones Nacionales y Autonómicas.

Aumento de la estructura técnica y de atención a los equipos.

Incrementar año tras año el nivel competitivo tanto de los equipos como de los deportistas.





Una discapacidad, igual que cualquier otra dificultad, es un reto. Es una oportunidad para superarnos a nosotros mismos y hacernos más fuertes. Los deportistas con Diversidad Funcional aceptamos el reto, nos superamos... pero para lograrlo, necesitamos ayuda...  
Compartamos este Sueño,  
compartamos nuestros Logros.  
Fomentemos juntos la  
solidaridad y el Compañerismo.

## 9.- ANEXO 1, PRESUPUESTO GENERAL DEPORTES ADAPTADOS

<b>TENIS DE MESA</b>				decathlon
Mesa Artengo 719I		150,00 €	150,00 €	
Raqueta Artengo 700M	unidad	2,00 €	X8= 16,00 €	
Pelotas Artengo 800Cx10pelotas	unidad	1,50 €	X2= 3,00 €	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>153,50 €</b>	<b>169,00 €</b>	
<b>BADMINTON</b>				decathlon
Red Metaluplast Competición		349,00 €	349,00 €	
Raqueta Artengo 700steel	unidad	5,00 €	X4= 20,00 €	
Volante: Artengo 700 x6	unidad	4,95 €	4,95 €	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>358,95 €</b>	<b>373,95 €</b>	
<b>BALONMANO SILLA RUEDAS</b>				decathlon
Balon Kipsta H300 T3	unidad	12,00 €	x2= 24,00 €	
2 porterías adaptadas	??			
<b>SUBTOTAL</b>		<b>12,00 €</b>	<b>24,00 €</b>	
<b>TIRO CON ARCO</b>				decathlon
Arco Startech	unidad	29,90 €	X4= 119,60 €	
Flecha Geologic 300 Carbono	unidad	3,50 €	X30= 105,00 €	
Diana Geologic Blasón 60x60cm	unidad	0,80 €	X4= 3,20 €	
caballete o espuma	unidad	29,90 €	X4= 119,60 €	
Dactilera Geologic	unidad	2,50 €	X4= 10,00 €	
Protector brazo Geologic largo	unidad	7,90 €	X4= 31,60 €	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>74,50 €</b>	<b>389,00 €</b>	
<b>KORFBAL</b>				dalter (madrid)
Canasta con plataforma, telescópica y graduable	sin IVA	185,00 €	X2=370,00 €	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>185,00 €</b>	<b>370,00 €</b>	
<b>ESGRIMA SILLA RUEDAS</b>				grantesgrima (Cabrils BCN)
<b>Armas</b>				
Florete eléctrico completo	unidad	39,42 €	X2= 78,84 €	
Espada eléctrica completa	unidad	48,99 €	X2= 97,98 €	
Sable eléctrico completo	unidad	41,96 €	X2= 83,92 €	
<b>Indumentaria</b>				
Chaqueta Iniciación	unidad	63,58 €	X2= 127,16 €	
Careta Espada y florete	unidad	72,25 €	X2= 144,50 €	
Careta Sable eléctrico	unidad	79,48 €	X2= 158,96 €	
Guantes lavable 350N CE	unidad	15,64 €	X2= 31,28 €	
Peto interior 350N CE	unidad	32,37 €	X2= 64,74 €	
Protector pecho total PBT	unidad	22,90 €	X2= 45,80 €	
<b>SUBTOTAL</b>		<b>416,59 €</b>	<b>833,18 €</b>	
<b>TOTAL</b>		<b>1.200,54 €</b>	<b>2.159,13 €</b>	

**10.- ANEXO 2, PRESUPUESTO ESPECÍFICO BALONCESTO EN SILLA DE RUEDAS\***

CONCEPTO	DESCRIPCION	COSTE TOTAL
<b>Material técnico</b>	Sillas, recambios, mecánico	30.000,00 €
	Equipamientos, balones...	4.200,00 €
	<b>Subtotal</b>	<b>34.200,00 €</b>
<b>Infraestructura deportiva</b>		
	Arbitrajes	4.900,00 €
	Fianza	600,00 €
	Inscripción en la Liga	300,00 €
	Mantenimiento de pistas	Ajuntament
	<b>Subtotal</b>	<b>5.800,00 €</b>
<b>Transporte, viajes</b>		
	Hotel para jugadores y avión	14.500,00 €
	Alquiler autocar, furgonetas	4.000,00 €
	<b>Subtotal</b>	<b>18.500,00 €</b>
<b>Material de difusión y de oficina</b>		
	Publicidad	1.000,00 €
	Carteles, trípticos	620,00 €
	Pancartas	800,00 €
	Editar adhesivos propaganda	300,00 €
	Material de oficina	400,00 €
	Gastos federativos	480,00 €
	Asistencia a reunione federativas	900,00 €
	<b>Subtotal</b>	<b>4.500,00 €</b>
<b>Seguros</b>		
	Seguro para jugadores	400,00 €
	Seguro para sillas deportivas	500,00 €
	<b>Subtotal</b>	<b>900,00 €</b>
<b>TOTAL</b>		<b>63.900,00 €</b>

\*Presupuesto basado en el primer año de vida del equipo, al que habrá que descontar el precio de las sillas deportivas para posteriores temporadas y añadir dietas por km. de los integrantes del equipo que no sean de nuestro municipio.