

Tiempos Paralímpicos

“Paralimpic School Day” 

E.S.O.

2014

**Federación Polideportiva
de Discapacitados de
Castilla y León**

Junta de Castilla y León



Paralimpic
school day

TIEMPOS PARALÍMPICOS



¿Qué es la FECLEDMI?

Como el resto de federaciones deportivas de Castilla y León, la Federación Polideportiva de Discapacitados de Castilla y León -**FECLEDMI** a partir de ahora- es una entidad privada, sin ánimo de lucro, que tiene encomendadas funciones públicas de carácter administrativo, y que actúa como colaboradora de la Administración Autonómica de Castilla y León. La Federación tiene por objetivo satisfacer las necesidades deportivas de una amplia amalgama de la sociedad y goza de un claro reconocimiento público por su labor al exportar los valores del deporte a las personas con discapacidad.

La **FECLEDMI** engloba en un solo ente un amplio abanico de especialidades deportivas. Esta característica multidisciplinar viene dada porque la Federación se divide en cinco secciones que atienden a las diferentes discapacidades que la conforman:

1. Discapacidad Intelectual
2. Discapacidad Mixta (Parálisis Cerebral)
 3. Discapacidad Física
 4. Discapacidad Visual
 5. Discapacidad Auditiva

A nivel regional, está inscrita en el Registro de Entidades Deportivas de la Comunidad de Castilla y León con el nº 48, con fecha 18 de Febrero de 1992 y en el Registro de Entidades de Servicios y Centros de Carácter Social de Castilla y León con el nº E470596E desde el 2006. A nivel nacional, está integrada en las cinco federaciones españolas que agrupan a los deportistas con discapacidad.



A su vez, también colabora en eventos organizados por Special Olympics, entidad que centra su actividad deportiva en los deportistas con discapacidad intelectual q nivel mundial.



FECLEDMI, en la actualidad, está integrada por cerca de 1.200 deportistas con diversas discapacidades y más de 200 técnicos agrupados todos ellos en más de 40 clubes deportivos. Esta diversidad nos ayuda a mejorar la atención a nuestros federados, así como a adaptar los deportes mayoritarios y no tan mayoritarios a las circunstancias especiales que nos encontramos en el día a día. El deporte se torna como un vehículo de autosuperación, de mejora de las condiciones físicas y de fomento de valores como la cooperación, el trabajo en equipo y la solidaridad. La Federación Polideportiva de Discapacitados de Castilla y León agrupa todas las modalidades deportivas que practican las personas con discapacidad.



Fundamentación

El deporte para personas con discapacidad ha dado un salto de calidad en los últimos años. Con la celebración de los Juegos Paralímpicos de Londres 2012, el conocimiento y la difusión de este ámbito se han multiplicado exponencialmente. Los Juegos Paralímpicos suponen para los deportistas el premio a su esfuerzo, al sacrificio y al buen hacer. La Junta de Castilla y León junto con la Federación Polideportiva de Discapacitados de Castilla y León (FECLEDMI), han colaborado en 2013 en ese impulso hacia la visibilización del deporte adaptado con el proyecto "Tiempos Paralímpicos", a través del cual casi 14.000 niños y niñas de 135 Centros de Educación Primaria de la Comunidad han podido experimentar el deporte paralímpico en toda su amplitud.

Pese a estos esfuerzos, todavía queda mucho por hacer, aunque vamos por el buen camino. En el año 2014, como complemento al proyecto de 2013, se pretende implementar el proyecto en Centros de Educación Secundaria. Se llegaría así, a otros **8.000 alumnos y alumnas**, esta vez de **Educación Secundaria**, completando un número aproximado de 23.000 niños y niñas en dos años, lo que supondría un impacto indirecto estimado de unas 70.000 personas.

4

Objetivos

- Acercar el deporte adaptado y paralímpico a la población escolar de la franja de Educación Secundaria de Castilla y León.
- Sensibilizar al alumnado sobre las personas con discapacidad, mostrándoles sus posibilidades a través del deporte, experimentando y vivenciando situaciones en torno a los deportes adaptados.
- Experimentar las barreras que las personas con discapacidad superan día a día, para realizar una actividad tan cotidiana como es el deporte.
- Conocer casos reales de superación a través del deporte.
- Compartir experiencias a través de una práctica común, orientada a la tomar conciencia sobre el ocio y el deporte de las personas con discapacidad.

Contenidos

- Paralimpiadas: historia y contextualización. Audiovisual.
- Presentación experiencia deportista paralímpico (opcional y sujeto a disponibilidad).
- Talleres deportivos:
 - Boccia
 - Goalball
 - Sitting Voley
 - Baloncesto en Silla de Ruedas
 - Hockey Adaptado
 - Slalom
 - Fútbol 5 para Ciegos
- Evaluación y puesta en común de la sesión

Sesión tipo

5

Horario

Información

- 10:00-11:00 ► Sensibilización e información: juegos paralímpicos y deportistas.
Grupo completo: 100 alumnos y alumnas.
- 11:00-12:00 ► Primer grupo: 33 alumnos y alumnas, aproximado; rotaciones.
- 12:00-13:00 ► Segundo grupo: 33 alumnos y alumnas, aproximado; rotaciones.
- 13:00-14:00 ► Tercer grupo: 33 alumnos y alumnas, aproximado; rotaciones.

Calendario

De enero a junio de 2014, días a concretar con los centros

Deportes practicados

GOALBALL

El juego del goalball es un deporte para personas ciegas que consiste en marcar gol en la portería del otro equipo, que estará delimitado por unas porterías que ocuparán todo el ancho del campo. Se juega en absoluto silencio para poder escuchar. La disposición de los jugadores será de 3 de forma paralela con una distancia prudencial entre ellos y con un límite que no podrán rebasar. También otra disposición táctica será uno delante y los otros 2 algo más atrasados. Un equipo saca lanzando el balón hacia la portería contraria y tiene que tocar suelo antes de la línea del área. De esta forma el balón irá rodando y el otro equipo lo oirá. Para atrapar el balón habrá que tumbarse sobre un costado con el objeto de tapan el mayor ancho de campo posible. Una vez que un equipo recupera el balón, lo lanzará como hemos dicho anteriormente y en caso de gol, saca el equipo que lo ha recibido. Hay un juez árbitro que indicará las fueras y los goles. Parará el juego cuando vea a algún jugador desorientado y los monitores estarán pendientes de colocarlo. Ganará el equipo que marque más goles.

6



FÚTBOL 5 PARA CIEGOS

El fútbol para ciegos se juega como el fútbol-sala tradicional, con la salvedad de la disposición del campo de juego, en el que no habrá fueros de juego ni fueros de banda, pero sí de fondo. El objetivo es marcar gol en la portería contraria en la que habrá un portero vidente. La labor del portero vidente es importante para que hable o guíe a los jugadores invidentes. En los rondos ciegos, el objetivo será muy sencillo y todos en disposición circular y tapados por antifaces y agarrados de la mano deberán intentar que el balón al golpearlo no salga de dicho rondo, en caso de que lo haga el monitor de ese rondo lo volverá a meter en dicho rondo para continuar con la actividad.



7

BOCCIA

La boccia es un deporte paralímpico para personas con parálisis cerebral y discapacidad física similar a la petanca, el competidor que deje la bola más cercana al objetivo (pelota blanca) se anota un punto. En nuestro caso competirán en cada partida tres jugadores de cada equipo, cada jugador lanzará 2 bolas del color que le corresponda sentados en una silla. Los otros dos compañeros de equipo que no están

participando serán los encargados de recoger las bolas una vez que ha terminado la partida.



SITTING-VOLLEY

El Sitting Volley es una variante de voleibol para deportistas con discapacidad física. El juego y la técnica es la misma que la de voleibol, salvo en los aspectos relativos a la movilidad de los jugadores: los jugadores tienen que permanecer sentados, manteniendo la pelvis en contacto con el suelo; la elevación en el momento de jugar el balón es falta. El campo y las distintas zonas coinciden con las de voleibol, salvo por sus dimensiones. Las normas serán las mismas del voleibol, con una excepción que no habrá limitación de toques por equipo, se podrá dar los pases que quieran antes de pasar la pelota.

8



HOCKEY ADAPTADO

Pese a no ser un deporte paralímpico, el hockey adaptado es un deporte creado por Special Olympics para simplificar el nivel de destreza del hockey y adaptarlo a la discapacidad intelectual. El stick consta de un palo liso y los discos son de fieltro con un agujero en el medio para introducir dicho stick. El desarrollo del juego es similar al del hockey con dos porterías pequeñas, portero y cinco jugadores de campo.



BALONCESTO EN SILLA DE RUEDAS

El baloncesto en silla de ruedas se juega en una cancha exactamente igual a la del baloncesto olímpico, con las mismas medidas, el mismo balón, las canastas a la misma altura y la línea de triple a la misma distancia, cumpliendo, por lo tanto, las normas de la Federación Internacional de Baloncesto (FIBA). Participan jugadores con discapacidades físicas, con un sistema de puntuación médica que trata de garantizar que los deportistas con más discapacidad tengan sitio en los equipos. A cada atleta se le da una puntuación entre 1 -los más afectados- y 4,5 -los menos afectados-, y entre los cinco jugadores en cancha no pueden sumar más de 14,5 puntos. Las reglas son las mismas que las de la FIBA, aunque con las lógicas adaptaciones a los jugadores en silla, como la regla de pasos o la falta técnica por levantarse de la silla de ruedas en pleno juego. Aunque los sistemas de juego son muy similares a los del baloncesto de a pie, las defensas cuerpo a cuerpo, en zona o los bloqueos cobran gran importancia en el baloncesto en silla de ruedas.



SLALOM

El Slalom en silla de ruedas es una modalidad deportiva practicada por todas aquellas personas con lesión cerebral que se desplazan en silla de ruedas. Consiste en recorrer, en el menor tiempo posible y cometiendo el mínimo número de errores, un circuito compuesto por diferentes obstáculos. Se trata de una prueba de habilidad cuyas faltas o errores se penalizan llegando incluso a la descalificación. El Slalom desarrolla el potencial físico de la persona y mejora el uso de su medio de desplazamiento: la silla de ruedas.

10



Evaluación

La evaluación es un importante instrumento para valorar la asimilación de los contenidos y para mejorar la puesta en práctica del proyecto. Se realizará una evaluación verbal al finalizar la sesión con el alumnado y una evaluación escrita tanto a escolares como profesores. Se realizará a través del blog creado para tal efecto:

<http://www.tiemposparalimpicos.blogspot.com.es/>

Exponemos a continuación una muestra de lo que podrían ser los cuestionarios:

ALUMNADO

- 1) ¿Qué aprendizajes has adquirido con la Jornada Paralímpica? ¿Qué te ha gustado y qué no?
- 2) ¿Es la primera vez que tienes contacto con el deporte adaptado?
- 3) Si conocías algo del deporte paralímpico, cuéntanoslo.
- 4) ¿Crees que las personas con discapacidad pueden realizar deporte y actividad física con el resto de compañeros? ¿Cómo?
- 5) ¿Qué te ha cambiado la realización de la jornada de Tiempos Paralímpicos?

11

PROFESORADO

- 1.- Idoneidad de la temática ¿Qué creéis que han aprendido vuestro alumnado?
- 2.-Valora la organización general: estructura, agrupaciones, dinamismo...
- 3.- Valoración de las actividades con relación a:
 - Información previa
 - Uso de materiales y espacios
 - Idoneidad de las actividades para la edad
 - Valoración del trabajo de los monitores

4. ¿Crees que la jornada ha tenido una utilidad práctica de concienciación e información sobre la realidad Paralímpica y la sensibilización hacia la discapacidad? ¿Puede tener continuidad algo de lo aprendido con la Educación Física en tu centro?

5.- Si mañana volviésemos a repetir la actividad ¿qué cambiarías? ¿qué quitarías? ¿qué añadirías?

6. ¿Cómo docente que te ha aportado el encuentro?

Formación del profesorado

Creemos que es fundamental que el profesorado tome conciencia de que la discapacidad es una realidad dentro de la sociedad y que la participación del alumnado con discapacidad dentro de las clases es un aspecto exigible como garantía de la transmisión de valores como la inclusión y el respeto a la diversidad. Asimismo, el profesorado ha de tener herramientas para adaptar sus clases a la realidad heterogénea de alumnos con los que se encontrará.

12

Repercusión del proyecto

La repercusión del proyecto es fundamental para que la acción se transmita a la sociedad a través del alumnado. Con este proyecto, se llegará aproximadamente a unos **8.000 alumnos y alumnas de toda la Comunidad de Castilla y León**. Se desarrollarán **80 sesiones** en otros tantos centros de Educación Secundaria de todas las provincias. En cada colegio, se trabajará con algo más de 100 alumnos y alumnas por sesión. A todos ellos, además, se le distribuirá un **folleto informativo** sobre deporte paralímpico y adaptado. Se distribuirán unos 8.000.

Además, la **difusión en los medios de comunicación** favorecerá la normalización del deporte adaptado en la sociedad y proyectará una imagen social favorable de la Administración que impulsa este proyecto, ya que apoyar esta iniciativa supone darle una proyección social y asegurar a los personas con discapacidad una mejora en su calidad de vida a través de la práctica deportiva y el aumento del compromiso de los trabajadores de la educación con el colectivo implicado.

Se podrá consultar paso a paso del proyecto en el blog creado para tal efecto:

<http://www.tiemposparalimpicos.blogspot.com.es/>

FECLEDMI cuenta con los medios para difundir las actividades y actos publicitarios e informativos a través del soporte audiovisual. También facilita la labor a las televisiones que requieran de información en el caso de no poder acudir a la rueda de prensa o al evento en cuestión. Además, la herramienta web permite la actualización constante de la información y de los proyectos.

13

Datos de contacto

Sede Social:	C/ Gabilondo 17-19, 1º C. 47007 Valladolid
Teléfono:	680 419 106 - 983 189 861
Fax:	983 189 862
Correo-e:	davfdez@fecledmi.org
Página web:	http://www.fecledmi.org
Persona de Contacto:	David Fernández Atienzar Director Técnico