

C103 - Tema 1.1: Actividad física adaptada y discapacidad en la iniciación deportiva: Características básicas de las principales discapacidades: relación con la práctica deportiva



Características básicas de las principales discapacidades: relación con la práctica deportiva. Técnicas de comunicación específica: limitaciones en la iniciación deportiva

Actividad Física Adaptada y Discapacidad

Técnico Deportivo Inicial LOE

Enseñanzas Deportivas de Régimen Especial



Contenidos

Características básicas de las principales discapacidades: relación con la práctica deportiva.
Técnicas de comunicación específica: limitaciones en la iniciación deportiva.

Introducción

Actualmente según la OMS (2017) un tercio de la población mundial presenta una discapacidad permanente que le influye en su vida cotidiana, teniendo que recurrir en ella a diferentes apoyos y ayudas de diferente índole (técnica, humana, espacial, etc.). En este capítulo se presentan las características de las diversas discapacidades que podemos encontrar en la población y sus necesidades y desarrollo en la práctica de actividad física y deportiva. Además se relacionarán las características de las discapacidades con los deportes adaptados y específicos más conocidos. En el último apartado se darán las pautas específicas a tener en cuenta para programar y guiar práctica física-deportiva con personas con discapacidad.



Mapa conceptual
Imagen de elaboración propia

1. Características básicas de las principales discapacidades: relación con la práctica deportiva

1.1. Características básicas de las principales discapacidades

El término discapacidades definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1982) como un término dinámico: resultado de un déficit, ya que las discapacidades pueden ser distintas según cada individuo y contexto inmediato, y según su desarrollo. Tal y como diferencian los términos déficit, discapacidad y minusvalía, según la OMS, determinan una serie de características y afectaciones concretas en relación a la vida diaria.

Discapacidad física-funcional

La discapacidad física también es conocida como discapacidad motriz o diversidad funcional física. La afectación de las personas con diversidad funcional física es la alteración de alguno de los elementos del aparato locomotor que afecta en mayor o menor medida a las habilidades y destrezas motrices y al desplazamiento de estas personas. El origen de la situación de discapacidad puede ser un origen patológico de enfermedades degenerativas o patologías sobrevenidas del sistema nervioso o músculo esquelético; o situaciones traumáticas causadas por accidentes de diferente tipo e índole. Entre las discapacidades motrices permanentes más comunes se encuentran las siguientes (Ríos, 2005): parálisis cerebrales, espina bífida, enfermedades neuromusculares (distrofia muscular de Duchenne, poliomielitis, atrofia espinal infantil), lesiones medulares y amputaciones del tren superior o inferior.

Tomando diferentes clasificaciones (Ríos 2005, Sanz y Reina, 2012), en la tabla I se propone la siguiente clasificación.

Tabla I. Clasificación discapacidad motriz.

Discapacidades motrices	Subtipos
Espina bífida	Espina bífida oculta
	Espina bífida mielomeningocele
Parálisis cerebral infantil	Prenatal
	Perinatal
	Postnatal
Enfermedades neuromusculares	Distrofia muscular de Duchenne
	Síndrome de Rett
	Poliomielitis
	Atrofia espinal infantil
Lesiones medulares	Zona alta
	Zona media
	Zona baja
Amputaciones	Miembros superiores
	Miembros inferiores

Tanto en las lesiones medulares como en otras afectaciones de tipo degenerativo del sistema neuromuscular, debemos tener en cuenta que la afectación puede dar como resultado diferentes afectaciones según el nivel de movilidad de la persona afectada: monoplejía, diparesia, paraplejía, triparesia, tetraplejía y hemiplejía.

Discapacidades sensoriales

La discapacidad sensorial, también denominada diversidad funcional sensorial, viene definida por la limitación de la capacidad y del funcionamiento del sentido de la vista, del sentido del oído o ambos.

Personas con discapacidad visual es el término que integra a personas con diferentes grados de afectación como las personas con ceguera total (no perciben la luz o en el caso de percibirla no reconocen la procedencia de la misma), que a nivel deportivo se clasifican como B1, y las personas que mantienen un resto visual temporal o permanente que a nivel deportivo se clasifican como B2, B3 y B4. Tanto en la ceguera como en los diferentes grados de déficit visual, el origen puede ser prenatal, perinatal, en la infancia o adquirida, bien por una patología hereditaria o por una situación traumática.

La visión independientemente de la patología que afecte a la persona se ve modificada en su campo de visión y en la nitidez del mismo, tal como se puede observar en la figura 1.

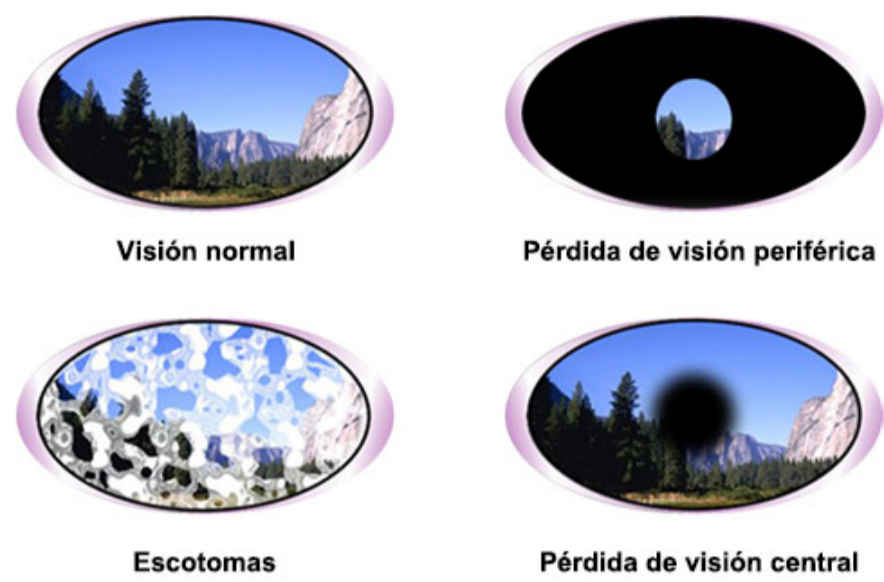


Figura 1. Tipos de visión.
Imagen de elaboración propia

La discapacidad auditiva afecta al nivel de audición que, igual que la visual, puede ser de origen neonatal o por una patología concreta. El nivel de afectación de una persona se valora a través de pruebas de oído y va en la unidad de medición del sonido: decibelios (dB). Las pérdidas auditivas se clasifican según la OMS en la siguiente tabla:

Tabla II. Grados de pérdida auditiva

Niveles	Pérdida auditiva en dB	Grado de déficit auditivo
I	10-19 dB	Normal
II	20-40 dB	Leve
III	41-55 dB	Moderado
IV	56-70 dB	Moderadamente severo
V	71-90 dB	Severo
VI	90 dB	Profundo
VII	Ausencia total de audición	Total <u>cofosis</u>

Discapacidad psíquica

En la discapacidad psíquica es importante distinguir entre los conceptos de discapacidad intelectual, enfermedad mental y trastornos psico-sociales.

La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como en la conducta adaptativa, tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Esta discapacidad se origina antes de los 18 años (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, 2010).

El test de Stanford-Binet gradúa la discapacidad intelectual en cinco niveles según el coeficiente intelectual (Sanz y Reina, 2012; Ríos, 2005):

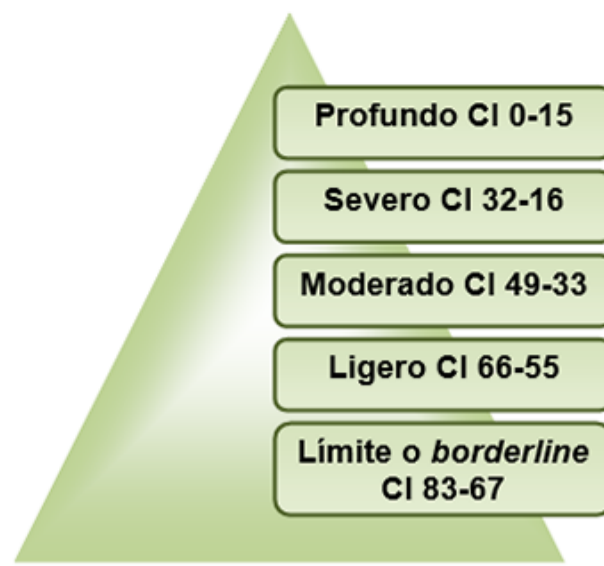


Figura 2. Grados de discapacidad intelectual según el CI.
Imagen de elaboración propia

Una enfermedad mental es una alteración de tipo emocional, cognitivo y/o comportamental, en la que quedan afectados procesos psicológicos básicos como son la emoción, la motivación, la cognición, la conciencia, la conducta, la percepción, la sensación, el aprendizaje, el lenguaje, etc., lo que dificulta a la persona su adaptación al entorno cultural y social en el que vive y crea alguna forma de malestar subjetivo.

No es fácil establecer una causa-efecto en la aparición de la enfermedad mental, que pueden ser múltiples, y en ella confluyen factores biológicos (alteraciones bioquímicas, metabólicas, etc.), psicológicos (vivencias del sujeto, aprendizaje, etc.) y sociales (cultura, ámbito social y familiar, etc.) que pueden influir en su aparición. Una enfermedad de tipo mental es aquella que se produce a raíz de una alteración que repercute sobre los procedimientos afectivos y cognitivos del desarrollo, que se traduce en dificultades para razonar, alteraciones del comportamiento, impedimentos para comprender la realidad y para adaptarse a diversas situaciones.

Los trastornos psico-sociales, entre los que destacan diferentes síndromes comportamentales como el síndrome de Tourette y las personas con trastornos del espectro autista entre otras, son patologías que, igual que otras, afectan al individuo desde la infancia manifestándose en mayor o menor medida según el grado de afectación.

1.2. Reconocimiento de la discapacidad mediante procedimientos básicos de observación de las características morfológicas y funcionales de la persona deportista

En la evaluación y el diagnóstico de las personas con discapacidad en relación a sus capacidades y limitaciones en la práctica deportiva y en su vida cotidiana, se valorará desde una perspectiva positivista dejando de un lado los déficit y valorando aquellas posibilidades de realizar actividad física deportiva y seguir unos hábitos de vida normalizados. Por lo que se intentará averiguar qué apoyos y ayudas son necesarios para la práctica deportiva, ya sea en un deporte adaptado, en un deporte específico o en una modalidad inclusiva.

A través de la observación se puede reconocer si existen necesidades específicas en cuanto a aspectos como motricidad, comunicación, aspectos afectivo-sociales y/o perfil cognitivo. La aplicación de diferentes instrumentos de evaluación nos dará la información necesaria para reconocer sus características y funcionalidades en el ámbito deportivo.

1.3. Valoración de las posibilidades individuales, más allá de las limitaciones a presentar según discapacidad

La valoración del deportista con discapacidad será similar al deportista sin discapacidad salvo pequeñas adaptaciones de los instrumentos de medida.

La valoración deportiva servirá, tal como hemos explicado anteriormente, para conocer las posibilidades de la persona con discapacidad en una práctica deportiva determinada. En algunos casos es cierto que, según el grado de discapacidad, las posibilidades aumentan o disminuyen, pero también es cierto que en muchos casos es más la motivación y la valoración que han tenido a lo largo de su desarrollo lo que determina que realice práctica deportiva y no la discapacidad que presentan.

Por lo tanto, es una labor importante reconocer qué actividades pueden desarrollar estas personas según tengan una discapacidad visual, auditiva, física o psíquica. En función de la aseveración de la discapacidad y de las características motrices que presente, se podrá hacer una valoración de las posibilidades del discapacitado, así como de sus condicionantes.

Entre las pruebas de valoración están (Sanz y Reina, 2012):

- Test de motricidad: lateralidad, equilibrio, entre otros elementos que se valoran tanto en niños con y sin discapacidad.
- Prueba: se trata de un conjunto de actividades que establecen estándares de desarrollo motor según la edad
- Balance: conjunto de pruebas dirigidas a valorar y a determinar el desarrollo máximo alcanzado por una persona en relación con un grupo de habilidades determinadas.
- Batería: conjunto de pruebas y test complementarios que sirven para evaluar un grupo de aspectos de la persona.
- Escala de desarrollo: comprende un conjunto de pruebas de dificultad escalonada que permite valorar el desarrollo motor de una persona.

1.4. Condicionantes derivados de un tipo de discapacidad para la práctica físico-deportiva

Consecuencias a nivel perceptivo-motor, según tipo discapacidad

La discapacidad motriz o física afecta o puede afectar de forma transitoria y permanente. Algunas de las afectaciones son permanentes y con el trabajo físico y la rehabilitación las posibilidades físicas y motrices se aumentan. En otros casos empeoran con el tiempo o deterioran el sistema músculo-esquelético por la falta de actividad. El grado de discapacidad y el tipo de afectación determinarán que la práctica deportiva necesite más o menos apoyos y ayudas.

Las personas que presentan patologías que afectan al sistema neuromuscular tienen problemas en la motricidad fina y por lo tanto en la manipulación de objetos. Además, los procesos perceptivos también suelen estar afectados en relación con la percepción espacial, la construcción del esquema corporal y los conceptos espacio-temporales.

Según el tipo de afectación, las personas con discapacidad psíquica pueden ver afectado o no su sistema perceptivo-motor. Su desarrollo no suele llegar al máximo de posibilidades fisiológicas debido a la reducción de relación con el entorno por los problemas de comprensión y relación con el mismo. Por lo tanto las personas con discapacidad psíquica suelen presentar un ritmo más lento en su desarrollo motor y poseen dificultades en coordinaciones complejas y destrezas manipulativas.

En cuanto a las personas con discapacidad visual, su desarrollo motor viene determinado por el grado de afectación y la edad en la que ha comenzado la patología ocular. Las personas que son ciegas totales de nacimiento presentan más problemas en el esquema corporal, la estructuración espacial y el equilibrio corporal. Las personas con enfermedades degenerativas que han tenido un desarrollo infantil provisto de la visión tienen un mayor control corporal y un esquema corporal desarrollado, pero presentan más miedos en el desarrollo de actividades deportivas en ausencia de vista.

Las personas con discapacidad auditiva, en función del grado de afectación y de la estimulación durante la infancia, pueden presentar problemas en la coordinación segmentaria, problemas de coordinación y equilibrio. En cualquier caso, sí que se observa un retraso madurativo durante la infancia, y con la adecuada estimulación temprana esos efectos pueden verse reducidos.

Condicionantes para la práctica deportiva en relación con la salud

Las personas con discapacidad encuentran mayores dificultades para la práctica de actividad física, en la mayoría de los casos por falta de recursos y accesibilidad a instalaciones y programas.

En relación con la salud, algunos colectivos de personas con discapacidad requieren una atención especial para la prescripción de actividad física y adaptación al deporte por las patologías asociadas a la discapacidad, como pueden ser problemas de tensión arterial, problemas cardíacos, problemas cerebrovasculares, entre otros. Además algo generalizado en cualquier población, incluidas las personas con discapacidad, es atender al nivel inicial de la condición física para no provocar lesiones o problemas en el inicio y práctica repetida de rutinas poco adecuadas para la persona.

Medios y medidas de seguridad

Los recursos espaciales y materiales necesarios para la adaptación de actividades son fundamentales como veremos a continuación. En estos aspectos debemos preservar la seguridad eliminando o corrigiendo aquellos elementos que puedan causar un accidente a los participantes.

Para la seguridad de las actividades debemos tener especial cuidado con los espacios durante la realización de las mismas, y que los materiales no supongan peligrosidad según la discapacidad de los participantes, y tener en cuenta la organización de ambos aspectos.

1.5. Reconocimiento y uso fundamental del material deportivo específico y las ayudas técnicas básicas

Las ayudas técnicas por tipo de discapacidad, como elemento facilitador de la autonomía personal

Las ayudas técnicas son aquellos instrumentos, dispositivos o herramientas que permiten a las personas con discapacidad temporal o permanente realizar actividades que sin dicha ayuda no podrían ser realizadas o requerirían de un mayor esfuerzo para su realización. Son elementos facilitadores, que según la discapacidad favorecen de una u otra manera la autonomía de estas personas, permitiéndoles su integración en las actividades de su vida diaria y mejorando su calidad de vida. Cayo (2005) clasifica las ayudas técnicas, según la Norma UNE-EN ISO 9999, en la siguiente tabla:

Tabla III. Clasificación de las ayudas técnicas

Ayudas para el tratamiento y el entrenamiento.
Ayudas para la protección y el cuidado personal.
Ayudas para la movilidad personal.
Ayudas para las tareas domésticas.
Mobiliario y adaptaciones del hogar y otros edificios.
Ayudas para la comunicación, información y señalización.
Ayudas para la manipulación de productos y mercancías.
Ayudas y equipamiento para la mejora del entorno.
Herramientas y máquinas.
Ayudas para el ocio y tiempo libre.



Figura 3. Exoprótesis. Prótesis de tipo ordinario y deportiva.
Imagen izquierda alojada en [Pxhere](#). Licencia (Dominio público)
Imagen derecha alojada en [Wikipedia](#). Licencia (Dominio público)

El material deportivo específico para personas con discapacidad

Los materiales que utilizan las personas sin discapacidad pueden ser usados por los deportistas con discapacidad. Aun así, existe material deportivo específico que hace más fácil la integración y la inclusión de las personas con discapacidad en la práctica deportiva. Por ejemplo, la barra direccional es utilizada para realizar montañismo por personas con discapacidad visual. Dicha barra es una pértiga de unos 2,5-3 metros de longitud, construida en material liviano (fibra o aluminio), y en cuyos extremos y en el centro cuenta con una zona de material antideslizante que sirven de zona de agarre de los deportistas y sus guías.

En cuanto al ciclismo, estas personas con discapacidad visual utilizan la bicicleta tándem, y personas con problemas motrices las bicicletas denominadas handbike.



Figura 4. Bicicleta handbike.
Imagen alojada en [Wikipedia](#). Licencia (CC BY-SA 3.0)

En el ajedrez, el material tiene también adaptaciones, el tablero se diferencia del normalizado en que las casillas negras están situadas más elevadas que las blancas, por lo que al tacto se encuentran en relieve. Además, cada casilla tiene un pequeño orificio donde se insertan las fichas, evitando que se derriben cuando se tocan.

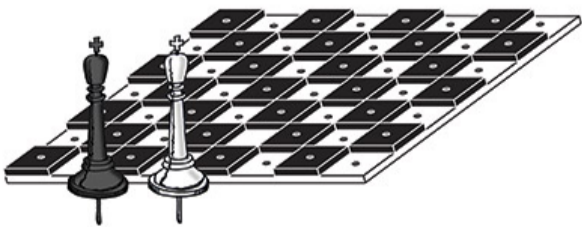


Figura 5. Ajedrez adaptado a personas con discapacidad visual.
Imagen de elaboración propia

Otro material específico para personas con discapacidad visual es el material sonoro utilizado para la práctica del goalball, showdown y del fútbol sala (balones con cascabeles). Para la práctica de la natación se utiliza una barra con la punta acolchada, para avisar al nadador a través de una señal táctil de que se está aproximando a la pared.



Figura 6. Nadador con discapacidad visual y pértiga de ayuda.
Imagen alojada en [Wikipedia](#). Licencia ([Dominio público](#))

En personas con parálisis cerebral grave existe un material específico para el deporte de la boccia, como es la canaleta, la cual ayuda al lanzamiento de la bola del deportista.



Figura 7. Jugador de boccia usando la canaleta.
Imagen alojada en [Wikipedia](#). Licencia ([CC BY-SA 3.0](#))

En la práctica del esquí también hay material específico tanto para personas ciegas que en ocasiones se usan cuerdas, altavoces de espalda y para las personas con discapacidad motriz sillas con trineo simple o sillas con trineo doble.



Figura 8. Material para esquí.
Imagen alojada en [Wikipedia](#). Licencia ([CC BY-SA 3.0](#))

1.6. Beneficios de la práctica deportiva para personas con discapacidad

El deporte tiene grandes beneficios para la salud de cualquier persona independientemente de si tiene o no discapacidad. Aunque en el caso de las personas con discapacidad se aportan valores añadidos como la inclusión social, la ayuda motivacional y la psicológica.

Los beneficios no se consiguen por el mero hecho de realizar práctica deportiva, sino que debe ser una práctica adaptada a las necesidades y posibilidades físicas y orgánicas de los participantes.

1.7. Los programas de iniciación y difusión de la práctica deportiva para personas con discapacidad

En el año 2018 el Consejo Superior de Deportes, con la publicación del *Libro Blanco del Deporte para las Personas con Discapacidad*, se compromete a la promoción y difusión del deporte dirigido a personas con discapacidad.

Entre las medidas que se adoptarán mientras se lleva a cabo la propuesta, están los convenios entre las federaciones polideportivas como la Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física (FEDDF) o la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC) con las federaciones unideportivas para que se contemple no sólo el deporte adaptado sino también, en la medida de lo posible, el deporte inclusivo.

Además, para aquellos deportes adaptados recogidos tanto por las federaciones polideportivas como las unideportivas, se va a presentar un programa de inclusión progresiva en la unideportiva.

Programas de difusión de la práctica deportiva para personas con discapacidad en contextos de ocio activo, educativos, asistenciales y deportivos

Los programas de difusión y promoción deportiva vienen promovidos desde entidades públicas o sin ánimo de lucro (Martínez, Jofre, y Cayo, 2018).

Entre las entidades públicas encontramos programas diseñados y realizados por los ayuntamientos como en el Ayuntamiento de Sevilla que desde 2017 añade cada año modalidades de tipo adaptado e inclusivo (piragüismo adaptado, remo adaptado, orientación inclusiva, escalada adaptada, etc.).

Entre las entidades privadas sin ánimo de lucro cabe destacar la labor realizada por Special Olympics a nivel internacional y nacional, con la promoción y difusión deportiva para las personas con discapacidad intelectual.

Programas de iniciación deportiva en contextos de ocio activo, educativos, asistenciales y deportivos

Hay programas de iniciación deportiva que gestionan ayuntamientos, asociaciones, clubes deportivos, federaciones y centros sanitarios como medida de rehabilitación médica y social (Martínez, Jofre, y Cayo, 2018).

Un ejemplo es el programa recogido dentro de la Unidad de Lesionados Medulares del Hospital San Juan de Dios de Sevilla, en el que las personas con lesiones medulares inician su rehabilitación centrándose en tres pilares básicos: la autonomía personal, la incorporación a la vida que llevaban antes, todo ello con la ayuda de otros lesionados, y la prescripción de actividad física y deporte.

En algunas federaciones deportivas, como la de Baloncesto en categorías inferiores, se ha creado la modalidad de baloncesto inclusivo en la que participan niños en silla de ruedas o con problemas de movilidad. La Federación de Orientación ha creado la modalidad deportiva de orientación adaptada para que participen equipos de personas tanto con discapacidad motriz, intelectual como visual con diferentes recorridos y adaptaciones (Martínez, Jofre, y Cayo, 2018). Estas medidas y propuestas son algunas de las que se están realizando y que se podrán implementar en el futuro.

1.8. La vivencia personal en situaciones de práctica restrictivas simulando la discapacidad

La terminología para referirse a las personas que presentan alguna discapacidad ha ido variando en el último siglo, desde los términos anacrónicos y despectivos como eran *lisiados, enfermos, malitos, inútiles o minusválidos*. Actualmente existe una terminología que nombra a la persona sin tratarla con menosprecio por su condición: personas con discapacidad o personas sin discapacidad.

Simulaciones en contexto deportivo de la vivencia de la discapacidad

En la actividad física escolar se persigue la sensibilización del alumnado para lograr una inclusión a través de la empatía con las personas con discapacidad.

Esta sensibilización se realiza a través de juegos, deportes adaptados y deportes específicos realizando simulaciones dentro de la actividad. Los juegos sensibilizadores tienen como objetivo principal la concienciación del alumnado sin discapacidad frente a la realidad que vive una persona con discapacidad (Ríos, 2009). Esta sensibilización viene de la mano de la experimentación y propiciará el respeto hacia el alumnado con discapacidad. La participación conjunta en actividades físico-deportivas en un contexto común en el que las personas con y sin discapacidad pueden aportar algo a los demás.

La inclusión supone comprender que en la sociedad hay personas que poseen unas características personales, con unos intereses y habilidades propios. Trabajar la inclusión en la iniciación deportiva y en el deporte recreativo conlleva diseñar y realizar programas que contemplen la diversidad y heterogeneidad de los participantes (Arribas, 2015).

El conjunto de las diferentes vivencias y actitudes se muestra como un elemento fundamental en la inclusión de alumnos con discapacidad en contextos generales, actuando como posibles facilitadores u obstáculos para su éxito (Ocete, Pérez y Coterón, 2015).

El motivo de las actitudes negativas mostradas a veces hacia este colectivo puede ser por la falta de información que se tiene sobre él. Estas actitudes a veces suponen unas barreras mucho más grandes para estas personas que incluso las de su propia discapacidad. De ahí surge la importancia de la actuación favorable por medio de los profesores y del centro educativo. Es primordial la acción conjunta entre padres, el centro, los profesores y los compañeros.

Según Ríos (2009), existe una serie de estrategias que pueden ayudar tanto al profesorado como a los alumnos a iniciar esa acción para el fomento de la inclusión de los alumnos con discapacidad dentro del aula de Educación Física:

- La educación en actitudes y valores
- El aprendizaje cooperativo y las actividades cooperativas
- La enseñanza multinivel
- La adaptación de las tareas
- La compensación de las delimitaciones en situaciones competitivas
- Visibilización del deporte adaptado a las personas con y sin discapacidad.
- Asesoramiento y apoyo.

En un mundo que cada vez es más diverso se muestra la importancia de los diferentes centros educativos para favorecer la consecución de los objetivos de este colectivo.

Entre las propuestas que pueden realizarse en la Educación Física y en la iniciación deportiva se encuentra la simulación de la discapacidad con el uso de antifaces, muletas, sillas de ruedas, cascos de trabajo, etc.

La persona con discapacidad como persona deportista sin adjetivos

Aún hoy, casi sesenta años después de los primeros Juegos Paralímpicos fundados por Ludwig Guttman en 1960 para atletas con todo tipos de discapacidades físicas, mentales y/o sensoriales, como amputaciones, ceguera, parálisis cerebral y deficiencias intelectuales, se piensa y se desprestigia al deporte realizado por personas con discapacidad.

En el diccionario de la RAE la palabra deportista se define como aquella persona que practica deporte de forma aficionada o profesional. Analizando esta definición las personas con discapacidad que realizan deporte de una forma aficionada o con unos objetivos competitivos concretos, son deportistas de derecho y con el respeto que merece cualquiera que dedica su tiempo libre y su vida al deporte. Deben ser tenidos en cuenta por los futuros profesionales y los demás deportistas con los que comparten instalación (Rodríguez, 2011).

Contacto con una persona deportista con discapacidad del entorno cercano

Es imprescindible la sensibilización y la empatía de las personas sin discapacidad hacia las personas con discapacidad para lograr una sociedad en la que los filtros y las valoraciones no pasen por la presencia de una discapacidad sino por las capacidades que tiene la persona. Tal y como narra Cintia Rodríguez (2011), ella casi no recuerda andar, desde niña se desplaza en silla de ruedas y ha sido deportista toda su vida. Además, tiene una vida plena en su entorno porque la sociedad que la rodea la apoya y facilita la eliminación de barreras. El ejemplo de ella y de otros muchos deportistas se puede observar en el [canal de YouTube del Comité Paralímpico Español](#).

2. Prácticas deportivas dirigidas a personas con discapacidad. Técnicas de comunicación específicas y limitaciones en la iniciación deportiva

2.1. Toma de conciencia de los sentimientos y actitudes hacia personas con discapacidad

Valoración de la propia opinión y actitud hacia la discapacidad

Las personas con discapacidad a menudo pasan desapercibidas por su discapacidad o percibidas con miedo y rechazo. Esta situación se da por el desconocimiento hacia las características de la persona con discapacidad por parte de la sociedad. Existen prejuicios e ideas preconcebidas que en la mayoría de los casos son erróneas y mal formuladas, lo que lleva a un rechazo por miedo. Por todo ello, se ha de ser muy reflexivo y crítico sobre los posibles prejuicios y opiniones que puedan tenerse, para evitar actitudes y comportamientos que eviten la inclusión de la persona con discapacidad.

En la actividad Además, la discapacidad no es solo un problema individual, sino que es un asunto de importancia social, ya que la sociedad está diseñada para personas con unas características concretas donde, en la mayoría de los casos, no se toma en consideración a las personas con discapacidad. Por ello, una concienciación social se torna indispensable para la total integración e inclusión de estas personas.

La discapacidad como característica personal

La discapacidad caracteriza a una persona pero no la define, cada persona con discapacidad tiene unas capacidades, unos intereses personales y unas necesidades que hacen que sea diferente a otra persona ya sea con o sin discapacidad. Por ello prescindiendo de etiquetas sobre una discapacidad u otra conozcamos a la persona como alguien lleno de cualidades que desea practicar actividad física y desea superarse con la ayuda de los técnicos y profesionales.

Las capacidades de las personas con discapacidad en el deporte

Las personas con discapacidad, poseen muchas las capacidades que les permite realizar multitud de prácticas deportivas. En muchos casos los deportistas con discapacidad realizan competiciones de alto nivel como deportista paralímpicos, representando un ejemplo de superación para la sociedad.

Aunque el nivel paralímpico no es el único para toda la población, tal y como se ha tratado anteriormente las valoraciones y evaluaciones a los deportistas han de servir para adaptar la práctica de la actividad física a sus intereses, sus necesidades y sus capacidades, al igual que se realiza con otra persona que no presente discapacidad.

2.2. Terminología básica en relación a la salud y la discapacidad

La autodeterminación, la autonomía personal y la accesibilidad universal como fundamentos de la salud en la discapacidad

La carta de Derechos de las personas con discapacidad promueve la autonomía y la autodeterminación de la persona como un derecho fundamental de la persona. El derecho a decidir por sí mismo sin depender de terceras personas, de elegir y realizar voluntariamente. La autodeterminación se erige como el elemento que favorece el aumento de calidad de vida y la satisfacción con sus actos (Verdugo, 2006).

Las personas con discapacidad deben desarrollar sus capacidades a partir de la suma de éxitos y fracasos, evitando la sobreprotección y la limitación de acción de los mismos Palacios (2008).

La importancia de la participación y los factores contextuales en la práctica deportiva y la situación de discapacidad

Actualmente se ha progresado a nivel político y existen multitud de medidas que favorecen la participación de las personas con discapacidad en actividades físico- deportivas. Tal y como hemos visto en apartados anteriores la práctica puede ser en los centros educativos, en centros deportivos a nivel recreativo y a nivel competitivo. Estas tres áreas deben desarrollarse de forma plena si el deportista quiere realizar actividad. La normalización de la práctica como algo prioritario hará de la inclusión en un futuro una realidad (Arribas y Fernández, 2015).

El actual modelo bio-psico-social de la discapacidad

La sociedad actualmente aún no está preparada para que la inclusión sea una realidad en todos los ámbitos. Existen estereotipos y rechazos sociales hacia las personas con discapacidad que no permiten que estas se desarrollen adecuadamente, que limitan el acceso a la práctica deportiva por falta de recursos. Estamos en una sociedad que no está preparada para atender las necesidades y los intereses de las personas con discapacidad. (Arribas y Fernández, 2015, Palacios, 2008). Sin embargo cada vez más se aboga por el modelo bio-psico-social que se basa en dar respuesta a las necesidades de las personas con discapacidad y ofrecer una situación normalizada en todos los ámbitos de la vida.

2.3. Aplicación de técnicas básicas de recogida de información en relación a las características de las personas deportistas

Las personas con y sin discapacidad pueden participar en actividades deportivas de forma inclusiva tanto a nivel recreativo como competitivo. Los profesionales tenemos la responsabilidad de favorecer la participación aplicando todas aquellas modificaciones y mejoras en los planteamientos tanto metodológicos como de otro tipo y ser un beneficio social.

Esta práctica conlleva una serie de medidas a nivel de investigación de estadísticas de práctica, de beneficios en la calidad de vida, en el nivel físico, la satisfacción personal que con la recogida de datos y el análisis de los mismos se mejorarán los planteamientos y la práctica en un futuro.

2.4. Reconocimiento y aplicación de técnicas de comunicación concretas, estrategias y recursos de intervención comunicativa, según discapacidad

Las necesidades relacionadas con la comunicación y el lenguaje suelen ser tan variadas como casos distintos hay en relación a la discapacidad y a cada individuo. Las estrategias de intervención comunicativa se diferencian por los apoyos necesarios a cada una de las necesidades de las personas con discapacidad.

En el caso de las personas con discapacidad física severa, el uso del ordenador como medio de comunicación y como herramienta de trabajo debería estar generalizado (Martín, 2007). Hay que tener presente que tanto el canal de comunicación como la herramienta que se aplique para comunicar tienen que estar adaptados a las necesidades de cada una de las discapacidades.

Así mismo no será igual comunicarse con unas personas con discapacidad visual que una persona con hipoacusia severa, aunque ambas personas tengan discapacidad sensoria.

2.5. Reconocimiento y aplicación de técnicas de comunicación concretas, según discapacidad

Los recursos y métodos de comunicación son numerosos y diferentes, pero es fundamental que este adaptado a las necesidades de la persona con discapacidad para facilitar la comunicación. Así, para el acceso a la información las nuevas tecnologías ayudan a estas personas a comunicarse e incluirse mejor. Sin embargo, también se deben tener en cuenta diferentes consideraciones a la hora de comunicarnos: la simplificación del lenguaje dirigido a personas con discapacidad intelectual o con problemas de comprensión verbal. En el caso de personas con discapacidad visual la comunicación debe ser detallada de forma verbal y la documentación debe ser accesible para sus dispositivos electrónicos (móviles, ordenadores, etc.), las personas con discapacidad auditiva la información escrita y visual es igual a las personas sin discapacidad, pero cuando se realizan llamadas de atención por megafonías o de forma auditiva debemos tener en cuenta que una parte de los usuarios no reciben esa información.

2.6. Estrategias y recursos de intervención comunicativa

Los recursos para facilitar la comunicación y la información en las personas con discapacidad son muy diversos según las necesidades y barreras comunicativas que tenga la persona en cuestión. En el caso de las personas con discapacidad visual como hemos el braille y los recursos táctiles son de gran ayuda pero las nuevas tecnologías democratizan la información y permiten con un mismo soporte dar la misma información a usuarios con discapacidad visual, discapacidad auditiva y usuarios que no presenten discapacidad. Son varios los recursos y estrategias utilizados con las personas discapacitadas para favorecer la comunicación. En el momento que utilizamos un canal común se debe pensar en aquellas personas que por su discapacidad psíquica o perteneciente a colectivos de mayores o con bajo nivel cultural no comprenden mensajes complejos y terminología y se convierte en una barrera para ellos, por lo que lo más adecuado sería un mensaje sencillo fácil de comprender por todos y que no suponga una barrera para ningún participante.

2.7. Métodos de comunicación aumentativa y/o alternativa respecto de personas con discapacidad

Por tanto la información debe estar al alcance de todos en el formato accesible a sus necesidades y capacidades comunicativas.

Discapacidad visual

El Braille un sistema de escritura, utilizado por y para personas con discapacidad visual, se escribe mediante signos dibujados en relieve para ser leído con los dedos.

Los métodos de comunicación aumentativa y/o alternativa hacen referencia a los diferentes sistemas de signos existentes que se adaptan a las necesidades de cada persona y su entorno.

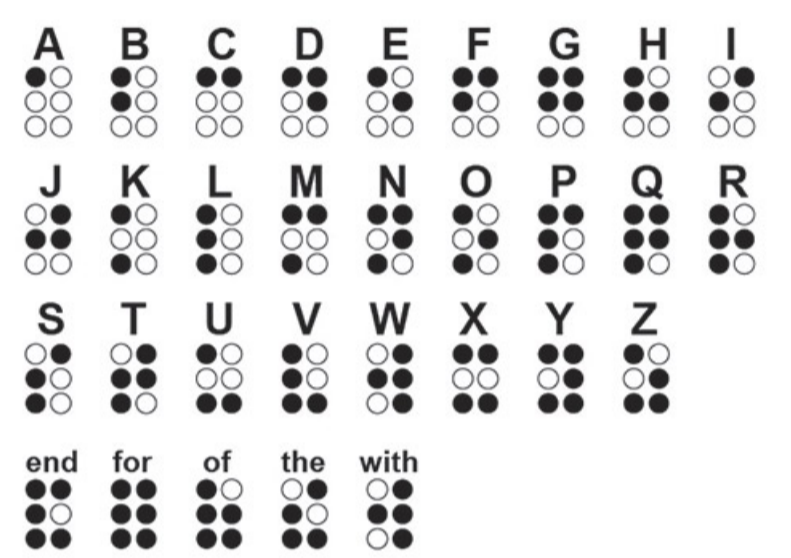


Figura 9. Alfabeto Braille.
Imagen de elaboración propia

Además a nivel tecnológico existen las audiodescripciones, se trabaja en la información accesible de recursos audiovisuales y web y los recursos táctiles como croquis, mapas o representaciones de elementos en escala reducida.

Discapacidad auditiva

El lenguaje de signos es un sistema alternativo al lenguaje oral, donde la información se transmite a través de una modalidad no vocal del lenguaje verbal. Es una lengua visual y gestual en la que se utiliza la expresividad de las manos, cara y cuerpo. Asimismo, estas personas también recurren a la lectura labial. Las personas con discapacidad visual utilizan también la comunicación bimodal, que trata de un uso simultáneo de la modalidad del habla (oral-auditiva) y la modalidad de signos (visualgestual). Por último, la dactilología se basa en la representación manual de las letras que componen el alfabeto. Normalmente suele utilizarse junto con el lenguaje de signos para sustantivos, nombres propios o palabras determinadas.

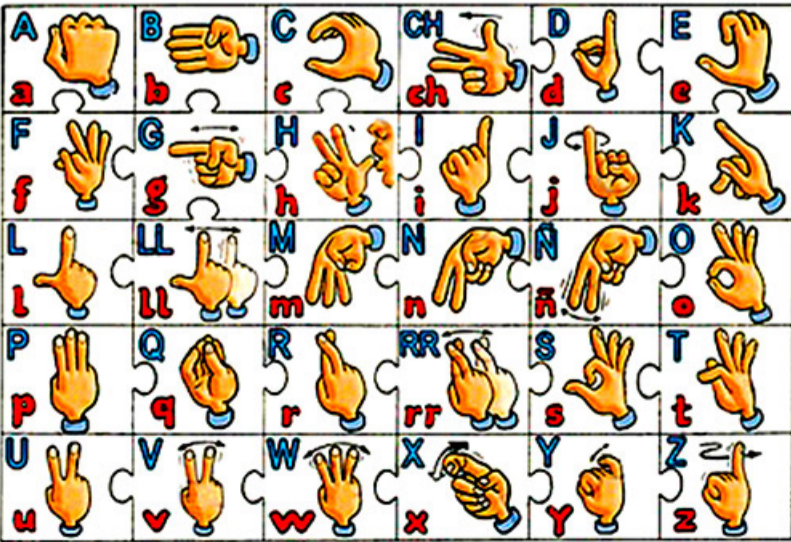


Figura 10. Alfabeto dactilológico.
Imagen de elaboración propia

Discapacidad psíquica

En función del grado de discapacidad psíquica, estas personas tendrán en mayor o menor medida trastornos del lenguaje. Así, su lenguaje oral puede llegar a ser muy reducido, teniendo que recurrir al lenguaje gestual en algunos casos. Como estrategia principal se usará un lenguaje comprensible y adaptado a la edad y el grado de discapacidad psíquica que tenga la persona.

Los problemas en el lenguaje de personas con discapacidad física suelen ser debidos al poco desarrollo cognitivo o a algunos relacionados con la expresión oral. El lenguaje en personas con parálisis cerebral suele estar alterado, ser lento y con deficiente articulación, asociándose muchas veces con déficit intelectual. Es por ello por lo que existen los sistemas gráficos codificados, consistentes en un conjunto de signos gráficos organizados previamente con el fin de posibilitar la comunicación de una persona en una situación grave de comunicación. Se manejan objetos reales, fotos, imágenes, dibujos o pictogramas. En el entorno, algunos suelen utilizarse para organizarse y orientarse (ejemplo: la señal de “stop”).

Finalmente, existen también los tableros de comunicación, que son unos soportes donde se organizan todos los elementos que utilizamos para comunicarnos: pictogramas, letras, sílabas...

2.8. Aplicación de ejemplos de inclusión deportiva de personas con discapacidad en entornos normalizados

La normalización de la práctica físico- deportiva de las personas con discapacidad es el primer paso para la plena inclusión. Este motivo lleva a fomentar y facilitar la práctica deportiva de personas con discapacidad en los centros deportivos, centros educativos, etc. mediante todas aquellas ayudas y apoyos necesarios para que puedan realizarlo con garantía y seguridad.

La práctica inclusiva sin distinciones es uno de los elementos que facilitarán en un futuro la normalización de la práctica tanto integrada como inclusiva dentro de la sociedad.

2.9. Deportes adaptados

Los deportes adaptados son aquellos que partiendo del deporte original y aplicando aquellas adaptaciones y ayudas técnicas o reglamentarias pueden ser practicados por personas con normalidad ya sea de forma integrada o de forma inclusiva. A continuación se muestran los diferentes deportes adaptados en función de las discapacidades estudiadas.

Para la discapacidad física

En la Federación Española de Discapacidad Física se acogen diversas modalidades deportivas, muchas de ellas olímpicas y las demás con competiciones tanto a nivel nacional como a nivel internacional. Las modalidades presentes actualmente en esta federación son: atletismo, automovilismo, bádminton, baloncesto en silla de ruedas, ciclismo, esgrima en silla de ruedas, esquí, fútbol en silla de ruedas (futman), halterofilia, hípica, hockey en silla de ruedas eléctrica, natación, actividades subacuáticas, tenis de mesa, tenis en silla de ruedas, tiro con arco, tiro olímpico, vela y voleibol.

Además de forma extraoficial y bajo el amparo de asociaciones deportivas o federaciones internacionales las personas con discapacidad física practican actualmente en España rugby en silla de ruedas, remo, curling en silla de ruedas¹⁵, hockey sobre hielo en trineo, baile en silla de ruedas, balonmano en silla de ruedas, béisbol, bolos, golf, judo, pádel en silla de ruedas, waterpolo, petanca, entre otros que surgen cada día (Palau, Martínez, García y Ríos, 2011).



Figura 11. Atletismo adaptado a las personas con discapacidad física.

Imagen izquierda alojada en [Wikipedia](#). Licencia (CC BY-SA 2.0) - Imagen derecha alojada en [Wikipedia](#). Licencia (Dominio público)

Para la discapacidad visual

Los deportes que acoge la Federación Española de Deportes para Ciegos actualmente son: ajedrez, atletismo, esquí, montaña, fútbol sala, judo, natación, tiro olímpico y goalball. En Andalucía en la Federación Andaluza de Deportes para ciegos se añaden deportes como el showdown, la pesca y la vela. En el resto de España las modalidades de ciclismo en tandem, doma clásica, futbol, halterofilia, bolos y vela se encuentran en las federaciones unideportivas con reglamentos adaptados de la modalidad sin adaptar.



Figura 12. Ciclismo en tandem.

Imagen alojada en [Wikipedia](#). Licencia (CC BY-SA 3.0)

Para la discapacidad auditiva

La Federación Española de Deportes para Sordos (FEDS) actualmente acoge a los deportes adaptados a practicar son: ajedrez, atletismo, baloncesto, bolos, ciclismo, mountain-bike, dardos, fútbol, fútbol sala, pádel, petanca, senderismo, tenis y tenis de mesa.

Además y como deportes fuera de esta federación y dentro de las correspondientes unideportivas están el montañismo, la vela, el voleibol todas se realizan con las adaptaciones necesarias según el desempeño del deporte.

Para la discapacidad psíquica

La Federación Española de Deportes para Discapacitados Intelectuales (FEDDI) acoge como deportes oficiales el atletismo, fútbol sala, gimnasia rítmica, natación, tenis de mesa, deportes de invierno, baloncesto, petanca, golf y equitación.

Además encontramos Special Olympics que acoge otros deportes como el baloncesto, pruebas motrices para grandes afectados y otras modalidades que se añaden por la demanda de los participantes.

Para la parálisis cerebral

Las modalidades deportivas recogidas por la Federación Española de Deportes de Personas con Parálisis Cerebral y Lesión Cerebral (FEDCP) son el atletismo, la boccia, futbol, natación, slalom y esquí. Al igual que en otras federaciones polideportivas hay deportes que son acogidos por otras federaciones e incluyen a personas con esta discapacidad halterofilia, tenis de mesa, vela, lanzamiento de saquito (de precisión), lanzamiento de club (se lanza un “palo”), lanzamiento de altura, empuje de balón medicinal y lanzamiento de kick-ball.

2.10. Deportes específicos

Los deportes específicos son aquellos que fueron diseñados para una discapacidad concreta. Entre ellos se encuentran el goalball, la boccia y el slalom.

El goalball es un deporte específico que está dentro del programa Paralímpico. Este deporte surgió como propuesta de rehabilitación en los soldados que se quedaban ciegos en la guerra. Los equipos se componen de tres jugadores, el campo mide 9 metros de ancho y 18 metros de largo. Las porterías ocupan todo el ancho del campo y tienen una altura de 1,30 metros. El objetivo es lanzar sin hacer falta (hingball o longball) y marcar gol. Los jugadores se ponen antifaces o gafas opacas para evitar la visión.



Figura 13. Goal-ball.

Imagen alojada en [Wikipedia](#). Licencia ([CC BY-SA 4.0](#))

El Showdown es un deporte específico creado para personas con discapacidad visual que se asemeja a la práctica del tenis de mesa, con la particularidad que sus practicantes llevan antifaz para impedir la visión parcial, la mesa tiene unas pequeñas paredes para que la pelota no se salga de la mesa, hay unas pequeñas porterías donde entra la pelota, hay una pantalla central que separa la mesa y las palas son ligeramente más péquelas que las del tenis de mesa.



Figura 14. Showdown.

Imagen alojada en [Sportanddev.org](#). Licencia ([CC BY-SA 4.0](#))

2.11. Deportes inclusivos

Los deportes inclusivos son modalidades deportivas en la que personas con discapacidad comparten espacio deportivo con personas sin discapacidad. Actualmente a nivel recreativo se está apostando por las actividades físico- deportivas de carácter inclusivo. Por ejemplo en montaña con el uso de la barra direccional o la silla joëllette, en baloncesto con los partidos inclusivos en los que participan personas con discapacidad, en ciclismo con el tándem, etc. Esta práctica no sólo conlleva la práctica deportiva sino compartir en tiempo y el espacio de ocio de forma positiva.

2.12. La importancia de la práctica deportiva para la autonomía personal e integración social de personas con discapacidad

La importancia de la práctica deportiva para la autonomía personal y la inclusión social de personas con discapacidad. La práctica deportiva bien planteada fomenta en la que participan personas con discapacidad de todas las edades produce un aumento de motivación para trabajar y desarrollar el potencial individual. La práctica de la actividad física incluye a toda persona sin tener en cuenta sus características lo que hace potenciar los lazos de unión social sin tener en cuenta las características personales (Palacios, 2008).

En la práctica deportiva dentro de programas institucionalizados (ayuntamientos, clubes, colegios, gimnasios, etc.) se deben eliminar las barreras que impiden la práctica a las personas con discapacidad, facilitándole el control de su actividad y dando todos los medios y ayudas técnicas necesarias en función de sus necesidades personales.



Importante

La práctica de deporte por personas con discapacidad permite a la sociedad la identificación de los propios prejuicios respecto a las personas con discapacidad.

Las personas que nunca han tenido un contacto continuado con personas con discapacidad presentan miedos y rechazos infundados por no saber como actuar con ellos y como van a reaccionar.

Glosario

Discapacidad

La discapacidad es la ausencia, debida a una deficiencia, de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano.

Déficit

El déficit o deficiencia, tal y como la define la OMS, es toda pérdida o anormalidad de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica. Puede ser de origen innato o adquirida, y en el caso de adquirida, temporal o permanente.

Minusvalía

La minusvalía, menos utilizada actualmente, se define como una situación de desventaja para una persona, consecuencia social de una deficiencia o de una discapacidad, que limita o impide el desempeño de un rol que es normal en su grupo.

Monoplejía

La monoplejía o monoparesia es la afectación de una sola extremidad.

Diplejía

La diplejía o diparesia es la afectación de dos extremidades, generalmente las inferiores, o afectación de tres o más predominando la afectación del tren inferior.

Paraplejía

Paraplejía o paraparesia es la afectación de ambos miembros inferiores.

Triparesia

Triparesia o triplesia es la afectación de las extremidades inferiores y de una superior, o de la musculatura de la cara y el cuello.

Tetraplejía

Tetraplejía o tetraparesia es la afectación de los miembros superiores e inferiores y generalmente de parte de la cara y el cuello.

Hemiplejía

La hemiplejía o hemiparesia es la afectación de la pierna y el brazo del mismo lado.

Prenatal

Patología o situación cuyo origen está en la gestación.

Perinatal

Patología o situación cuyo origen se sitúa en los primeros meses de vida.

Adquirida

Situación cuyo origen es una enfermedad o traumatismo.

Cofosis

Pérdida de la capacidad auditiva total, comúnmente conocida como sordera profunda.

Discapacidad intelectual

Afecta a la comprensión y nivel intelectual de la persona, puede ir asociada a otras patologías.

Enfermedad mental

Puede afectar a la conducta, la comprensión de la información y tratamiento de la misma.

Trastornos psico-sociales

Son situaciones incapacitantes debido a una modificación de la conducta involuntaria, a la capacidad de socialización y en ocasiones a la capacidad cognitiva.

Boccia

Deporte específico de personas con parálisis cerebral donde se puede jugar individual o por equipos con seis bolas por equipo y una bola más pequeña.

Slalom

Deporte exclusivo para personas con parálisis cerebral donde los jugadores deben completar un recorrido de obstáculos en silla de ruedas en el menor tiempo posible.

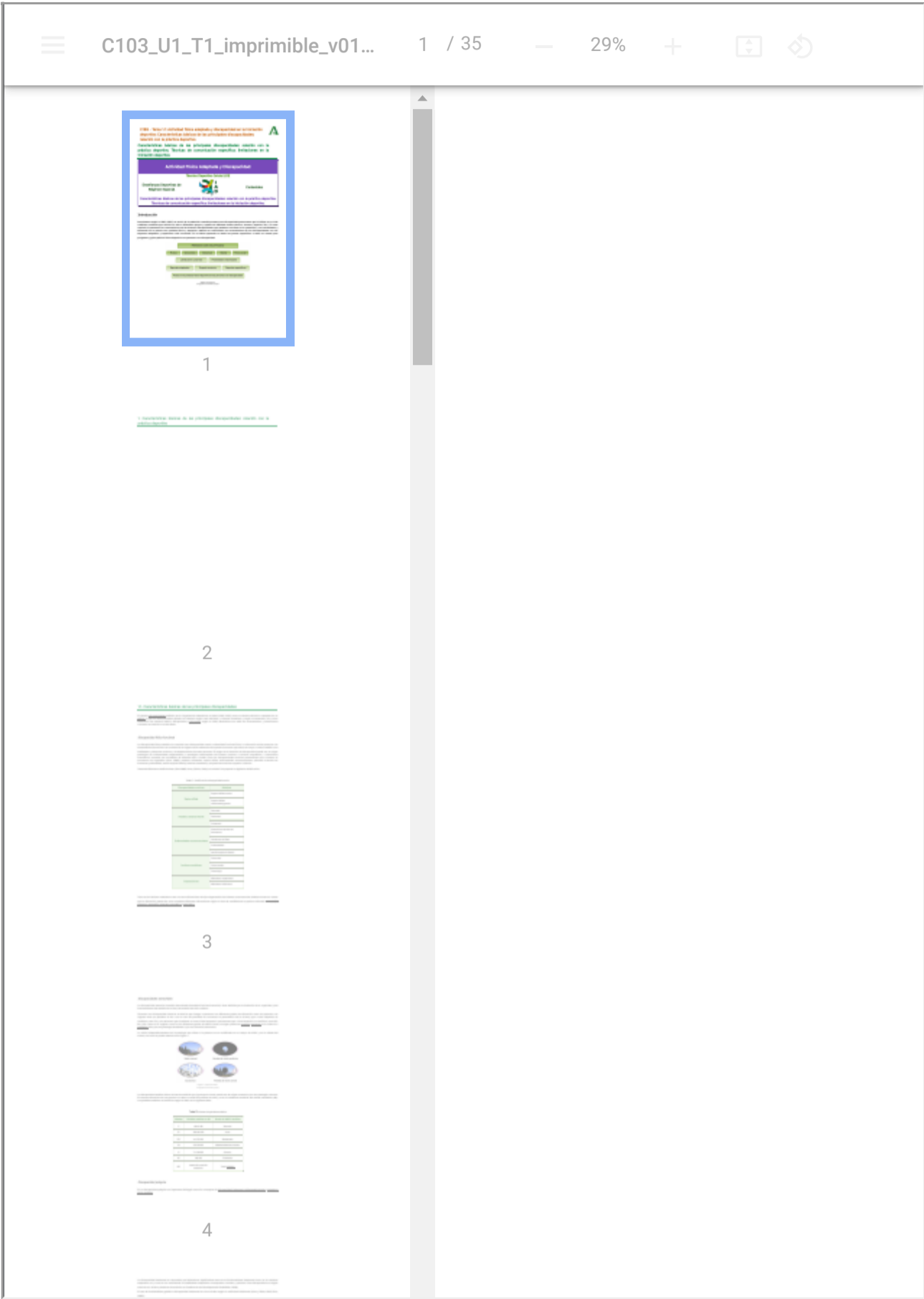
Referencias bibliográficas

- American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (2010). Intellectual Disability: Definition, Classification, and Systems of Supports. [Disponible en web](#) (acceso el 8 de abril de 2013).
- Arribas, H. y Fernández, D. Deporte adaptado y escuela inclusiva. Barcelona: Graó. 2015.
- Bernal, J. Conocer la discapacidad. El primer paso para alcanzar la integración. Málaga: Consejería de Turismo, Comercio y Deporte. Junta de Andalucía, 2010.
- Cayo, L. Ayudas técnicas y discapacidad. Edita: Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad-CERMI, 2005. [Disponible en web >> Documento de descarga](#) (acceso el 11 de abril de 2013).
- Cumellas, M. y Estrany, C. Discapacidades motoras y sensoriales en Primaria. Barcelona: Inde, 2006.
- De Pablo-Blanco, C. y Rodríguez, M.J. Manual práctico de discapacidad intelectual. Madrid: Síntesis, 2010.
- Echeita, G. (2006). Educación para la inclusión o educación sin exclusiones. Madrid: NARCEA.
- García y M. Ríos (Eds.), Deportistas sin adjetivos. El deporte adaptado a las personas con discapacidad física (pp. 235-246). España: CSD. Real Patronato sobre Discapacidad. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Comité Paralímpico Español, 2011.
- Jeffrey J. Martin Benefits and barriers to physical activity for individuals with disabilities: a social-relational model of disability perspective, Disability and Rehabilitation, 35:24, 2030-2037, (2013).
- Ley Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia (2006). España. [Disponible en web >> Documento de descarga](#) (acceso el 6 de agosto de 2015).
- Lledó, A. La discapacidad auditiva. Un modelo de educación inclusiva. Barcelona: Ed. Edebé, 2008.
- Martín, J. Guía para la evaluación, orientación y atención a los alumnos discapacitados motóricos en centro ordinarios. Madrid: Editorial EOS, 2007.
- Martínez, J.L., Jofre, A. y Cayo L. Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España. Madrid: Grupo Editorial Cinca, 2018.
- Mendoza, N. Propuestas prácticas de educación física inclusiva para la etapa de secundaria. Barcelona: Inde, 2010.
- Menéndez, C. y Mendoza, N. Consideraciones metodológicas en una natación para todos. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 2005, 7, 14-18.
- Montero, A.B. La deficiencia visual en el aula. Innovación y Experiencias Educativas. Revista Digital, 2009, 16, 1-17.
- Palau, J.; Martínez, J.O.; García, M.A. y Ríos, M. Deportistas sin adjetivos. El deporte adaptado a las personas con discapacidad física. España: CSD. Real Patronato sobre Discapacidad. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Comité Paralímpico Español, 2011.
- Pereira, M. Alumnos con discapacidad sensorial en el área de educación física. Innovación y Experiencias Educativas. Revista Digital, 2009, 21, 1-9.
- Ríos, M. Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad. Barcelona: Paidotribo, 2005.
- Ríos, M., Blanco, A., Bonany T. y Carol, N. El juego y los alumnos con discapacidad. Barcelona: Paidotribo, 2001.
- Ruiz, L.M. Deporte y aprendizaje. Proceso de adquisición y desarrollo de las habilidades. Madrid: Visor, 1994.
- Sanz, D. y Reina, R. Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad. Barcelona: Paidotribo, 2012.
- Torres, M.A. Recursos metodológicos en educación Física con alumnos con discapacidad física y psíquica. Madrid: Ed. Pila Teleña, 2010.
- Vaíllo, R. R. Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. Psychology, Society & Education, 55-67, 2014.
- Verdugo, M.A. Cómo mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad. Instrumentos y estrategias de evaluación. Salamanca: Amarú, 2006.

Bibliografía recomendada

- Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad. Derechos Humanos y discapacidad; informe España 2010. Madrid: Ediciones Cinca, 2011.
- Consejo Superior de Deportes. Guía para la práctica deportiva. Deporte para un mundo mejor. Madrid: CSD y UNICEF, 2010.
- Martín, J. Guía para la evaluación, orientación y atención a los alumnos discapacitados motóricos en centro ordinarios. Madrid: Editorial EOS, 2007.
- Olayo, J.M. El alumnado con discapacidad. Juegos y deportes específicos (II). Madrid: Ministerio de Educación y Cultura. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones, 1999.
- Rodríguez-Bies, E. Intervención metodológica para trabajar la sensibilización asociada a la discapacidad sensorial auditiva con estudiantes del Gccafd. EmásF: revista digital de educación física, 2015, 133-152.
- Simard, C., Caron, F. y Skrotzky, K. Actividad física adaptada. Barcelona: Inde, 2003.

Descarga aquí la versión imprimible de este tema:



Si quieres escuchar el contenido de este archivo, puedes instalar en tu ordenador el lector de pantalla libre y gratuito [NDVA](#).

Créditos

Título	Actividad física adaptada y discapacidad en la iniciación deportiva: Características básicas de las principales discapacidades: relación con la práctica deportiva
Autoría	Virginia Alcaraz Rodríguez

Aviso Legal

El presente texto (en adelante, el "**Aviso Legal**") regula el acceso y el uso de los contenidos desde los que se enlaza. La utilización de estos contenidos atribuye la condición de usuario del mismo (en adelante, el "**Usuario**") e implica la aceptación plena y sin reservas de todas y cada una de las disposiciones incluidas en este Aviso Legal publicado en el momento de acceso al sitio web. Tal y como se explica más adelante, la autoría de estos materiales corresponde a un trabajo de la **Comunidad Autónoma Andaluza, Consejería de Educación y Deporte (en adelante Consejería de Educación y Deporte)**.

Con el fin de mejorar las prestaciones de los contenidos ofrecidos, la Consejería de Educación y Deporte se reserva el derecho, en cualquier momento, de forma unilateral y sin previa notificación al usuario, a modificar, ampliar o suspender temporalmente la presentación, configuración, especificaciones técnicas y servicios del sitio web que da soporte a los contenidos educativos objeto del presente Aviso Legal. En consecuencia, se recomienda al Usuario que lea atentamente el presente Aviso Legal en el momento que acceda al referido sitio web, ya que dicho Aviso puede ser modificado en cualquier momento, de conformidad con lo expuesto anteriormente.

Régimen de Propiedad Intelectual e Industrial sobre los contenidos del sitio web.

Imagen corporativa. Todas las marcas, logotipos o signos distintivos de cualquier clase, relacionados con la imagen corporativa de la Consejería de Educación y Deporte que ofrece el contenido, son propiedad de la misma y se distribuyen de forma particular según las especificaciones propias establecidas por la normativa existente al efecto.

Contenidos de producción propia. En esta obra colectiva (adecuada a lo establecido en el artículo 8 de la Ley