



COLEGIO SANTA MARÍA LA BLANCA
MONTECARMELO - MADRID

III Jornadas de Deporte Adaptado

Madrid - 21 de junio de 2012



PRESENTACIÓN.

Desde el Departamento de Educación Física y el Departamento de Orientación del Colegio Santa María la Blanca continuamos con la iniciativa de los cursos pasados y presentamos las **III Jornadas de Deporte Adaptado**.

El Colegio Santa María la Blanca, centro preferente para la integración de alumnos con discapacidad motórica, mediante este tipo de acciones, quiere presentar la discapacidad con la normalidad que la sociedad actual pretende, y de este modo transmitir la posibilidad de realizar juego conjunto con sus compañeros.

La Convención sobre los Derechos de Personas con Discapacidad de las Naciones Unidas establece que: *“Se debe asegurar que los niños y las niñas con discapacidad tengan igual acceso con los demás niños y niñas a la participación en actividades lúdicas, recreativas y deportivas.”*

La Carta olímpica dice que: *“El deporte tiene el poder de reunir a gente de todo el mundo para competir y para disfrutar de sus similitudes y de sus diferencias.”*

El espíritu olímpico y paralímpico nos enseña a practicar deporte sin discriminar a nadie y a entendernos los unos a los otros con un espíritu de amistad, solidaridad y de juego limpio. A través de estas jornadas podemos colaborar en construir un Colegio, donde todos tengan una oportunidad para desarrollar al máximo sus capacidades.

La tercera edición de las Jornadas de Deporte Adaptado tendrán lugar el **día 21 de Junio**, dirigidas a los alumnos de **primer curso de primaria y de 1º de la ESO**, con la idea de mantenerlas anualmente y que todos los alumnos puedan disfrutar y aprender de ellas en un momento importante de su formación.

Las jornadas constarán de dos bloques diferenciados, una parte de mayor contenido teórico impartido por D. Rubén Pérez Nieto, deportista, varias veces campeón nacional, Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte; y responsable de logística en el equipo Paralímpico Español en los Juegos Paralímpicos de Atenas 2004, Pekín 2008 y Londres 2012.

Por otra parte, los alumnos podrán disfrutar de una parte práctica en la que se presentarán y podrán vivenciar los deportes más característicos de cada uno de los grupos de discapacidades.

OBJETIVOS DE LAS JORNADAS.

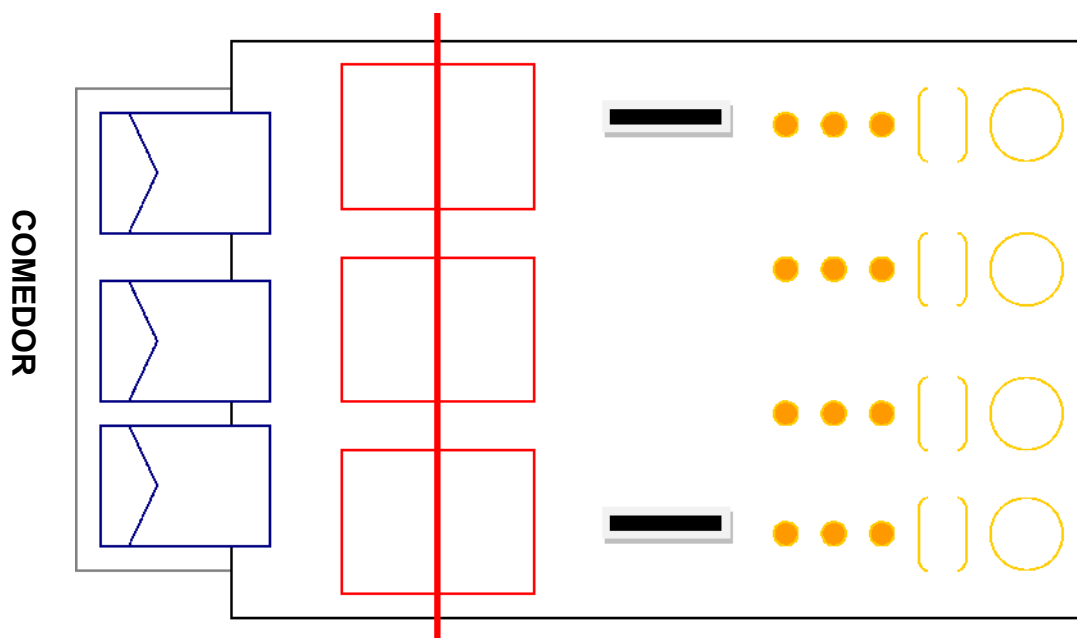
1. Dar a conocer el Deporte Adaptado, así como las posibilidades reales de disfrute de la actividad deportiva de ocio o de competición para todos aquellos alumnos con discapacidad.
2. Animar a los distintos colectivos del Colegio (alumnos, personal docente y no docente) a promover y fomentar programas de actividades deportivas específicas entre las personas discapacitadas de su ámbito, así como a incluirlos en la medida de lo posible, en los programas de actividades generales.
3. Alentar a éstos para que conozcan sus posibilidades reales de actividad deportiva, de ocio o de competición, buscando con decisión la integración con sus compañeros.
4. Trasladar a los alumnos los valores propios del deporte y sobre todo aquellos que representan con claridad el Deporte Adaptado (capacidad de esfuerzo, voluntad de superación, tendencia a la excelencia, lucha honesta por los objetivos, trabajo en equipo, compañerismo, generosidad, vida sana...).
5. Crear una base en la que se puedan seguir trabajando en años posteriores.

HORARIO - JORNADAS DE DEPORTE ADAPTADO DEL C. SANTA MARÍA LA BLANCA 2013

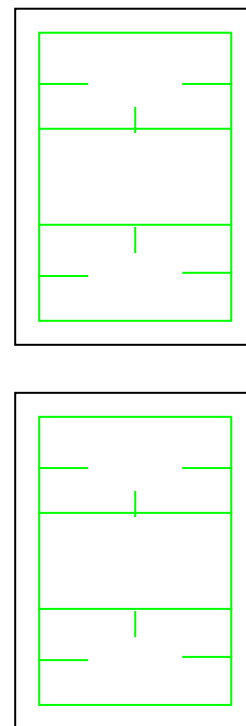
HORARIO	CHARLA	AULA	BOCCIA	SLALOM	GOALBALL	VOLEIBOL SENTADO	FUTBOL	BALONCES TO EN SILLA
9:10 – 9:35	1º ESO "A" +1/2 "B"	1º ESO "C" +1/2 "B"	1º PRIM "A"	1º PRIM "B"	1º PRIM "C"	1º PRIM "D"	1º PRIM "E"	1º PRIM "F"
9:35 – 10:00			1º PRIM "F"	1º PRIM "A"	1º PRIM "B"	1º PRIM "C"	1º PRIM "D"	1º PRIM "E"
10:00 – 10:25	1º ESO "C" +1/2 "B"	1º ESO "A" +1/2 "B"	1º PRIM "E"	1º PRIM "F"	1º PRIM "A"	1º PRIM "B"	1º PRIM "C"	1º PRIM "D"
10:25 – 10:50			1º PRIM "D"	1º PRIM "E"	1º PRIM "F"	1º PRIM "A"	1º PRIM "B"	1º PRIM "C"
11:20 – 11:50	1º PRIM "A" 1º PRIM "B" 1º PRIM "C"	1º PRIM "D" 1º PRIM "E" 1º PRIM "F"	1º ESO "A"	1º ESO "A"	1º ESO "C"	1º ESO "C"	1º ESO "B"	1º ESO "B"
11:50 – 12:20	1º PRIM "D" 1º PRIM "E" 1º PRIM "F"	1º PRIM "A" 1º PRIM "B" 1º PRIM "C"	1º ESO "B"	1º ESO "B"	1º ESO "A"	1º ESO "A"	1º ESO "C"	1º ESO "C"
12:20 – 12:50	CLASE NORMAL	CLASE NORMAL	1º ESO "C"	1º ESO "C"	1º ESO "B"	1º ESO "B"	1º ESO "A"	1º ESO "A"

RESUMEN ESPACIOS.

DISTRIBUCIÓN ACTIVIDADES PRIMARIA:

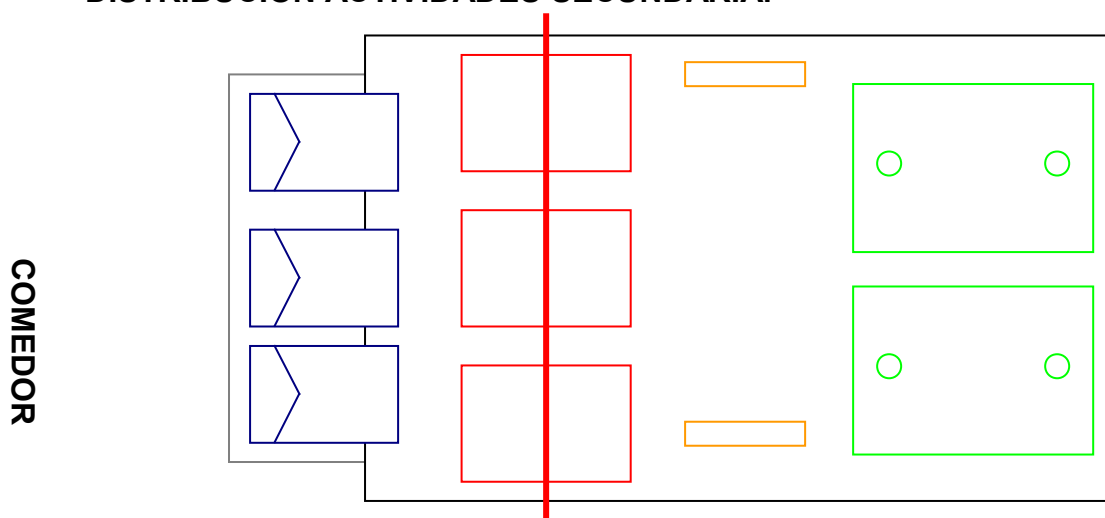


VESTUARIOS



- AZUL** – BOCCIA
- ROJO** – VOLEIBOL SENTADO
- NARANJA** – SLALOM
- VERDE** – GOALBALL
- NEGRO - FÚTBOL

DISTRIBUCIÓN ACTIVIDADES SECUNDARIA:



- AZUL** – BOCCIA
- ROJO** – VOLEIBOL SENTADO
- NARANJA** – FÚTBOL
- VERDE** – BALONCESTO EN SILLA

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES.

CHARLA DE DIFUSIÓN.

Será impartida por D. Rubén Pérez Nieto y adaptada para los alumnos según su edad. Este ponente transmite a los alumnos su experiencia como deportista de élite Paralímpico (medallas nacionales e internacionales en tenis en silla de ruedas y badminton). Además es el primer discapacitado en silla de ruedas en España que ha completado la carrera de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, tras sufrir durante la misma el accidente que le ocasiono la lesión medular.



Su actividad profesional actual es también ejemplo de esfuerzo y superación siendo en la actualidad profesor de varias universidades mientras completa su doctorado, y jugando un papel fundamental en la organización nacional e internacional del deporte para personas con discapacidad física. Ha participado en las dos últimas ediciones de los Juegos Paralímpicos con un papel de especial importancia en la organización del equipo español.

Esta charla será completada con la proyección de un video que en imágenes muestra los valores que el deporte Paralímpicos transmite a la sociedad.

NECESIDADES.

- Sala grande, accesible para silla de ruedas.
- Ordenador.
- Caños de Proyección.

BOCCIA.



Deporte específicamente paralímpico, similar a la petanca y en el que únicamente participan personas en silla de ruedas, con graves afectaciones por parálisis cerebral y otras discapacidades físicas severas. Es un juego de precisión, que consiste en lanzar pelotas de cuero lo más cerca posible de una pelota blanca, en un campo de juego largo y estrecho.

La boccia es un deporte mixto, en el que los hombres y las mujeres compiten entre sí.

Las únicas categorías lo son en función del grado de discapacidad que padezcan los deportistas. Todos ellos, gravemente afectados y por tanto sentados en sillas de ruedas, lanzan las bolas con sus manos, excepto los de la clase correspondiente a la discapacidad más severa, que juegan con la ayuda de una canaleta, sobre la que el deportista deposita la bola una vez escogida la dirección. Existen pruebas individuales, por parejas y de equipos.

NECESIDADES.

- 3 Juegos de Boccia (cedidos por la FEDEC).
- Tiza para marcar los cambios.
- 4 sillas de aula por campo.
- 1/2 personas por campo de juego.

BALONCESTO EN SILLA.

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 atletas con minusvalías severas (parapléjicos, por ejemplo) 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 hombre a hombre, en zona o los bloqueos cobran gran importancia en el baloncesto en silla de ruedas.



Para una exhibición de este tipo, lo ideal es mezclar jugadores a pie con jugadores en silla, con reglas básicas que beneficien al deportista con discapacidad, que pueden ser:

- Siempre un jugador de pie tiene que pasar a un jugador en silla.
- Los jugadores a pie no pueden defender a los jugadores en silla.
- Los jugadores a pie solo pueden lanzar desde el triple.

NECESIDADES.

- Sillas de Ruedas (cedidos por la UCJC e INEF).
- Canasta
- Balones de Baloncesto.
- 1/2 personas por campo de juego.

GOALBALL



El goalball es un deporte específicamente paralímpico practicado por personas ciegas y deficientes visuales que enfrenta a dos equipos de tres jugadores.

Los partidos constan de dos tiempos de diez minutos cada uno y la pista tiene unas medidas de 9 por 18 metros.

Cada equipo se sitúa a un lado del campo, junto a su portería, de 9 metros de ancho, y, sin salirse de una pequeña zona, tiene que tratar de meter gol en la portería contraria lanzando un balón con cascabeles en su interior, que ha de rodar por el suelo para que se oiga su sonido.

Los tres componentes del equipo que recibe el balón tienen que impedir que entre en su portería arrojándose al suelo para detenerlo.

Todos los jugadores han de salir a la cancha con unos antifaces opacos que les impiden ver, para garantizar así la igualdad de condiciones entre ciegos totales y deficientes visuales.

NECESIDADES.

- Balones y antifaces de Goalball (regalados por la FEDC).
- Cinta y cuerda para marcar.
- 4 conos por campo de juego.
- 2/3 personas por campo de juego.

VOLEIBOL SENTADO



La competición de voleibol en los Juegos Paralímpicos ha estado dividida en dos modalidades: de pie y sentados.

Es un deporte abierto a todo tipo de personas con discapacidad física y movilidad reducida. En el voleibol de pie participan discapacitados físicos con afectaciones leves, mientras que las personas con discapacidades físicas más severas lo hacen en voleibol sentados, en donde el campo es más pequeño y la red está a una altura más baja, lo que hace que el juego sea más rápido y, en ocasiones, muy espectacular, será esta la modalidad que practiquemos.

La única regla que cambia es la necesidad que los alumnos tienen que tener el culo pegado al suelo a la hora de golpear la pelota.

NECESIDADES.

- Balones blandos (secundaria) y balones hinchables (primaria).
- Cinta para hacer red
- 1/2 personas por campo de juego.

FUTBOL CIEGOS TOTALES



El fútbol sala o fútbol 5 es un deporte paralímpico que lo practican exclusivamente deportistas ciegos totales, excepto los porteros, que pueden ser personas sin discapacidad visual.

Por la dificultad que supone, únicamente podremos hacer situaciones de uno contra uno. Un deportista de ojos vendados, será defendido por otro en las mismas circunstancias. Un portero sin antifaz guiara al defensa, mientras que un guía situado detrás de la portería guiara al atacante.

NECESIDADES.

- Balones y antifaces de fútbol (regalados por la FEDC).
- Porterías.
- $\frac{1}{2}$ personas por campo de juego.

SLALOM.

El Slalom es una modalidad de deporte para personas con parálisis cerebral, en la que en un circuito con obstáculos, el



deportista en silla de ruedas debe de ir esquivándolos hasta completar un recorrido determinado en el menor tiempo posible. El derribo de algún obstáculo o su incorrecta ejecución supone la penalización con tiempo o incluso su posible descalificación.

Este deporte ofrece con su práctica una posibilidad idónea de desarrollar el potencial físico de la persona, así como mejorar el uso de su medio de desplazamiento: LA SILLA DE RUEDAS.

En el caso de no poder superara algún obstáculo un compañero podrá ayudar, fomentando de esta manera la colaboración con los alumnos del colegio que se desplazan en silla de ruedas.

NECESIDADES.

- Sillas de Ruedas (cedidos por la UCJC e INEF).
- Cualquier Elemento que pueda simular un obstáculo.
- 1/2 personas por campo de juego.