

# Deporte Inclusivo en la Escuela



## Editores

Javier Pérez Tejero  
Marina Barba Muñiz  
Luis García Abadía



**CEDI**  
centro de estudios  
sobre deporte inclusivo



Fundación Sanitas

# Prólogo

Madrid, Enero de 2013.

Utilizar el deporte paralímpico o los deportes adaptados para personas con discapacidad en el contexto educativo es una poderosa herramienta de sensibilización cuando se lleva a cabo con la metodología adecuada. Esta afirmación está más que corroborada en la práctica por multitud de profesores que en su día a día utilizan estos deportes como contenidos de sus programaciones de aula o realizan adaptaciones en sus prácticas para incluir a sus alumnos en clase de Educación Física de manera real y efectiva.

Esta obra está pensada para ellos y para aquellos docentes que aún no se han "atrevido" a dar el paso hacia las prácticas deportivas inclusivas en clase de Educación Física. Para llevarla a cabo nos hemos basado en los docentes de Educación Física de Secundaria y Bachillerato de una manera muy concreta, haciéndoles participar como expertos en el desarrollo de la propuesta didáctica.

Para el Centro de estudios sobre Deporte Inclusivo (CEDI), tras tres años de trabajo en el análisis, investigación, difusión y formación en relación a las mejores prácticas físico deportivas para personas con discapacidad, poner en marcha el programa "Deporte Inclusivo en la Escuela (DIE)" es un sueño hecho realidad, pero también un reto. Un reto asumible que se basa en el contacto directo con el centro educativo, con sus profesores y sus alumnos, así como trabajar mano a mano con las instituciones que se encargan de promocionar, difundir y organizar la competición en estos deportes.

Concretamente, el programa "Deporte Inclusivo en la Escuela" persigue promover la práctica deportiva inclusiva en los centros educativos dando a conocer los diferentes deportes paralímpicos mediante una metodología inclusiva y concienciando sobre la situación de las personas con discapacidad en la práctica deportiva. La propuesta didáctica se concreta en tres unidades didácticas donde se trabajan diferentes deportes paralímpicos: una para primer ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) donde se trabaja Atletismo para ciegos y deficientes visuales (carreras), Fútbol 7 (parálisis cerebral), el Baloncesto en Silla de Ruedas y la Gimnasia Rítmica y discapacidad intelectual, una para el segundo ciclo de la ESO donde se utiliza Voleibol Sentado, Baloncesto en Silla de Ruedas y Goalball y una para Bachillerato donde se utilizan el Rugby en Silla de Ruedas, el Fútbol 5 (ciegos), Boccia y Deportes para Personas con Discapacidad Auditiva (atletismo y baloncesto).

Lo novedoso de la propuesta metodológica es que los deportes son tratados desde una perspectiva inclusiva, ya sea incluyendo a los alumnos con discapacidad presentes en los centros, o poniendo en situación de discapacidad a los alumnos que no la poseen. Pero no es lo único: lo que distingue al DIE de otras propuestas es su compromiso con el currículo en el que se basa y entiende, por ello, al profesor de Educación Física del centro como el mejor embajador posible del programa.

Aparte de la propuesta didáctica (que constituye el núcleo del programa) se llevan a cabo otras acciones, como la visita al centro educativo de deportistas paralímpicos o el cierre final del programa con un evento deportivo donde todos los centros educativos participan y comparten práctica. Se ha tenido especial cuidado en hacer que los materiales sean lo más accesibles posible vía formato digital y que estén actualizados, con multitud de recursos bibliográficos y web. Además, el desarrollo de las sesiones en formato papel viene acompañado de un vídeo explicativo por deporte (con subtítulos en castellano), ficha del profesor, del alumno y vídeos de las tareas de las sesiones diseñadas. Todo ello para facilitar al máximo la utilización por parte del profesor de Educación Física de los deportes paralímpicos según la metodología propuesta.

Queremos trasladar nuestro agradecimiento a todas las instituciones que han hecho posible que el programa "Deporte Inclusivo en la Escuela" sea toda una realidad: Liberty Seguros, Fundación Adecco, Comité Paralímpico Español y Fundación Sanitas. Por último, reconocer la gran labor diaria y el apoyo recibido en el desarrollo del programa por parte de las siguientes instituciones colaboradoras:

- Federación Española de Deportes para Personas con Parálisis Cerebral y Lesión Cerebral.
- Federación Española de Deportes para Ciegos.

- Federación Española de Personas con Discapacidad Física.
- Federación Española de Deportes de Sordos.
- Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual.

Queremos agradecer al Instituto de Secundaria "Ortega y Gasset" y, sobre todo, a sus alumnos de Ciclo Superior de Técnico en Actividades Físicas y Animación Deportiva (TAFAD), su participación en la grabación de las sesiones inclusivas que componen la parte fundamental del DVD. Agradecer al Centro Español de Subtitulado y Audiodescripción (CESYA) su colaboración en el subtitulado de dicho DVD, a la Asociación Española de Deporte y Actividad Física Adaptada (AEDAFa) por su apoyo y labor difusora y al Consejo Superior de Deportes (CSD). Estamos convencidos de que, con la colaboración de todas estas instituciones, el programa "**Deporte Inclusivo en la Escuela**" logrará sus objetivos.

Por último dar las gracias al profesorado de Educación Física, **verdadero Embajador y Protagonista** por la buena acogida que ha hecho del programa antes de su lanzamiento y porque sabemos que una vez lo tenga en sus manos, lo estudiará, adaptará y aplicará para que se lleve a cabo con éxito entre los alumnos.

A todos, gracias.

Dr. Javier Pérez Tejero  
Director del Centro de Estudios sobre Deporte Inclusivo (CEDI)  
Profesor de Actividad Física y Deporte Adaptado  
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte -INEF  
Universidad Politécnica de Madrid

# Índice

1. Introducción.....	9
1.1. Objetivos.....	12
1.2. Contenidos.....	17
1.3. Criterios de evaluación.....	19
1.4. Competencias básicas.....	20
2. Unidad Didáctica para 1º y 2º de la ESO.....	25
2.1. Introducción.....	25
2.2. Objetivos de la unidad.....	25
2.3. Contenidos de la unidad.....	25
2.4. Metodología.....	26
2.5. Recursos.....	26
2.6. Evaluación.....	27
2.7. Fútbol-7.....	33
• Sesiones.....	35
• Fichas.....	39
2.8. Baloncesto en Silla de Ruedas.....	49
• Sesiones.....	51
• Fichas.....	57
2.9. Atletismo para ciegos y deficientes visuales.....	65
• Sesiones.....	67
• Fichas.....	74
2.10. Gimnasia Rítmica y discapacidad intelectual.....	81
• Sesiones.....	83
• Fichas.....	89
3. Unidad Didáctica para 3º y 4º de la ESO.....	95
3.1. Introducción.....	95
3.2. Objetivos de la unidad.....	95
3.3. Contenidos de la unidad.....	95
3.4. Metodología.....	96
3.5. Recursos.....	96
3.6. Evaluación.....	97
3.7. Voleibol Sentado.....	103
• Sesiones.....	105
• Fichas.....	109

3.8. Baloncesto en Silla de Ruedas .....	117
• Sesiones.....	119
• Fichas .....	126
3.9. Goalball .....	133
• Sesiones.....	135
• Fichas .....	141
4. Unidad Didáctica para Bachillerato .....	151
4.1. Introducción .....	151
4.2. Objetivos de la unidad.....	151
4.3. Contenidos de la unidad .....	152
4.4. Metodología .....	152
4.5. Recursos .....	153
4.6. Evaluación .....	153
4.7. Rugby en Silla de Ruedas.....	159
• Sesiones.....	161
• Fichas .....	166
4.8. Fútbol-5 .....	173
• Sesiones.....	175
• Fichas .....	181
4.9. Boccia.....	189
• Sesiones.....	191
• Fichas .....	195
4.10. Deportes para Personas con discapacidad auditiva.....	203
• Sesiones.....	205
• Fichas .....	210
5. Bibliografía, recursos web y vídeos.....	219