

## TRABAJO FINAL DE GRADO



### **Habilidades blandas más potenciadas en gimnasia rítmica en deportistas con Discapacidad Intelectual y su importancia en el empleo.**

Alumna: Lucía González Delgado

Tutora académica: Alba Roldán Romero

Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Curso Académico: 2023 - 2024

## ÍNDICE

1.CONTEXTUALIZACIÓN .....	3
2.PROCEDIMIENTO.....	4
3.CONCLUSIONES .....	7
4.LIMITACIONES .....	7
5.BILIOGRAFÍA.....	8
6.ANEXOS .....	10



## 1. CONTEXTUALIZACIÓN

La baja tasa de empleo en personas con discapacidad intelectual (DI) constituye un desafío significativo en la sociedad contemporánea. En España, el 35,3% de la población con discapacidad eran activos, 42,7 % inferior a la población sin discapacidad (INE - Instituto Nacional de Estadística, 2022). Más allá de la mera estadística, esta situación refleja una exclusión sistemática y una falta de oportunidades equitativas, así pues, la mayoría de las personas con DI o están desempleados o desarrollando labores en entornos segregados (Bell, 2020). Así, cuando las personas con DI logran obtener un empleo, conservarlo se vuelve crucial, pero también un desafío. Las diversas barreras que, tales como la falta de oportunidades educativas y de formación, así como la carencia de recursos económicos, son producto de un entorno social que impide su plena participación en condiciones de equidad. (World Health Organization & World Bank, 2011).

Gradualmente, se están incrementando los derechos de este colectivo a participar de manera completa en diversos ámbitos de la vida, especialmente en el ámbito laboral, de acuerdo con los preceptos establecidos en la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (UN, 2008). En esta convención se enfatiza la importancia de garantizar que las personas con discapacidad tengan acceso a condiciones laborales justas y favorables al igual que el resto de las personas sin discapacidad. No obstante, persisten numerosas barreras como la renuncia de las empresas a contratar a personas con discapacidad, que aún requieren superación por parte de la sociedad para las personas con DI (Bell, 2020).

Para obtener un empleo, o el desempeño eficaz del mismo, es necesario que las personas posean un conjunto de habilidades y que puedan aplicarlas de manera competente. Según la Organización Internacional del Empleo, ese conjunto de habilidades puede categorizarse en habilidades duras y blandas (International Labour Office, 2013). Las habilidades duras engloban aquellas competencias técnicas, teóricas o prácticas adquiridas mediante una formación específica que permiten el desempeño laboral. Por otro lado, las habilidades blandas, hacen referencia a las competencias interpersonales, sociales y cognitivas incorporadas a la personalidad de un individuo (Aggarwal, 2021). Ambas habilidades son importantes, no solo para conseguir un empleo, también para conservarlo en el tiempo (Roldan, Martínez-Pujalte y Reina, 2022). No obstante, cada vez más los empleadores dan mayor importancia a la adquisición de las habilidades blandas por encima de las duras (Yong Ling, 2022; Zamudio & Lichter, 2008), buscando empleados/as que tengan la capacidad de comunicarse de manera efectiva, colaborar en equipo y adaptarse a diversas situaciones y desafíos de forma eficiente (Asefer & Abidin, 2021). Cuando nos referimos a estas competencias, adquieren una relevancia aún mayor en personas con DI, dado que las limitaciones en el ámbito social y de comunicación, así como las dificultadas en la gestión emocional, están relacionadas con la propia DI y pueden contribuir a su exclusión en la sociedad (Strindlund et al., 2019).

La práctica de actividad física no solo mejora la salud física de los jóvenes, sino que también potencia el desarrollo de habilidades blandas (Dailey et al., 2020), las cuales pueden transferirse al ámbito laboral. Las funciones cognitivas como la atención, la memoria y la toma de decisiones, junto con habilidades sociales como el trabajo en equipo, la comunicación y el liderazgo, se fortalecen a través de actividades deportivas (Hutzler & Korsensky, 2010). Estas habilidades son fundamentales en el entorno laboral, contribuyendo al desempeño eficaz en diversas ocupaciones (Roldan, Martínez-Pujalte y Reina, 2022). Además, la participación regular en actividad física aumenta el bienestar percibido por los jóvenes (Scifo et al., 2019; Kapsal et al., 2019), lo que ayuda a mitigar los efectos de potenciales comorbilidades asociadas a la DI (Bechar & Grosu, 2016).

La participación en actividad física ofrece una plataforma única para mejorar las habilidades blandas esenciales, ya sea a través de modalidades individuales o colectivas (Zakaria et al., 2022). Los

entrenadores/as podrían desempeñar un papel fundamental en el desarrollo de las habilidades blandas, a través de trabajo y orientación dentro de las sesiones de entrenamiento (Gorely et al., 2002), pudiéndose extrapolar estos aprendizajes a la vida diaria y laboral de los jóvenes con DI.

Una disciplina deportiva altamente practicada por el colectivo con DI es la gimnasia rítmica, ya que representa una buena base para el desarrollo de las capacidades físicas, cognitivas y sociales de los deportistas, y dispone de un gran número de programas adaptados (Xu et al., 2020). La gimnasia rítmica ofrece numerosos beneficios positivos en el desarrollo de habilidades blandas para personas sin discapacidad. Esta disciplina deportiva no solo mejora la condición física, sino que también tiene un impacto significativo en aspectos psicosociales. La práctica regular de gimnasia rítmica fomenta la disciplina, ayudando a los deportistas a establecer rutinas y a ser constantes en sus esfuerzos. Además, fomenta el fortalecimiento del autoconcepto físico. Los deportistas desarrollan una mayor confianza en sus capacidades corporales y en su imagen personal, lo que contribuye a una mejor autoestima (González-Valero et al., 2020). En la gimnasia rítmica, es muy característico la participación de las personas con Síndrome de Down, que predominan sobre las personas con otro tipo de DI. Esto se debe a que es un colectivo que tiene una mayor participación en el deporte en general (Borland et al., 2020). Además, se destacan características singulares como una alta flexibilidad y elasticidad, fundamentales para la práctica de la gimnasia rítmica (Caird et al., 2006).

Sin embargo, a pesar de los potenciales beneficios de la práctica de esta modalidad deportiva, hay escasez de información sobre el trabajo de las habilidades blandas durante los entrenamientos. Considerando lo expuesto, los objetivos de esta investigación son los siguientes: en primer lugar, examinar si los entrenadores/as de gimnasia rítmica valoran el desarrollo de las habilidades blandas, y su correlación con la empleabilidad. En caso afirmativo, el segundo objetivo consiste en identificar las habilidades blandas predominantes y relevantes en la práctica de la gimnasia rítmica.

## 2. PROCEDIMIENTO

### Participantes

Se seleccionaron varias entrenadoras de un mismo club de Alicante que cumpliesen los siguientes criterios de inclusión para participar en este trabajo: I) ser mayor de edad; II) presentar mínimo un año de experiencia como entrenadora de gimnasia rítmica con personas con DI; III) estar actualmente desempeñándose en el área con este colectivo; IV) poseer mínimo la titulación de nivel 1 de entrenadora de gimnasia rítmica; y por último, V) que los deportistas a los que entrenen sean adolescente o adultos.

De esta manera, cinco entrenadoras de gimnasia rítmica con edades comprendidas entre 18 y 55 años participaron en el estudio (ver tabla 1). Dicho club trabaja con deportistas que compiten a nivel nacional en la Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual (FEDDI). El club cuenta con 20 deportistas de las que solo dos de ellas compiten a nivel internacional. El 95% de los deportistas que acuden a este club deportivo presentan Síndrome de Down.

**Tabla 1***Datos Demográficos de los Participantes*

Participantes	Sexo (M/F)	Edad (años)	Nacionalidad	Titulación	Experiencia (años)
		M ± SD			M ± SD
		35,0 ± 16,2			18,4 ± 17,1
S1	F	49	Española	Nivel 3	31
S2	F	54	Española	Nivel 3	40
S3	F	21	Española	Nivel 1	2
S4	F	33	Española	Nivel 3	17
S5	F	18	Española	Nivel 1	2

**Entrevistas**

Dado que el foco del estudio se ha centrado en conocer la experiencia individual de las entrenadoras, se ha optado por emplear un enfoque metodológico cualitativo, a través de una entrevista semiestructurada (McIntosh & Morse, 2015). En la investigación cualitativa, el propósito de la entrevista es fomentar un diálogo que anime a las participantes a compartir sus experiencias, ideas y sentimientos sobre el tema de estudio (Smith & Sparkes, 2016). Se utilizan preguntas que estimulan la reflexión y la expresión personal. Esta metodología destaca por su capacidad para recopilar una variedad de respuestas durante las entrevistas (Kallio et al., 2016).

La estructura de la entrevista se fundamentó en el manual Smith & Sparkes (2016), complementado con sugerencias extraídas de la literatura cualitativa y enriquecido por la experiencia y conocimientos de profesionales del deporte adaptado. Además, se tomaron en cuenta la experiencia de la estudiante, quien previamente fue gimnasta y posee una comprensión profunda del tema.

Después de haber obtenido las preguntas tipo de la entrevista, se llevó a cabo un proceso de revisión para eliminar aquellas preguntas de respuesta cerrada y otras que se adentraban en detalles excesivamente específicos. Además, se procedió a elaborar lo que se conoce como "preguntas de bolsillo" (Josselson, 2013), que son preguntas adicionales diseñadas para orientar la entrevista. El propósito detrás de este proceso era evitar inducir respuestas y fomentar la fluidez en el intercambio de información.

Tras completar exhaustivamente el proceso de selección de las preguntas más pertinentes, se llevó a cabo una etapa adicional de agrupación, organizándolas en secciones según temas afines. Estos temas se distribuyeron de la siguiente manera:

1) Experiencia personal, que se estableció como el primer bloque con el fin de crear un entorno cómodo para las entrevistadas, permitiéndoles compartir sus vivencias de manera más abierta y sincera.

Este segmento comprendía preguntas sobre edad, años de experiencia en el campo de entrenamiento, antecedentes educativos y otros aspectos personales relevantes.

II) Características de las sesiones de entrenamiento, donde se exploraron aspectos relacionados con la metodología y el ambiente de las sesiones de práctica. Se examinó la experiencia de las entrenadoras con sus deportistas, considerando la dinámica de los entrenamientos, la organización del horario de las sesiones y los desafíos que encontraban en su labor.

III) Conocimiento e importancia de las habilidades blandas, donde se indagó sobre la percepción y valoración de habilidades como la comunicación, el trabajo en equipo y la resolución de problemas.

IV) El empleo, en el cual se abordaron diversos aspectos relacionados con la vida laboral de los deportistas. Se profundizó en temas como las oportunidades laborales disponibles para los atletas, las dificultades que pueden enfrentar al buscar empleo y sobre el tipo de empleo que podrían conseguir.

V) Relación entre deporte y empleo, explorando cómo las habilidades adquiridas a través del deporte influyen en el desempeño laboral y en la búsqueda de empleo (Bastos et al., 2014). La entrevista culminó con una serie de preguntas orientadas a sugerir ejercicios o actividades que pudieran fomentar las distintas habilidades blandas. El objetivo de esta fase final era determinar si las entrevistadas percibían una relación entre el deporte y la importancia de estas habilidades, además de evaluar su competencia y comprensión de las habilidades de estudio.

Se llevaron a cabo dos entrevistas piloto como parte del proceso inicial, las cuales desempeñaron un papel fundamental en la refinación del cuestionario y en la organización de las preguntas. Estas entrevistas ofrecieron una retroalimentación valiosa, permitiendo identificar áreas de mejora tanto en el contenido de las preguntas como en su estructura, lo que contribuyó a obtener la entrevista final de manera más efectiva (ver anexo I).

### **Procedimiento**

En primer lugar, se aprobó el comité de ética del estudio (TFG.GAF.ARR.LGD.231003) y se informó al club sobre el objetivo del trabajo para pedir la colaboración voluntaria de aquellas entrenadoras que quisieran participar en el mismo. Una vez seleccionadas las participantes que cumplían con los criterios de inclusión, firmaron el consentimiento de participación. A continuación, se coordinaron las entrevistas presenciales para cada participante, distribuidas en diferentes días y horarios a lo largo de una semana. Se contactó con ellas un día antes de la entrevista para confirmar la asistencia. Se asignó una sala de reuniones común para dicho propósito en la Universidad Miguel Hernández. A cada entrenadora se le entregó un documento que incluía todos los detalles relevantes del estudio, junto con el formulario de consentimiento (ver anexo II). Las entrevistas se llevaron a cabo utilizando un dispositivo de grabación de audio "Olympus VN-711PC2" y tuvieron una duración variable de entre 30 y 40 minutos ( $M \pm SD = 31,4 \pm 8,6$ ).

### **Análisis de datos**

El análisis de datos se llevó a cabo siguiendo las seis etapas según establecen Braun y Clarke (2006), que contemplan: I) la familiarización con los datos, que implica la lectura del material varias veces para profundizar la comprensión del contenido; II) la creación de códigos preliminares y la organización de los datos brutos en unidades significativas que surgieron de las declaraciones de los participantes; III) la identificación de temas, que implica agrupar los datos en una jerarquía de contenido; IV) la revisión de dichos temas; V) la correcta definición y nombramiento de los temas; y finalmente, VI) la elaboración del informe.

Las entrevistas fueron transcritas de manera textual, con una extensión total entre 8 y 10 folios por entrevistas. Las entrevistas se categorizaron en diferentes grupos según los años de experiencia, la edad y los conocimientos previos sobre DI. Las transcripciones fueron analizadas utilizando el software "NVivo 14" (Castleberry, 2014), cuyos datos fueron codificados de manera detallada, registrando la información de cada entrevista punto por punto en una serie de códigos. Estos códigos fueron asignados en función de las respuestas de las entrevistadas en las distintas secciones de la entrevista.

Tras la asignación de códigos y la clasificación de las respuestas, se dio uso a una matriz de codificación con la finalidad de comparar los códigos con diferentes clasificaciones para identificar los temas. Este paso se realizó para poder observar si existían diferencias entre los distintos temas. Posteriormente, se elaboró un documento en la aplicación *Excel* con los resultados de la matriz de codificación, con el objetivo de presentar la información de manera clara y visual para facilitar su entendimiento.

### 3. CONCLUSIONES

Este trabajo manifiesta la relación entre la práctica deportiva y el desarrollo de las habilidades blandas en deportistas con DI. Si bien, estas habilidades no son el objetivo específico dentro de las sesiones de gimnasia rítmica, sí que están presentes dentro de la formación deportiva de los jóvenes con discapacidad. Se identifican algunas habilidades que parecen ser cruciales para esta disciplina deportiva y sobre todo con alta transferencia en el empleo. La autonomía, la comunicación, las relaciones sociales, la gestión de emociones, la puntualidad y el respeto, son las habilidades blandas más destacadas en esta modalidad.

El papel de las entrenadoras en el ámbito deportivo es esencial para potenciar las habilidades blandas más relevantes en la práctica de la gimnasia rítmica. En este deporte, se han observado diferencias significativas en la comprensión de la DI, así como en la relación entre las habilidades blandas, el deporte y el empleo, según la edad y la experiencia de las entrenadoras. Su profundo conocimiento y comprensión de cómo estas habilidades se relacionan con el deporte pueden ser catalizadores para el desarrollo y crecimiento de los jóvenes con DI.

El uso de la actividad física para potenciar habilidades blandas en jóvenes con DI se plantea como una herramienta de gran interés en el ámbito de las Ciencias del Deporte. En este sentido, puede ser una herramienta capaz de potenciar la inclusión social del colectivo con DI a través del empleo.

### 4. LIMITACIONES

Es importante señalar que este estudio presenta ciertas limitaciones que deben ser consideradas. La muestra de entrevistas se obtuvo exclusivamente de un solo club, lo que podría implicar que la dinámica específica de entrenamiento en dicho club haya influido en las percepciones de las entrenadoras entrevistadas. Aunque pueda considerarse una limitación, este aspecto también facilita una comprensión más profunda de la "cultura" del club, lo cual es fundamental para el contexto del estudio. Además, permite un mejor control de las variables externas que podrían influir en los resultados de las entrevistas. Para abordar esta limitación en investigaciones futuras, sería beneficioso ampliar el número de clubes entrevistados y aumentar la diversidad de la muestra de entrenadores. Esto permitiría una exploración más completa y representativa de las diferentes dinámicas de entrenamiento y percepciones sobre las habilidades blandas relevantes en la gimnasia rítmica.

## 5. BILIOGRAFÍA

- Aggarwal, A. (2021). *Global framework on core skills for life and work in the 21st century*. International Labour Organization. <https://www.ilo.org/publications/global-framework-core-skills-life-and-work-21st-century>
- Asefer, A., Abidin, Z., & S., N. (2021). *Soft skills and graduates' employability in the 21st century from employers' perspectives: A review of literature*. Edu.my. [https://iukl.edu.my/rmc/wp-content/uploads/sites/4/2022/02/5.-Al-Asefer\\_compressed.pdf](https://iukl.edu.my/rmc/wp-content/uploads/sites/4/2022/02/5.-Al-Asefer_compressed.pdf)
- Bastos, T., Corredeira, R., Probst, M., & Fonseca, A. M. (2014). Elite disability sport coaches' views on sport psychology. *International Journal of Psychological Studies*, 6(1), 33. <https://doi.org/10.5539/ijps.v6n1p33>
- Bechara, I., & Grosu, E. F. (2016). Physical activity and intellectual disabilities. *The European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*, 18, 225-234.
- Bell, M. (2020). People with intellectual disabilities and labour market inclusion: What role for EU labour law? *European Labour Law Journal/European Labour Law Journal*, 11(1), 3-25. <https://doi.org/10.1177/2031952519882953>
- Borland, R. L., Hu, N., Tonge, B., Einfeld, S., & Gray, K. M. (2020). Participation in sport and physical activity in adults with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research: JIDR*, 64(12), 908–922. <https://doi.org/10.1111/jir.12782>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Caird, M. S., Wills, B. P., & Dormans, J. P. (2006b). Down Syndrome in Children: The Role of the Orthopaedic Surgeon. *Journal Of The American Academy Of Orthopaedic Surgeons*, 14(11), 610-619. <https://doi.org/10.5435/00124635-200610000-00003>
- Castleberry, A. (2014). NVivo 10 [software program]. Version 10. QSR International; 2012. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 78(1), 25. <https://doi.org/10.5688/ajpe78125>
- Dailey, S. L., Alabere, R. O., Michalski, J. E., & Brown, C. I. (2020). Sports experiences as anticipatory socialization: How does communication in sports help individuals with intellectual disabilities learn about and adapt to work? *Communication Quarterly*, 68(5), 499-519. <https://doi.org/10.1080/01463373.2020.1821737>
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., & Puertas-Molero, P. (2020). Motivation, Self-Concept and Discipline in Young Adolescents Who Practice Rhythmic Gymnastics. An Intervention. *Children*, 7(9), 135. <https://doi.org/10.3390/children7090135>
- Gorely, T., Jobling, A., Lewis, K., & Bruce, D. (2002). An evaluative case study of a psychological skills training program for athletes with intellectual disabilities. *Adapted physical activity quarterly: APAQ*, 19(3), 350–363. <https://doi.org/10.1123/apaq.19.3.350>
- Hutzler, Y., & Korsensky, O. (2010). Motivational correlates of physical activity in persons with an intellectual disability: a systematic literature review. *JIDR. Journal Of Intellectual Disability Research*, 54(9), 767-786. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01313.x>
- ILO. International Labour Office. (2013). *Global Employment Trends* (pp. 1-107). Recovering from a Second Jobs Dip; ILO Geneva.

- Instituto Nacional de Estadística (2022). El Empleo de las personas con Discapacidad. Retrieved from: [https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica\\_C&cid=1254736055502&menu=resultados&idp=1254735573175](https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736055502&menu=resultados&idp=1254735573175)
- Josselson, R. (2013). *Interviewing for qualitative inquiry: A relational approach*. Guilford Press.
- Kallio, H., Pietilä, A., Johnson, M., & Kangasniemi, M. (2016). Systematic methodological review: developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. *Journal Of Advanced Nursing*, 72(12), 2954-2965. <https://doi.org/10.1111/jan.13031>
- Kapsal, N. J., Dicke, T., Morin, A. J. S., Vasconcellos, D., Mañano, C., Lee, J., & Lonsdale, C. (2019). Effects of physical activity on the physical and psychosocial health of youth with intellectual disabilities: A systematic review and meta-analysis. *Journal of physical activity & health*, 16(12), 1187–1195. <https://doi.org/10.1123/jpah.2018-0675>
- McIntosh, M. J., & Morse, J. M. (2015). Situating and constructing diversity in semi-structured interviews. *Global Qualitative Nursing Research*, 2, 233339361559767. <https://doi.org/10.1177/2333393615597674>
- Roldán, A., Martínez-Pujalte, A. L., & Reina, R. (2022). Applied Physical Activity: A Subject for the Development of Employability Skills in Young University Students with Intellectual Disabilities in Spain. *European Journal of Human Movement*, 49. <https://doi.org/10.21134/eurjhm.2022.49.5>
- Scifo, L., Borrego, C. C., Monteiro, D., Matošić, D., Feka, K., Bianco, A., & Alesi, M. (2019). Sport Intervention Programs (SIPs) to Improve Health and Social Inclusion in People with Intellectual Disabilities: A Systematic Review. *Journal Of Functional Morphology And Kinesiology*, 4(3), 57. <https://doi.org/10.3390/jfkm4030057>
- Smith, B., & Sparkes, A. (2016). ROUTLEDGE HANDBOOK OF QUALITATIVE RESEARCH IN SPORT AND EXERCISE (p. 519) [Review of *ROUTLEDGE HANDBOOK OF QUALITATIVE RESEARCH IN SPORT AND EXERCISE*]. <https://www.routledge.com/Routledge-Handbook-of-Qualitative-Research-in-Sport-and-Exercise/Smith-Sparkes/p/book/9781138353480>
- Strindlund, L., Abrandt-Dahlgren, M., & Ståhl, C. (2018). Employers' views on disability, employability, and labor market inclusion: a phenomenographic study. *Disability And Rehabilitation*, 41(24), 2910-2917. <https://doi.org/10.1080/09638288.2018.1481150>
- World Health Organization, World Bank. (2011). *Informe mundial sobre la discapacidad*. World Health Organization.
- Xu, C., Yao, M., Kang, M., & Duan, G. (2020). Improving physical fitness of children with intellectual and developmental disabilities through an adapted rhythmic gymnastics program in China. *BioMed Research International*, 2020, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2020/2345607>
- Yong, B. P. P., & Ling, Y.-L. (2022). Skills gap: The importance of soft skills in graduate employability between the perspectives of employers and graduates. *International Journal of Social and Humanities Extension(IJSHE)*, 10–24. <https://www.ijshe.info/index.php/ijshe/article/view/21>
- Zakaria, E., Rustiadi, T., & Soegiyanto, S. (2022). The role of Hadang Traditional Sports as Experiential Learning Media to improve student Soft Skills. *Journal of Physical Education and Sports*, 11(2), 217–224. <https://doi.org/10.15294/jpes.v11i2.58300>
- Zamudio, M., & Lichter, M. I. (2008). Bad Attitudes and Good Soldiers: Soft Skills as a Code for Tractability in the Hiring of Immigrant Latina/os over Native Blacks in the Hotel Industry. *Social Problems*, 55(4), 573-589. <https://doi.org/10.1525/sp.2008.55.4.573>

## 6. ANEXOS

Anexo I

Tema	Sub-tema	Tipos de preguntas	¿Contestado?
Historia cómo entrenador/ profesor de EF	Años de experiencia y certificación	Comentame cómo empezaste a dar entrenamientos	
		Tienes certificaciones específicas cómo entrenador? Y de DI?	
		Cuando comenzaste?	
		Cuando comenzaste con DI?	
	Deporte	A qué deporte(s) entrenas?	
		Has entrenado en el pasado otros deportes? Cuales?	
	Características de tus atletas	Cuentame algo sobre tus deportistas	
		Edad de deportistas	
		Tipo de discapacidad y/o severidad	
		Cómo describirías las personalidad y el comportamientos de tus deportistas	
		Compiten? A que nivel? En que competiciones?	

Sobre tus sesiones de entrenamiento	Rutina	Cuentame sobre el horario de los entrenos	
		Cuentame sobre un día típico durante tus entrenos. Cómo estructuras la sesión....	
	Desafíos	Cuales son algunos de los desafíos principales con los que te encuentras?	
		Existen cuestiones externas que afecten tus entrenamientos? Otros factores? Por ejemplo... necesitas más tiempo durante las sesiones con tus deportistas o necesitas más ayuda?	
		Te sientes satisfecho después de cada entreno? Alcanzas siempre tus objetivos? Cómo evalúas si has logrado el objetivo? Cuál es el mensaje más importante para que se lleven tus deportistas después de los entrenos?	
		Cuando algo no va acorde el plan, cómo lo gestionas? Por ejemplo... si un atleta te llega tarde, o si tiene un comportamiento perturbador, cómo lo gestionarías? Te suceden casos así? Se te viene a la cabeza algún otro ejemplo que haya vivido? Qué harías para darle solución o para evitar que se repitiese?	

Habilidades blandas	Conocimiento	Has escuchado el termino de habilidades blandas anteriormente? Sabrías explicarme lo que es y darme ejemplos? Otros terminos parecidos: habilidades transferibles, interpersonales o intrapersonales, habilidades sociales y de comunicación..	
		Qué opinas sobre las habilidades blandas.. Piensas que son importantes y necesarias para el día a días?Razona tu respuesta, dame ejemplos	
		Qué habilidades blandas consideras las más importantes para el empleo. (Un mínimo de 5 ejemplos si se le ocurre ... APUNTARLAS) 1. 2. 3. 4. 5.	
Sobre el empleo	Situación actual	Sabes si algunos de tus deportistas tienen un trabajo? O si esan buscando empleo? Hablame de los ejemplos... qué hacen? Tipo de contrato?	
		Has tratado de motivar a tus deportistas a buscar un empleo?	
	Habilidad	Crees que son capaces de obtener un empleo? De qué tipo..?	

	Competencias	Cuales dirías que son sus mejores habilidades cómo empleados? Son puntuales... alegres... trabajadores... ordenados..	
		Piensas que necesitaría unas cualidades específicas para obtener empleo? Cuales? O qué cualidades podrían tener que mejoraría sus posibilidades de conseguir un empleo?	
		Que competencias/habilidades/cualidades obtienen tus deportistas mediante el deporte?	
		Crees que estas competencias/cualidades son útiles fuera del contexto del deporte?	
		Alguna vez has pensado en que mediante el deporte se trabajan habilidades que son útiles para el empleo? Y ahora que lo mencionamos, sabrías decirme algún ejemplo?	
		En cuanto a la empleabilidad y el buscar un trabajo... ¿cómo crees que el deporte puede ser beneficioso para ello?	
Deporte y Empleo	Implementación mediante el deporte	Te has planteado alguna vez el trabajar las habilidades blandas durante tus entrenamientos? Lo consideras o consideraría un objetivo principal? Cómo lo implementas o cómo lo implementarías?	
		Cómo trabajaríamos las habilidades blandas durante una sesión típica en tu deporte?	
		Cómo mejoraríamos la comunicación?	
		¿Cómo mejoraríamos las habilidades sociales?	
		Cómo mejoraríamos el trabajo en equipo?	
		Cómo mejoraríamos la toma de decisiones?	
		Cómo mejoraríamos la resolución de problemas?	
		Cómo mejoraríamos la autonomía?	
		PREGUNTAS POR LAS HABILIDADES BLANDAS QUE SE HAN MENCIONADO ANTERIORMENTE (SI SON DIFERENTES)	

## Anexo II

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Código provisional COIR:	230310160251
Código de autorización COIR:	DCD.ARR.130323
Título del proyecto:	IDEAL-2: Intellectual Disability - Enhancing their autonomy, employability, health, and learning capacity through physical activity
Investigador/a principal:	Alba Roldán Romero

Yo.....  
(Nombre y apellidos manuscritos por el participante)

He leído esta hoja de información y he tenido tiempo suficiente para considerar mi decisión.  
Me han dado la oportunidad de formular preguntas y todas ellas se han respondido satisfactoriamente.

Comprendo que mi participación es voluntaria.

Comprendo que puedo retirarme del estudio:

- Cuando quiera
- Sin tener que dar explicaciones.

Después de haber meditado sobre la información que me han proporcionado, declaro que mi decisión es la siguiente:

Doy    No doy

Mi consentimiento para la participación en el presente proyecto de investigación, así como para el acceso y utilización de mis datos personales en las condiciones detalladas en la hoja de información. Igualmente, autorizo expresamente la grabación de mi voz durante las entrevistas.

FIRMA DEL/DE LA PARTICIPANTE	FIRMA DEL INVESTIGADOR/A
<b>NOMBRE:</b>	<b>NOMBRE:</b>
<b>FECHA:</b>	<b>FECHA:</b>