



Ciencias de la
Actividad Física
y del Deporte

UNIVERSITAS
Miguel Hernández

TRABAJO FINAL DE GRADO



UNIVERSITAS
Miguel Hernández



El avance metodológico en los deportes colectivos mediante la inclusión

Alumno: David Quesada Boj

Tutor académico: Tomás Urbán Infantes

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Curso académico: 2022 -2023

Contenido

Resumen	3
Contextualización	3
Procedimiento de revisión (Metodología)	5
Resultados	7
Discusión	9
Conclusiones	12
Propuesta de intervención	12
Bibliografía	13
Anexos	14



Resumen

La mayoría de los deportes colectivos cuentan hoy en día con variantes inclusivas y alternativas para diferentes grupos con necesidades específicas, pero no siempre ha sido así.

Es por ello que se ha llevado a cabo una revisión sobre como fueron los antecedentes en el deporte inclusivo a través del deporte adaptado en la sociedad a lo largo de los años hasta la actualidad. Además, se revisó como han afectado la inclusión de nuevas metodologías y estrategias de enseñanza hacia una inclusión en la educación y el ámbito deportivo de personas con diversidad funcional.

Para finalizar, llevará a cabo una propuesta de intervención más específica entorno al deporte colectivo inclusivo en la modalidad del balonmano. En la actualidad ha sido el comienzo de una integración más profesionalizada hacia su inclusión adaptada, es un deporte que pedía una integración debido a la gran demanda en esta modalidad deportiva que supone sobre todo a nivel europeo.

Contextualización

La metodología inclusiva que se conoce y que gobierna en la mayoría de deportes colectivos en la actualidad, se ha encontrado con una serie de barreras a lo largo de la historia. Nos encontramos envueltos en una sociedad marcada por la discriminación desde que se conocen los primeros escritos. Ya sea con la esclavitud o la terrible marca de la marginación social debido a ser de diferente raza, por ser más alto, bajo, pobre o con una discapacidad física. Es en este punto donde comienza la investigación que envuelve este estudio, con el objetivo de identificar el punto de inicio y la meta a alcanzar en el contexto de las capacidades diferentes.

Se debería crecer como un árbol que tampoco sabe de su ley. Sin embargo, el ser humano se encuentra atado a intenciones, sin tener en cuenta el hecho de que la intención es limitación, e incluso exclusión de la vida. Creemos poder aclarar una oscuridad con una intención y con ello pasamos por alto la luz. ¿Cómo podemos atrevernos a querer saber por anticipado de dónde nos vendrá la luz? (Jung, 2009). En este instante es cuando se da prioridad a la cohesión grupal. Deberá existir un objetivo real y coherente para que el grupo sea capaz de autogestionarse. La toma de decisiones debe ir vinculada a todos y cada uno de los individuos siendo conscientes de las necesidades que se quieren cumplir. Es decir, una vez el grupo está formado por diferentes características personales, debe existir un consenso grupal en el que todos sumen algo que los lleve a conseguir su objetivo. La relación emocional para personas con diversidad funcional es muy importante y ver que son igual de importantes que sus compañeros a la hora de conseguir la meta, creará un estado de Flow en la totalidad del grupo dando lugar a la consecución de cada una de las dinámicas planteadas. Hay que encontrar la manera de incluir a cada persona sin modificar o adaptar al resto de integrantes, esto hará que esa persona se sienta una parte más y el grupo la vea como un par.

Es de gran importancia que cada uno sepa en qué punto se encuentra y hasta dónde puede llegar a sumar. Cuando dejamos que nuestra propia luz brille, inconscientemente damos permiso a otras personas para hacer lo mismo" (Mandela, 1994). Pero para llegar a introducir metodología inclusiva habrá que saber educar de manera inclusiva y recoger sus frutos después. Visualizando como afrontan y responden los discentes a las necesidades emergentes, participando en el proceso de aprendizaje y tratando de disminuir la exclusión en el entorno educativo. Autores como Piaget (1996) argumentaban la necesidad de forjar individuos, capaces

de una autonomía intelectual y moral y que respeten esa autonomía del prójimo, en virtud precisamente de la regla de la reciprocidad.

En el contexto del deporte adaptado, el precursor del deporte adaptado fue el doctor Ludwig Guttman, quien en 1948 en el hospital de Stoke Mandeville Inglaterra realizó la primera competición de tiro con arco entre soldados amputados y con lesión medular después de la II Guerra Mundial. En 1949 en Estados Unidos tuvo lugar el primer Torneo Nacional de baloncesto en silla de ruedas. A raíz de estas iniciativas comenzaron a aparecer entre mitad y final del siglo XX deportes para personas con diversidad funcional como el Goalball, el Voleibol sentado o la Boccia.

Los primeros JJOO que incluyeron el deporte adaptado fueron los de 1960 en Roma (Italia) contando con 400 deportistas desde 23 países diferentes. Estos deportistas estaban en silla de ruedas debido a una lesión medular. Las modalidades deportivas que aparecieron fueron ocho: atletismo, baloncesto, esgrima, tenis de mesa, dardos, natación, dardos y snooker. En 1964 se consiguió que en Tokio se celebrasen tanto JJOO como Juegos Paralímpicos, pero no tuvo el éxito esperado y las sedes no fueron conjuntas hasta finales de los años 80. Tras el éxito de estos primeros juegos paralímpicos, comenzaron a aparecer organizaciones como Special Olympics (1968) para personas con discapacidad intelectual.

Fue ya en Toronto 1976 donde se permitió la participación de deportistas amputados y con deficiencia visual que con el objetivo de generar una mejor clasificación a la hora de distribuir a los deportistas. Otro hito histórico del deporte adaptado fue la inclusión de afectados por parálisis cerebral y diferentes discapacidades en Arnhem (Holanda) 1980, donde deportistas que no habían participado en ocasiones anteriores tuvieron la oportunidad de competir.

Desde Seúl 1988 se celebran en la misma sede tanto JJOO como Juegos Paralímpicos, dando así la importancia que se merecen ambas disciplinas. También en 1988, tienen lugar los primeros Juegos Paralímpicos de Invierno en la ciudad austriaca de Innsbruck. Cuentan con tres disciplinas: esquí alpino, esquí nórdico y hockey hielo.

Hasta 1992 tuvieron lugar en el mismo año tanto Juegos Paralímpicos de verano como invierno, pero dos años más tarde se modificó y se celebraron en Lillehammer 94 la tercera edición de Juegos Paralímpicos de invierno. Desde entonces hay una alternancia de dos años entre Juegos Paralímpicos de verano e invierno.

A pesar de todos estos hitos del deporte paralímpico, no fue hasta un año después (1989) que tuvo lugar en Dusseldorf (Alemania) la formación del Comité Paralímpico Internacional. En este punto el movimiento paralímpico logró la dimensión que le faltaba y creciendo cada vez más al ritmo que los deportistas realmente necesitaban y demandaban.

Esto desencadenó que en Barcelona 92 se celebrase un evento de inauguración conjunto entre deportistas y que además compartiesen todas las instalaciones entre olímpicos y paralímpicos. En Atlanta 96, se permitió que deportistas con discapacidad intelectual compitieran en las modalidades de natación y atletismo. Todo esto conllevó que en 2001 tanto el Comité Olímpico como el Paralímpico firmasen un tratado en el que ambos eventos se diesen siempre en la misma ciudad y sede.

A partir de Vancouver 2010 se incluyeron Biathlon y Curling en silla de ruedas, dando lugar a 5 disciplinas en los Juegos Paralímpicos de invierno. Respecto a los Juegos Paralímpicos de Verano en Londres 2012 se incluyeron 20 disciplinas. En Sochi 2014 se sumó una sexta disciplina deportiva en los Juegos Paralímpicos de invierno, sumándole snowboard y quedándose así hasta los últimos Juegos Paralímpicos celebrados en Pekín 2022. Fue ya en Río 2016 cuando se incluyeron piragüismo y triatlón, dando lugar a las 22 disciplinas deportivas que existen hoy en día en los Juegos Olímpicos de verano. Hoy en día existen 26 disciplinas

paralímpicas divididas entre modalidades de verano e invierno, dicho logro no se hubiera conseguido sin la gran aportación del doctor Guttman.

En referencia a las metodologías inclusivas se puede resaltar que se han sido enfocadas principalmente en dos ámbitos. El primero de ellos es el más clásico como puede ser el mando directo. El segundo de ellos o segundos son el descubrimiento guiado o resolución de problemas. Cabe decir que previo a la resolución de problemas o el descubrimiento guiado, muchos estudios de deportes colectivos utilizan bases deportivas utilizando el modo clásico como es el mando directo para luego dar paso a las otras técnicas que implican mayor capacidad resolutoria por parte de los deportistas.

Es el s. XXI donde se han experimentado mayor variedad de metodologías y mayores variantes en cuanto a los deportes colectivos. Sin embargo, no se ha dado el paso decisivo hasta hace escasos dos o tres años. En 2020 iban a tener lugar los primeros JJOO inclusivos de la historia, pero se tuvieron que posponer al 7 de octubre de 2021 a raíz de la pandemia de la COVID-19. En este evento histórico participaron 170 deportistas tanto paralímpicos como olímpicos. Tuvo lugar en el Centro de Alto Rendimiento de Madrid que está tutelado por Consejo Superior de Deportes. Se llegó a un consenso de reglamentos inclusivos a través de instituciones federativas como FEDDF, FEDDI, FEDPC, Comité Olímpico Español, Comité Paralímpico Español y CSD entre otros tantos. Además, se llevaron a cabo modalidades de atletismo, baloncesto, esgrima, bádminton, rugby o tenis de mesa. Por último, en el año 2022 se realizaron los primeros campeonatos de Europa y del Mundo sobre silla de ruedas.

Para finalizar, el objetivo de esta revisión es analizar la evolución de las metodologías inclusivas a lo largo de la historia y como ha sido introducida la deportividad inclusiva en el ámbito educativo, en especial en las aulas escolares, con la intención de realizar una propuesta de intervención metodológica eficaz en los choques deportivos inclusivos en la modalidad deportiva colectiva del balonmano.,

Procedimiento de revisión (Metodología)

En primera estancia, se ha realizado una revisión sistemática para dar con bibliografía que implique la utilización de una metodología inclusiva en deportistas a nivel individual o para comenzar a tratar el tema. Si bien al final lo que ayudará a llevar a cabo nuestra intervención será la metodología inclusiva en deportes colectivos.

Por otra parte, como el interés se basó en la inclusión se han desechado estudios que se centren únicamente en trabajos con poblaciones pares. A su vez, se desecharon trabajos científicos por finalización de estudios, congresos con fines deportivos únicamente y libros que no tengan ensayos entre diferentes poblaciones.

Por otro lado, los criterios que en los que se fundamentó la revisión fue la existencia de alguna patología en sujetos referentes a los estudios. Así como la comparación no lineal entre los test previos y posteriores sobre sujetos con o sin patología. Los participantes que intervengan en los estudios deben ser deportistas amateurs o profesionales. O en su defecto si sufren alguna patología que lleven un periodo de adaptación previo. Además, no se han desechado estudios que tengan sesgo por sexos, pero se ha intentado dar valor a la integridad de ambos sexos en los grupos estudiados. Es decir, que existan diferentes retos a superar por parte de todos los integrantes del grupo o como se dice constraints-led a los que deban enfrentarse.

Sin embargo, los estudios que no hayan contado con una intervención práctica por parte de los participantes no serán válidos para la revisión de este trabajo. Otro aspecto que destacar

a la hora de excluir estudios ha sido la edad. Si bien no debería ser un problema en el futuro realizar estudios en poblaciones de mayor edad, en este caso la idea de este trabajo es focalizar la atención en la inclusión temprana y población adulta no mayor de 60 años.

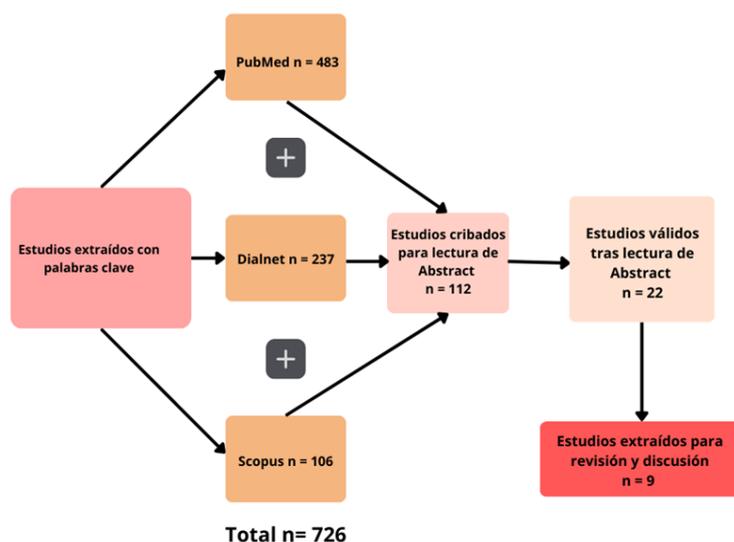
Para continuar, se llevará a cabo una diferenciación o criba en la búsqueda de los diferentes estudios que formaron parte de la revisión del trabajo. Se llevó a cabo la utilización de diferentes palabras clave que tuvieran relación con la metodología inclusiva, el deporte colectivo, el aprendizaje de habilidades sociales o sesgo de población elegida. Para todo esto se trató de llevar a cabo lo marcado por la guía PRISMA (Page et al., 2021).

La búsqueda de los diferentes estudios se realizó a través de las bases de datos PubMed, Dialnet y Scopus. No se estableció un año en concreto como referencia para comenzar la búsqueda, debido a que se intentó averiguar en qué punto se cambió de una exclusión mayoritaria de deportistas con patologías transformado hacia la primera señal de inclusión en el deporte y las metodologías que se han llevado a cabo para conseguirlo. Si bien no se ha fijado año previo en el que partir, los estudios han llegado hasta marzo de 2023.

La criba, partiendo por PubMed y Scopus comenzó con 589 una vez se fueron introduciendo términos como los siguientes (inclusive OR disability*) AND (methodology) AND (sport) AND (collective). De la misma forma se continuó con la búsqueda a través de la plataforma Dialnet, en este caso se partió utilizando “metodología inclusiva” y “deporte”. Lo que desencadenó en 237 artículos relacionados con los temas. Es decir, el total de artículos encontrados relacionados con metodología inclusiva y deporte fueron 726 con ayuda de las tres bases de datos. Al desechar artículos duplicados se quedaron 337 artículos para llevar a cabo un análisis más detallado.

Finalmente, tras la lectura de títulos y abstract se redujo a 112. Una vez que se produjo la lectura de los diferentes abstract de los estudios se concluyó que 22 eran válidos para una aportación correcta de información relevante. Con tal de no ser tan extensa la discusión de cada uno de los artículos, se acotó a deportes de equipo en silla de ruedas y se llegó a 9 artículos en los que se desarrollará la discusión y posterior intervención.

Figura 1. Diagrama de flujo de la información a través de las diferentes fases de la revisión



Resultados

Autor y año	Muestra	Método	Resultados
Albaum et al., 2022	N = 736. Motionball = 286. Comparación = 450.	1 mes. Motionball MOS.	Mayor probabilidad en participantes Motionball de tener DI. Interacciones con personas con DI mejoraron las actitudes. Igualdad de estatus entre compañeros de equipo sin tener en cuenta si tienen DI.
Corrêa et al., 2021	N = 500 Entre 18 y 71 años. Estudiantes, profesores y técnicos educativos.	Entrevistas de un día. Estudio descriptivo exploratorio.	Formación fundamental del profesorado en aspectos relacionados con personas con discapacidad. Equitatividad e igual entre personas con y sin discapacidad. Mayor inclusión de personas con discapacidad en la educación secundaria. Mayor participación en mujeres.
Greve et al., 2021	N = 100 jugadores balonmano silla de ruedas. Sin DI = 25 DI = 75	Torneo en un día con integrantes del club Freiwurf. Balonmano en silla de ruedas y balonmano inclusivo.	Menor ritmo de juego, pero mayor comunicación entre jugadores. Juego inclusivo fue beneficioso para el pensamiento grupal.
Pérez et al., 2020	N = 12 2 entrenadores (1 hombre + 1 mujer) 5 deportistas (1 chico + 4 chicas) 5 madres.	Entrevistas individuales y cuestionarios en grupos mixtos de madres y deportistas durante un día. Metodología de corte cualitativo.	Escasa adaptación educativa. Deporte aporta experiencia en la vida y relaciones sociales. Beneficio físico a través del deporte.

Pérez-Tejero et al., 2020	<p>N = 49</p> <p>Jugadores con y sin diversidad funcional, entrenadores y árbitros.</p>	<p>Entrevistas diarias e individuales.</p> <p>Recogida cualitativa y cuantitativa sobre toda la población.</p>	<p>Integración inversa adecuada para jugadores en silla de ruedas y sin ella.</p> <p>Falta de formación en adaptaciones inclusivas por falta de entrenadores y árbitros.</p> <p>Falta de medios económicos hacia estas disciplinas.</p>
Ramsden et al., 2023	<p>N = 11 jugadores baloncesto silla de ruedas.</p> <p>Sin diversidad funcional= 4 mujeres.</p> <p>Diversidad funcional = 7 hombres.</p> <p>Criterios de la IWBF y >16 años.</p>	<p>Entrevistas de 30 y 60 min después de una sesión diaria.</p> <p>Deductiva cualitativa.</p>	<p>Mayores beneficios sociales.</p> <p>Mayores beneficios para la salud.</p> <p>Necesidad de jugadores sin discapacidad para completar equipos.</p> <p>Igualdad a la hora de competir entre todos.</p> <p>Integración inversa en aumento a nivel internacional.</p>
Thedinga et al., 2021	<p>N = 30.</p> <p>Hombres y mujeres adultos.</p> <p>IMC de al menos 30.</p>	<p>90 minutos de entrevista.</p> <p>Estudio a través de entrevistas con métodos mixtos.</p>	<p>Autoexclusión en personas con obesidad.</p> <p>Experiencias de integrantes marginados en aspectos deportivos.</p> <p>Evitación de la exposición respecto a los pares.</p> <p>No hay evitación general hacia el ejercicio.</p>

Discusión

Una vez que se finalizada la revisión con el objetivo de conocer las diferentes metodologías utilizadas en el deporte adaptado e inclusivo, se procede a discutir si los estudios han sido capaces de concluir con acierto lo que las necesidades de la población estudiada para establecer un adecuado plan de desarrollo que pueda servir de guía para futuros trabajos y en su defecto equipos deportivos con características similares.

El este sentido Greve et al. (2021) trataron de estudiar cómo ven los usuarios de silla de ruedas a los que no lo son en un mismo club de balonmano con metodologías diferentes, concluyendo que los usuarios de silla de ruedas ven necesario que la información presentada sea más concisa, utilizando un estilo más tradicional como el mando directo, con el objetivo de alcanzar un mayor resultado a corto plazo. Esto podría estar relacionado a ciertas limitaciones intelectuales vinculadas a la discapacidad que presentan una gran mayoría la población con diversidad funcional estudiada. Sin embargo, los usuarios que no utilizaban sillas de ruedas estaban más habituados a estilos de enseñanza cognoscitivos, como la resolución de problemas durante el juego, concluyendo que, la utilización de un estilo tradicional como el mando directo, en el que la información se presentaba de forma clara y concisa producía frustración. Es decir, las personas con diversidad funcional sienten que están trabajando mejor o se sienten más cómodos ante estilos de enseñanza tradicionales, con las personas que no sufren diversidad funcional ocurre al contrario ya que se sienten mejor trabajando sin imposición de un mando directo. Necesitan trabajo más cooperativo y cognitivo para sentirse parte del proceso. Todo esto ocurre cuando trabajamos con los grupos por separado, pero si trabajamos de manera conjunta no sucede lo mismo que por separado al menos en uno de los dos grupos. Cuando trataban de indagar en el juego inclusivos entre personas con y diversidad funcional vieron que las personas con diversidad funcional eran capaces de adaptarse a un rol más cooperativo sin premisas previas y llevando a cabo una resolución de problemas junto con sus compañeros sin diversidad funcional. Esto es significativo ya que, si queremos avanzar hacia estilos menos tradicionales, estudios como este dan la razón a este tipo de estilos de enseñanza. No existen diferencias entre los integrantes y cada uno tiene un rol importante y palabra a la hora de llevar a cabo el plan establecido por el grupo.

En la misma línea Ramsden et al. (2023), argumenta la continua búsqueda durante décadas sobre como introducir metodologías que integren a deportistas con diversidad funcional con deportistas que no lo son, profundizando sobre falta de investigación realizada hasta la fecha, con el objetivo de conocer que piensan los deportistas que, sin diversidad funcional sobre la integración, respecto a los que sí la sufren y viceversa. Para ello contaron con una población de jugadores de baloncesto en silla de ruedas y jugadores profesionales sin diversidad funcional. La composición del grupo era en torno al 70/30 si hablamos de jugadores en silla de ruedas en la primera parte y sin diversidad funcional en la segunda. Trataron de utilizar una metodología deductiva, donde los propios deportistas a través de la resolución de problemas encontraran las soluciones para salir de cada situación a la que se enfrentaban durante la práctica. Tras finalizar el estudio observaron que la utilización de este tipo de metodología proporcionó un estado beneficioso en el clima social y en la salud de los deportistas, haciendo consciente de como las capacidades colectivas que podían aportar inversamente entre ambos colectivos, creando un impacto satisfactorio en el grupo.

En cuanto a nivel local se informó del efecto positivo que resultaba para las personas con diversidad funcional que deportistas profesionales jugaran a su mismo nivel, ya que atraían el foco de los medios de comunicación y la población, por lo que hacían posible una mayor visibilidad y, por consiguiente, un mayor crecimiento del deporte adaptado.

Sin embargo, estos resultados no tuvieron una trascendencia internacional, provocando una exclusión social en ciertas poblaciones. Los resultados de la literatura muestran que este tipo de exclusiones sigue ocurriendo en muchos países actualmente, motivo por el que se debe seguir trabajando con estas poblaciones para cambiar esta tendencia y avanzar todos hacia una metodología más inclusiva. Ramsden et al. (2003) concluyeron que es necesario crear programas en los que se forme a docente, técnicos y entrenadores hacia una práctica y/o entrenamiento inclusivo, donde aprendan a estimular a poblaciones con y sin diversidad funcional creando entornos deportivos inclusivos.

Autores como Albaum et al. (2022) estudiaron los pensamientos y actuaciones de personas con DI tratando de utilizar el deporte integrado y dar a conocer las actitudes positivas que aporta esta disciplina. Los estudios en este ámbito han tratado de averiguar las características de como los adultos son capaces de actuar con situaciones implícitas e inconscientes o explícitas y conscientes. Para ello utilizaron sujetos que se habían enfrentado o estaban habituados a situaciones deportivas y otros que no para comparar la toma de decisiones. Los sujetos que estaban relacionados con el deporte integrado resaltaron la importancia de las personas con diversidad funcional en el proceso y les daban el mismo papel que a las personas que no tienen. Sin embargo, el grupo de personas que no estaba habituado a realizar deporte con este colectivo mostró negatividad y frustración. Este aspecto es clave ya que hoy en día gran parte de la población sufre estos rasgos cuando las cosas no salen como ellos quieren, achacando la culpa hacia las personas que no tiene sus mismas capacidades, algo contra lo que se debe luchar y proporcionar las herramientas para hacer ver lo necesarios que son para que se terminen de integrar las personas con diversidad funcional en la sociedad deportiva. Si bien en el aspecto consciente mostraron poca similitud, en el inconsciente no mostraron diferencias, esto quiere decir que una vez estaban en situación de juego no diferenciaban con quien lo hacían, pero al acabar la jugada si entraba la disputa emocional. Es aquí donde se debe incidir en la formación de futuros entrenadores de deportes integrados, haciendo ver que todos los jugadores se encuentran al mismo nivel, sintiendo el disfrute emocional y la positividad que otorga este colectivo y dejando a un lado elementos como el ganar por encima de todo.

No se debe olvidar el aspecto clave de la educación a la hora de llevar a cabo la integración en la sociedad, en el que destaca un buen clima y aspectos motivacionales para llevar a cabo una buena inclusión social en la educación física con niños (Whilelmsen et al., 2018), donde se trabajaba con la meta del logro para ser capaces de sacar lo mejor de uno mismo y tener en cuenta aspectos normativos que aporten los roles de diferentes personas en el grupo, además de la autodeterminación de cada uno de los niños, cumpliendo las necesidades básicas de ser competentes, saber relacionar y tener autonomía que los lleve a un estado de bien psicológico. Esto se lleva a cabo en dos campos diferentes, orientando el trabajo al dominio del grupo y otro que sea puramente inclusivo. La literatura apoya este aspecto queriendo establecer un mando directo para asentar las bases para después dar autonomía y crear problemas que sean capaces de resolver solos por el grupo. Todo ello desencadenó en un mejor clima social inclusivo cuando utilizaban una resolución de problemas, creando satisfacción en todos los

participantes y en las relaciones sociales que surgían tras el éxito de la prueba (Whilelmsen et al., 2018).

Una clave a la hora de integrar en la sociedad deportiva es saber integrar una educación igualitaria en que toda persona tenga cabida para formarnos como personas antes de integrar a las personas con diversidad funcional en todo tipo de campos. Estudios como el de Correa et al. (2021) plantearon como objetivo conocer que pensaban los profesionales académicos sobre la inclusión de personas con diversidad funcional en sus diferentes materias. Además, se incluyó tanto a compañeros de los estudiantes y personal como administrativos y conserjes de los centros en los que estas personas estudiaban. Se realizó mediante cuestionarios, donde se preguntaba sobre la accesibilidad, educación, información sobre las diversidades funcionales de los alumnos y si existe una tecnología adaptada para ellos en los centros. La mayoría de participantes se sentían relacionados con los rasgos de estas personas y como estaba ambientado el centro para darle accesibilidad a la hora de estudiar al disponer de diferentes aulas adaptadas. Por el contrario, a la hora de utilizar temas tecnológicos que pudieran ser de ayuda en caso de necesitarla no sabían cómo solucionarlos. Es cierto que no hay mucha información en la literatura sobre como formar a los docentes y compañeros para facilitar la resolución en este tipo de problemas, aquí es donde se debería indagar.

A raíz del último estudio surgen muchas dudas de cómo se pueden sentir los deportistas profesionales, que obstáculos físicos y emocionales se han encontrado en su camino hacia la cima deportiva y si aún creen que siguen teniendo trabas a pesar de ser un ejemplo para futuras generaciones. El estudio de Pérez et al. (2020) recoge estos factores de una manera muy coherente e importante para sensibilizar en qué punto se ubican. Se tuvieron en cuenta aportaciones de deportistas de natación adaptada de alto rendimiento para saber cómo se encuentran a la hora de compaginar estudios y deporte y como se sienten valorados por el círculo de personas que los rodea. Los resultados mostraron que no existen suficientes salidas profesionales vinculadas a sus estudios y posibilidades reales, sintiéndose en su mayoría desplazados y a su suerte una vez que acaban sus estudios académicos, convirtiéndose en ocasiones en una barrera emocional que hace que terminen dejando incluso su práctica deportiva.

En España la situación competitiva a nivel de equipo en deportes adaptados no está tan avanzada, donde no existe una buena estructura competitiva de la competición de baloncesto en silla de ruedas (Pérez-Tejero et al., 2022). Existe un gran interés por parte de jugadores, entrenadores y familiares por dar voz y profesionalizar este tipo de campeonatos, si bien, no existe una buena coordinación entre federaciones de deporte profesional y deporte adaptado lo que dificulta una mayor expansión de esta disciplina. En este sentido, realizaron una serie de estudios para ver como veían la situación del impacto social y económico, como se veía la élite de este deporte adaptado y como trabajan desde la base. Se obtuvieron resultados donde se observaba una importante ausencia de apoyo por los profesionales a nivel deportivo o por las instituciones a nivel económico, así como la necesidad de que profesionales y caras conocidas trataran de dar voz y trabajar el baloncesto inclusivo.

Conclusiones

Tras analizar minuciosamente cada uno de los artículos que se identifican con el trabajo que se ha llevado a cabo y haberlo comparado con los antecedentes y la literatura metodológica sobre la inclusión, se ha llegado a las siguientes conclusiones. El primer punto que hay que tratar es la formación del profesorado que integre situaciones deportivas para llevar a cabo inclusiones coherentes de niños con diversidad funcional, que no sea algo extraño. Hay mucha necesidad de estudio sobre esta situación ya que la literatura es escasa. Una vez que se ha trabajado en el ámbito pedagógico inclusivo será más fácil extrapolarlo a situaciones deportivas ya sean de manera más o menos profesionalizada. Hasta ahora se siguen produciendo casos de bullying tanto en el ámbito profesional como deportivo.

Después de mejorar la formación profesionalizada, desde hace unos años se ha empezado a dar mayor voz al deporte inclusivo. De hecho, se han producido los primeros juegos inclusivos con deportistas élite olímpicos y paralímpicos. Este tipo de eventos deportivos son los que van a hacer que crezca la expectación de practicar deporte en las personas con diversidad funcional, sentir cercanía a la vez que igualdad con el resto de la población. Además, atraerán más patrocinadores que dotarán de más posibilidades a estos deportistas que muchas veces se ven en el olvido y acaban dejando el deporte por falta de medios.

Cuando se hayan solucionado estos grandes problemas deberemos ponernos en la situación de estos deportistas, como se sienten cómodos entrenando y jugando. El estilo de enseñanza que más ha funcionado en este aspecto ha sido la resolución de problemas. Se ven capaces de salir de situaciones dificultosas en competiciones, pero todo ello debe tener una base. Si bien es cierto que cuando están empezando a practicar un deporte necesitan instrucciones más concisas porque se han visto situaciones en las que no les salen las cosas y se acaban frustrando.

No se debería cerrar a ningún tipo de metodología, ya que cada persona es diferente a la que tiene a su lado. Debe ser el entrenador o profesor el que se adapte a cada uno de sus jugadores o alumnos, conociendo sus dificultades y sus fortalezas y aprovechándose de ellas para crear una cohesión de la que se beneficie el grupo. La mayoría de deportes adaptados estudiados son con personas con diversidad funcional en silla de ruedas y es como comenzaremos a tratar el siguiente y último punto de este trabajo.

Propuesta de intervención

Vista la gran aceptación que han tenido los deportes en silla de ruedas por las personas con diversidad funcional nuestra propuesta se enfoca hacia la mejor formación de entrenadores de deportes colectivos para llevar a cabo en el balonmano inclusivo entre deportistas con y sin diversidad funcional. En concreto irá enfocada en el balonmano en silla de ruedas, por la gran repercusión que tiene el balonmano en la Comunidad Valenciana y la gran actuación de la selección española en los primeros campeonatos de Europa y del Mundo.

Se trabajará con un grupo de 12 deportistas afincados en la Vega Baja. Se contará con 4 deportistas del primer equipo del Club Balonmano Mare Nostrum Torreveja que no tienen diversidad funcional. Además, se contará con otras 8 personas que tienen diversidad funcional y desarrollan su vida en silla de ruedas. Al comienzo se dividirá durante una semana a dos grupos de 6 integrantes, siendo la separación de grupos de 2 personas sin diversidad funcional y 4 con

diversidad funcional. Se llevará a cabo con un grupo durante 15 días con tres sesiones por semana, una metodología más tradicional en la que se usen estilos de enseñanza como el mando directo, y el otro grupo en ese periodo realizará una metodología más cognitiva como es el estilo de enseñanza de la resolución de problemas. Es decir, dando situaciones de juego en la que sean los deportistas los que tomen la iniciativa para llevar a cabo la jugada de manera exitosa.

Se utilizará el cuestionario WHOQoL-Bref para la medición de la calidad de vida, la escala de autoestima de Rosenberg como gold-standard. Con estas mediciones se quiere evaluar cómo se encuentran los deportistas o como sienten las relaciones interpersonales con sus compañeros de equipo. Se aconsejará la integración de personas que no tengan diversidad funcional en los equipos ya que se ha visto que es productivo y necesario para el grupo, sintiéndose más integrados en estas situaciones que compitiendo o entrenado solo con personas con diversidad funcional. Se deberán realizar de manera aleatoria en la pretemporada, temporada y post temporada para tener resultados durante toda la temporada.

Una vez concluidos esos 15 días cambiaremos las metodologías a la inversa a los grupos, sin olvidar la medición de la autoestima al final de cada una de las dos semanas a través de los cuestionarios mencionados anteriormente. Durante la segunda quincena repetiremos semanalmente la realización del cuestionario WHOQoL-Bref de Rosenberg. Una vez recogidos los datos compararemos a ambos grupos para ver cómo está su autoestima con los diferentes estilos de enseñanza y el trato con sus compañeros.

Para finalizar, les daremos a elegir a ambos grupos entre mando directo y resolución de problemas, pero esta vez para el grupo en conjunto. Por último, al finalizar este periodo realizaremos la última medición de cuestionarios a los 12 deportistas, con el objetivo de conocer el efecto sobre el ambiente en el grupo desde que se inició con respecto a la última medición

Bibliografía

- Albaum, C., Mills, A., Morin, D., & Weiss, J. A. (2022). Attitudes Toward People With Intellectual Disability Associated With Integrated Sport Participation. *Adapted Physical Activity Quarterly: APAQ*, 39(1), 86-108. <https://doi.org/10.1123/apaq.2021-0006>
- Corrêa, A. Z. A. H., Masuchi, M. H., Baeta, Natasha Carolina da Costa Carreño, Takiuchi, L., & Bianco, B. (2021). Disability inclusion in higher education: knowledge and perceptions of the academic community. *Disability and Rehabilitation. Assistive Technology*, 16(7), 735-740. <https://doi.org/10.1080/17483107.2019.1701106>
- Greve, S., Heisler, S., von Keutz, P., Shirdel, B., & Fasold, F. (2021). The Integration of Wheelchair Users in Team Handball. *Sports (Basel, Switzerland)*, 9(12), 168. <https://doi.org/10.3390/sports9120168>
- Pérez Jorge, D., Fariña Hernández, L., Chinea González, Y., Márquez Domínguez, Y., & Barragán Medero, F. (2020). (2020). Deporte de élite y discapacidad, el reto de la conciliación del estudio y el deporte. Paper presented at the 299-313. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7272072>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. In *The BMJ* (Vol. 372). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Pérez-Tejero, J., Grassi-Roig, M., Coterón, J., & Hutzler, Y. (2022). Reverse Integration in Wheelchair Basketball-A Mixed-Method Spanish Stakeholders' Perspective. Adapted Physical Activity Quarterly: APAQ, , 1-20. <https://doi.org/10.1123/apaq.2022-0028>

Ramsden, R., Hayman, R., Potrac, P. y Hettinga, FJ (2023). Participación deportiva para personas con discapacidad: explorando el potencial de la integración inversa y la inclusión a través del baloncesto en silla de ruedas. Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública, 20 (3), 2491. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032491>

Thedinga, H. K., Zehl, R., & Thiel, A. (2021). Weight stigma experiences and self-exclusion from sport and exercise settings among people with obesity. BMC Public Health, 21(1), 565. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10565-7>

Anexos

Anexo 1: Cuestionario de calidad de vida B. WHOQOL-Bref de Rosenberg

CUESTIONARIO CALIDAD DE VIDA B. WHOQOL-Bref

Nombre:				
Estamento:	Área:	Fecha:		

Este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida. Por favor, conteste todas las preguntas. Si no está seguro sobre qué respuesta dar a una pregunta, escoja la que le parezca más apropiada.

Le pediré que piense en su vida durante las dos últimas semanas. Por ejemplo, pensando en las dos últimas semanas se puede preguntar:

	Nada	No mucho	Moderado	Mucho	Totalmente
¿Obtiene de otros el apoyo que necesita?	1	2	3	4	5

Usted debe escoger la respuesta que mejor identifique cuanto apoyo obtuvo de otros en las dos últimas semanas, **debe marcar con una "X" sobre la respuesta seleccionada**. Ejemplo: Si Ud. ha tenido mucho apoyo debería marcar una X sobre el "5", y si no ha tenido ningún apoyo podría marcar una "X" sobre el número 1.

Comenzamos. Por favor, lea cada pregunta, valore sus sentimientos, y pensando en las últimas dos semanas señale el N.º de la escala que representa mejor su respuesta.

	Muy mal	Mal	Lo normal	bien	Muy bien
1 ¿Cómo calificaría su calidad de vida?	1	2	3	4	5
	Insatisfecho	Poco	Lo normal	Satisfecho	Muy satisfecho
2 ¿Cuán satisfecho está con su salud?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia a cuánto ha experimentado ciertas cosas.

	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
3 ¿Hasta qué punto piensa que el dolor físico le impide hacer lo que necesita?	1	2	3	4	5
4 ¿Cuánto necesita de cualquier tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?	1	2	3	4	5
5 ¿Cuánto disfruta de la vida?	1	2	3	4	5
6 ¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?	1	2	3	4	5
7 ¿Cuál es su capacidad de concentración?	1	2	3	4	5
8 ¿Cuánta seguridad siente en su vida?	1	2	3	4	5
9 ¿Cuán saludable es el ambiente físico de su alrededor?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia a cuán satisfecho se ha sentido en varios aspectos de su vida.

	Nada	Un poco	Moderadamente	Bastante	Totalmente
10 ¿Tiene energía suficiente para la vida diaria?	1	2	3	4	5
11 ¿Es capaz de aceptar su apariencia física?	1	2	3	4	5
12 ¿Tiene suficiente dinero para cubrir	1	2	3	4	5