



Modelo de deporte inclusivo de DOWN ESPAÑA. Participación e igualdad



Colabora:





Modelo de deporte inclusivo de **DOWN ESPAÑA. Participación e igualdad**

Colabora:



Coordinación de la edición:

Jennifer Velasco Calvo. Departamento Deporte Inclusivo DOWN ESPAÑA

Autoría:

Carmen Ocete Calvo. Asesora DOWN ESPAÑA. Profesora Universidad Pontificia Comillas

Revisión:

José Gutiérrez Caballero. Departamento Programas DOWN ESPAÑA

DOWN ESPAÑA. Todos los derechos reservados

Edita DOWN ESPAÑA. 2022

Diseño, maquetación e impresión APUNTO Creatividad

Dep. Legal: M-29475-2023

ISBN: 978-84-09-54473-8

DOWN ESPAÑA:

Cruz de Oro de la Orden al Mérito de la Solidaridad Social - Ministerio Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

Premio CERMI Medios de Comunicación e Imagen Social de la Discapacidad

Premio CERMI a la Mejor Trayectoria Asociativa

Premio Magisterio a los Protagonistas de la Educación

Premio a la Mejor Asociación de Apoyo a las Personas - Fundación Tecnología y Salud

Premio a la Solidaridad de la Asociación Española de Editoriales de Publicaciones Periódicas

Premio Infancia de la Comunidad de Madrid

Premio Inocente de la Fundación Inocente Inocente

Premio Eficacia de Oro Categoría Especial Mejor Campaña de ONG

¿POR QUÉ ES ESTA GUÍA NECESARIA?

Tras llevar más de una década trabajado en la línea de deporte, desde DOWN ESPAÑA, detectamos la necesidad de generar un modelo de deporte inclusivo propio, poniendo en el centro del proceso a las personas con síndrome de Down. Considerando que el objetivo de la Federación es asesorar, colaborar y estimular la transformación del entorno mediante el desarrollo de proyectos y acciones de práctica deportiva inclusiva; así como, promocionar la coordinación y el trabajo en red a nivel nacional e internacional con los diferentes agentes implicados en la promoción del deporte de las personas con síndrome de Down, surgió la necesidad de generar un modelo de deporte inclusivo como herramienta en los procesos de inclusión en el deporte.

¿CUÁLES SON SUS PUNTOS CLAVE?

El modelo tiene como finalidad lograr un modelo de deporte en el que participen todas las personas con y sin discapacidad en igualdad de oportunidades, además de facilitar y promover la presencia y participación de personas con discapacidad en actividades deportivas no sólo como deportistas, sino como otros agentes (técnicos deportivos, voluntarios, jueces, árbitros, personal de apoyo) y como público. Lograr que el deporte inclusivo sea una posibilidad más de práctica deportiva a elegir por parte de las personas con síndrome de Down, independientemente de la edad, la modalidad deportiva, el género y la zona geográfica donde viva. Para conseguirlo, creemos en el compromiso de las ins-

tituciones, así como de todos los agentes implicados. La visión es que nuestro modelo de deporte inclusivo sea una realidad aplicada a todas las modalidades deportivas existentes nacionales de manera sólida, considerando todos los elementos y estructuras como agentes de cambio en busca de la transformación social. Este proceso de inclusión social implica a las entidades, las familias, las personas con y sin discapacidad y cualquier profesional.

La principal aportación del modelo es que establece una base sólida sobre la que apoyarse en los procesos de inclusión en el deporte para personas con discapacidad intelectual, considerando todos los elementos y estructuras. Es un modelo 360 grados y que entiende todos los elementos como agentes de cambio en busca de la transformación social.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDA?

A todas las instituciones de cualquier ámbito no solo del deporte y la discapacidad sino también de educación, salud, empleo... y a todos sus profesionales, a las familias, a las propias personas con discapacidad.

¿CUÁL ES SU OBJETIVO?

El objetivo es dotar a los agentes del deporte de unas herramientas básicas que sirva como estructura sobre la que plantear acciones, proyectos y tomar decisiones comprendiendo qué entiende DOWN ESPAÑA por deporte inclusivo, qué implica y qué supone.

	Pág.
1. El derecho de las personas con síndrome de Down a practicar deporte	7
1.1 Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas	7
1.2 Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte	7
1.3 ¿Qué hacemos desde DOWN ESPAÑA para que se aplique el marco normativo relacionado con el deporte inclusivo?	9
2. La práctica deportiva en las personas con síndrome de Down	10
2.1 Beneficios directos	10
2.2 Transferencia directa	10
2.3 Barreras	11
2.4 Facilitadores	13
2.5 Los agentes implicados	13
3. Deporte inclusivo ¿qué es?	14
4. El modelo de DOWN ESPAÑA	15
4.1 Consideraciones Generales	15
4.2 Misión y Visión del Modelo	15
4.3 Líneas de Actuación	15
■ Línea 1: Formación	15
■ Línea 2: Impulso, Creación y Redes	16
■ Línea 3: Mujer y Deporte	18
4.4 Esquemas Modelo DOWN ESPAÑA	19
5. Bibliografía	21

1. EL DERECHO DE LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN A PRACTICAR DEPORTE. MARCO NORMATIVO

1.1 Convención Internacional de Derechos de personas con Discapacidad

El artículo 30 de la Convención Internacional en su apartado 5 señala, entre otros aspectos, que los países firmantes adoptarán las medidas pertinentes para:

1. Alentar y **promover la participación**, en la mayor medida posible, de las personas con discapacidad en las actividades deportivas generales a todos los niveles;
2. Asegurar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de organizar y desarrollar actividades deportivas y recreativas específicas para dichas personas y de participar en dichas actividades y, a ese fin, alentar a que se les ofrezca, en igualdad de condiciones con las demás, instrucción, formación y recursos adecuados;
3. Asegurar que las personas con discapacidad **tengan acceso** a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas;

Esta mención específica en la Convención a que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de desarrollar y utilizar en igualdad de condiciones sus capacidades físicas y recreativas, no sólo en su propio beneficio, sino también en el de la sociedad, ha sido uno de los motores principales para que DOWN ESPAÑA haya desarrollado e impulsado en los últimos años un área de trabajo específica sobre Deporte Inclusivo como uno de los ejes fundamentales para lograr la inclusión social de las personas con síndrome de Down.

1.2 Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte

La nueva Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte reconoce el **derecho de todas las personas a la actividad física y el deporte** y entre sus novedades introduce una serie de medidas concretas a favor de la **igualdad** y contra cualquier tipo de discriminación en el deporte por razón de género, orientación sexual, raza o **discapacidad**.

Así mismo, introduce nuevos aspectos que no se encontraban legislados antes, como:

- Promoción del **deporte inclusivo** y practicado por personas con discapacidad.
- Consagrar la **igualdad de oportunidades** de este colectivo en el acceso a la práctica deportiva.
- Conseguir la igualdad en el deporte de **hombres y mujeres con discapacidad**.
- Apostar por la **integración** de todas las personas deportistas en estructuras organizativas comunes, en clara referencia a las **federaciones deportivas**.

A continuación, revisamos estas novedades dentro de los apartados y artículos correspondientes de la Ley.

Apartado XII

*Se realiza un mandato a los distintos poderes públicos para que las instalaciones deportivas cumplan, como mínimo, los estándares de **accesibilidad universal** con la finalidad de que **las personas con discapacidad puedan disfrutar, en régimen de igualdad, de las instalaciones deportivas**. Dichos estándares deberán tener en cuenta las **especificidades del material deportivo que utilizan las personas con discapacidad**.*

Artículo 6. Personas con discapacidad y deporte inclusivo

- 1) *De acuerdo con lo establecido en el artículo 49 de la Constitución Española, la Administración General del Estado, en colaboración con el resto de las Administraciones Públicas, promoverá las políticas necesarias para garantizar la plena autonomía, la inclusión social y la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad en el ámbito del deporte, atendiendo particularmente las necesidades específicas de las mujeres y niñas con discapacidad, eliminando los obstáculos que se opongan a su plena integración.*
- 6) *Las entidades deportivas incluidas en esta ley promoverán y fomentarán el desarrollo de la práctica deportiva de personas con discapacidad, incluyendo, en su caso, la **celebración de actividades de deporte inclusivo**.*

Artículo 11. Interés público estatal en el deporte de alto nivel

- 6) *Además de aquellas competiciones de alto nivel, también serán consideradas de interés público aquellas competiciones en las que se promueva el **deporte inclusivo** [...] y cualquier acontecimiento deportivo que dé respuesta a los valores del deporte del siglo XXI que tengan que ver con la igualdad, la participación y la mejora de la condición física, psíquica o emocional.*

Artículo 14. Competencias del Consejo Superior de Deportes

- ab) *Promover políticas públicas de fomento de la práctica deportiva en las personas con discapacidad, en colaboración con el resto de las Administraciones Públicas, con las federaciones deportivas españolas y con el movimiento asociativo de las personas con discapacidad,*



manteniendo una visión transversal de las necesidades de estas personas en todos los ámbitos del deporte.

Artículo 18. Criterios generales de la ordenación deportiva interadministrativa

- f) *Formular objetivos comunes de promoción del deporte para personas con discapacidad y de actividades de deporte inclusivo, en coordinación con otros departamentos ministeriales con competencias en la materia.*

Artículo 34. Currículos formativos

En los programas formativos de los técnicos deportivos y demás titulaciones relacionadas con la salud en el deporte se incluirán determinaciones específicas para asegurar que las personas docentes tengan los conocimientos necesarios [...] con referencia a las necesidades específicas de mujeres y hombres, menores de edad, personas mayores y personas con discapacidad.

Artículo 38. Personal técnico deportivo

- 6) *Las federaciones deportivas españolas deberán prever un programa específico de formación continua del personal técnico que asegure su actualización permanente y su progreso profesional, adoptando, en los casos que sea necesario, una formación específica para los que vayan a desarrollar su actividad con **deportistas con discapacidad**.*

Artículo 46. Contenido mínimo de los estatutos de las federaciones deportivas españolas

- 5) *Los estatutos deberán prever la existencia de sendas comisiones de igualdad y de deporte de personas con discapacidad.*

*La comisión de deporte de personas con discapacidad se encargará, entre otras funciones que puedan atribuírsele [...] de promover la práctica de la modalidad deportiva entre las personas con discapacidad, **preferentemente con un enfoque inclusivo.***

1.3 ¿Qué hacemos desde DOWN ESPAÑA para que se aplique el marco normativo relacionado con el deporte inclusivo?

Contribuimos a:

- *Facilitar la integración de todas las personas deportistas bajo la misma federación y la remoción de obstáculos que segregan a aquellas de acuerdo con sus condiciones; siendo considerado el deporte inclusivo y los programas que lo desarrollen de interés general, como lo es también el deporte de alto nivel.*
- *Fomentar que aquellas federaciones que lo deseen puedan instrumentalizar modelos de integración para personas con discapacidad, de manera que a ellas se incorporen todas las personas que practican una misma modalidad deportiva.*

2. LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN

La práctica deportiva recreativa se considera **esencial para completar el proceso de inclusión** de las personas con síndrome de Down y discapacidad intelectual.

Esta genera múltiples beneficios a varios niveles (Pérez-Tejero & Ocete, 2018) y tiene una transferencia directa a otros ámbitos que inciden en los procesos de inclusión social.

2.1 BENEFICIOS DIRECTOS

A Nivel psicológico

- Capacidad de asumir riesgo físico.
- Valoración del propio cuerpo.
- Madurez.
- Desarrollo de la personalidad y afectividad individual.
- Seguridad.
- Toma de conciencia y satisfacción por lo realizado.
- Potenciación de la autoestima y auto-concepto.

A Nivel psicosocial

- Trabajo en equipo.
- Gestión de emociones.
- Aumento de la comunicación corporal.
- Adquisición de hábitos de higiene.
- Capacidad de gestión.
- Mejora del rendimiento escolar.

A Nivel físico

- Desarrollo psicomotriz.
- Prevención de sobrepeso y obesidad.

- Crecimiento saludable.
- Contribución a la mejora del tono muscular.

A Nivel cognoscitivo

- Mejora de la imagen y percepción del propio cuerpo.
- Dominio del esquema corporal.
- Control espacio-temporal.
- Dominio cenestésico.

2.2 TRANSFERENCIA DIRECTA A OTROS ÁMBITOS DE LA VIDA

Mejora la relación del deportista con su entorno

- Entrenador.
- Profesor.
- Familiar.
- Amigo.
- Amigo de otro amigo.
- Persona nueva por conocer.

Permite adquirir habilidades para la vida independiente

- Utilizar medios de transporte.
- Compartir vestuario con otras personas.
- Ser responsable con el material deportivo.
- Estar atento de las instrucciones del entrenador
- Saber fechas de competiciones.
- Ser consciente de cuándo se cambia un entrenamiento.

Ayuda a incentivar la capacidad de decisión

- Decidir si la persona quiere continuar con el mismo deporte o probar con uno nuevo.
- Si se desea entrenar a un mayor nivel de rendimiento deportivo.

- Entrenar en un grupo específico.
- Querer entrenar con personas sin discapacidad.
- Compartir entrenamientos con personas de distinto género.

A pesar de que la práctica deportiva es un componente fundamental de la calidad de vida de las sociedades modernas, no toda la población tiene igualdad de acceso a la actividad física y al deporte (Pérez-Tejero y Ocete, 2018)

Todas las personas sin distinción deberían disponer de idénticas oportunidades de practicar deporte, con independencia de su situación personal. Sin embargo, la falta de formación, recursos económicos y la baja ayuda externa, hacen que los clubes deportivos y demás instituciones de promoción del deporte base experimenten la inclusión de deportistas con discapacidad como una dificultad añadida a una gestión diaria ya de por sí complicada.

Si bien es cierto, que en función del tipo de discapacidad intelectual hay ciertas barreras más pronunciadas que otras, en general, una de las principales barreras en la participación de personas con síndrome de Down en el deporte, es por tanto la **ausencia de oferta deportiva**.

A ello, ha de añadirse la escasez de datos de los que se disponen sobre la práctica deportiva por parte de personas con síndrome de Down, más allá de las licencias federativas de las federaciones adaptadas y de estudios que evidencien la situación de acceso al deporte por parte de personas con discapacidad intelectual.

En el marco de estudio sobre los procesos de integración del deporte para personas con discapacidad en la Federación: “Ayudas a las Federaciones Deportivas Españolas para la Realización de Proyectos de Deporte Inclusivo en el Año 2021” (Ocete y Cherta, 2021) se recalcan los condicionantes de la inclusión deportiva de personas con discapacidad. Entre ellos, destacan los siguientes:

2.3 BARRERAS	
Falta de formación en todos los perfiles deportivos incluyendo familias y deportistas sin discapacidad	<i>“La localización de técnicos cualificados y voluntarios y la remuneración de los mismos”</i>
Falta de programas y oferta deportiva	<i>“Ausencia de grupos de su edad”</i>
Falta de información	<i>“Desconocimiento de dónde acudir, qué hacer”</i>
Instalaciones disponibles y accesibles	<i>“La falta de espacio”</i>
Concienciación sobre la discapacidad por parte del entorno	<i>“Conciencia social en el deporte hacia los colectivos con necesidades especiales o discapacidades”</i>
Falta de sensibilización Medios de transporte	<i>“Falta de empatía y persistencia de prejuicios” “Falta de apoyo o asistencia personal”</i>



<p>←</p> <p>Necesidad de personal de apoyo en los entrenamientos</p>	<p><i>“Falta de recursos humanos y técnicos de apoyo”</i></p>
<p>Cuestiones relacionadas con el reglamento y sus adaptaciones</p>	<p><i>“Las dificultades de adaptación de las modalidades deportivas a determinadas discapacidades”</i></p>
<p>Desconocimiento</p>	<p><i>“La sociedad ve un club de personas con discapacidad intelectual como menos importante”</i></p>
<p>Falta de datos</p>	<p><i>“Desconocimiento de hábitos y participación deportiva de las personas con síndrome de Down”</i></p>
<p>Factores personales</p>	<p><i>“Personalidad, gustos, intereses, preferencias deportivas”</i></p>



2.4 FACILITADORES	
Visibilidad	<i>“Difusión de experiencias”</i>
Oportunidades de práctica	<i>“Más deporte inclusivo”</i>
Ayuda y apoyo económico	<i>“Publicidad y fomento a través de ayudas desde las Federaciones Nacionales”</i>
Formación de todos los agentes implicados (directivos, técnicos, familias y deportistas) en el proceso de inclusión	<i>“Formación desde la universidad o desde los cursos de base en deporte inclusivo”</i>
Investigación y divulgación	<i>“Difusión del deporte inclusivo en Colegios, Federaciones, Clubes y Ayuntamientos”</i>
Recursos humanos de apoyo en los entrenamientos/clases	<i>“Monitores de apoyo durante las clases”</i>
Asesoramiento y apoyo	<i>“El asesoramiento en materia de adaptación de modalidades deportivas. El impulso federativo. El desarrollo de programas sobre la materia con dotaciones económicas y de recursos”</i>
Tamaños reducidos de las sesiones	<i>“Un grupo reducido”</i>
Adaptaciones en función de la persona	<i>“Que se realicen las adaptaciones necesarias y adaptadas a cada persona con discapacidad”</i>
Generar espacios de práctica deportiva inclusiva	<i>“Crear grupos formados por personas con discapacidad y sin discapacidad”</i>
Uso de recursos e instalaciones comunitarias	<i>“Poner al servicio de todas las personas los espacios de los que disponemos”</i>

2.5 LOS AGENTES IMPLICADOS

Teniendo en cuenta estas barreras y facilitadores **los agentes implicados en la promoción del deporte de las personas con síndrome de Down, deben centrar sus esfuerzos en:**

1. Elección y decisión: Dar oportunidades para elegir qué tipo de práctica deportiva quieren

desarrollar, independientemente de la etapa evolutiva de su vida en la que se encuentren; adecuándose a sus gustos, intereses y necesidades.

2. Posibilidades de participación: Tener herramientas que faciliten el proceso de inclusión deportiva para participar de manera activa y efectiva en cualquier sesión, bien sea de entrenamiento y/o competición.

3. DEPORTE INCLUSIVO. ¿QUÉ ES?

Práctica deportiva que favorece la inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad, jugando un papel relevante aquellas actividades que prevén esa práctica conjunta entre personas con y sin discapacidad, y siempre buscando la igualdad de oportunidades y condiciones entre personas con y sin discapacidad en el ámbito del deporte.

(Ley del Deporte, 2022)

Más en detalle, el deporte inclusivo:

- **No surge para sustituir** al deporte adaptado.
- **No es un contenido en sí mismo**, ya que es un planteamiento vinculado o bien a deportes convencionales o bien a deportes adaptados.
- **No requiere de una metodología de la enseñanza distinta** a la que ya conocemos o utilizamos como docentes y/o técnicos deportivos de manera habitual.
- **Es una herramienta de inclusión.** Hay que aprender a utilizarla, teniendo en cuenta para qué sirve y cuáles son sus funciones. **3 ejes fundamentales:** ámbito de actuación; modalidad deportiva; tipo de discapacidad.
- **Es una forma de acercar el deporte a personas con discapacidad que de otra forma no podrían hacerlo.**
- **En ocasiones, es una fase de iniciación del jugador con discapacidad.**
- **Sirve para sensibilizar y concienciar sobre la situación de las personas con discapacidad en el deporte o en general.** Son necesarias acciones de visibilización, difusión, formación e investigación.
- **Necesita de un “engranaje”:** coordinación y entendimiento entre agentes implicados y estrategias.
- **Tiene que ser progresivo, evolucionar gradualmente.** El deporte inclusivo no es una opción estática, no tiene una forma única, sino que “muta” en el tiempo.
- **Presenta diferentes niveles de inclusión** (Burns y Jhonston, 2019).
 - **Actividad abierta:** todos los jugadores con y sin discapacidad pueden participar en la misma actividad, sin necesidad de adaptaciones.
 - **Actividad modificada:** exige o requiere de modificaciones (espacio, reglas, equipamiento, técnica/táctica) con el objetivo de permitir que todos los jugadores participen juntos.
 - **Actividad paralela:** implica agrupar a los jugadores de acuerdo con su nivel de capacidad. Cada grupo trabaja en la misma actividad ya que tiene el mismo objetivo a conseguir, pero en grupos independientes y a un nivel adecuado a los individuos de cada grupo.
 - **Actividad separada o específica:** debe ser usada de manera puntual en el desarrollo de una sesión ya que su objetivo es trabajar específicamente una habilidad de forma independiente o en un grupo con otros del mismo nivel de capacidad.
- **No se pueden estandarizar ni los diseños ni los procesos.**
 - Ni todos los deportes son iguales, por lo que sus características no los convierte en igual de “inclusivos”.
 - Ni todas las personas presentamos las mismas características, por lo que, en el caso de las personas con discapacidad, no se incluyen de la misma manera ni al mismo nivel.

4. EL MODELO DE DOWN ESPAÑA

4.1 Consideraciones Generales

El Modelo de DOWN ESPAÑA considera el deporte inclusivo como una herramienta fundamental de salud, bienestar y calidad de vida para las personas con síndrome de Down.

Herramienta que, además favorece una transferencia de competencias y habilidades a otras áreas de la vida que inciden en los procesos de inclusión como por ejemplo la interacción social y el desarrollo de relaciones interpersonales.

En el modelo de Deporte Inclusivo de DOWN ESPAÑA se considera que las **diferencias individuales** de las personas son un **elemento enriquecedor** de las relaciones sociales y por tanto de la comunidad y la sociedad en general.

El modelo se basa en el **fomento de la inclusión** de las personas con síndrome de Down **desde el principio del proceso**, es decir, en la elección libre del tipo de práctica deportiva y la modalidad como **manifestación máxima de la autonomía y la independencia de la persona**.

La inclusión es una meta y tenemos que alcanzarla todos juntos. Por ello, el modelo se fundamenta en que las instituciones que forman parte de los procesos de inclusión de las personas con discapacidad en el deporte se comprometan a más allá de acciones y proyectos puntuales incluyendo en sus idearios cualquier aspecto relacionado con la inclusión.

4.2 Misión y Visión del Modelo

Nuestra **misión** es la de generar un modelo de deporte inclusivo propio, poniendo en el centro del proceso a

las personas con síndrome de Down, cuya finalidad es la de lograr un modelo de deporte en el que participen todas las personas **con y sin discapacidad en igualdad de oportunidades**. También, facilitar y promover la **presencia y participación** de personas con discapacidad en actividades deportivas no sólo **como deportistas**, sino como otros **agentes** (voluntarios, jueces, personal de apoyo) y como **público**.

Lograr que el deporte inclusivo sea una posibilidad más de práctica deportiva a elegir por parte de las personas con síndrome de Down, independientemente de **la edad, la modalidad deportiva, el género y la zona geográfica donde viva**. Para conseguirlo, creemos en el compromiso de las instituciones, así como de todos los agentes implicados.

La **visión** es que nuestro modelo de deporte inclusivo sea una realidad aplicada a todas las modalidades deportivas existentes nacionales de manera sólida, considerando todos los elementos y estructuras como **agentes de cambio en busca de la transformación social**. Este proceso de inclusión social implica a las entidades, las familias, las personas con y sin discapacidad y cualquier profesional.

4.3 Líneas de Actuación

El modelo de Deporte Inclusivo de DOWN ESPAÑA se aborda desde tres líneas de actuación generales. En cada una de ellas, distinguimos un Objetivo específico y una serie de actuaciones estratégicas para lograrlo.

LÍNEA 1: FORMACIÓN

Es necesario formar sobre la implantación de modelos de deporte inclusivo y su potencialidad transformadora. Esta formación se debe dirigir a todos los agentes y estamentos implicados en la promoción del

deporte para personas con síndrome de Down: Clubes, entrenadores, técnicos y técnicas, profesionales de asociaciones, profesorado, árbitros, jueces, voluntarios específicos del deporte etc.

El **objetivo** de la Federación dentro de esta línea es *dotar a los agentes del deporte de los conocimientos y herramientas necesarias para la puesta en marcha de procesos de deporte inclusivo.*

Actuaciones estratégicas para lograr el objetivo:

- Formando de manera específica y especializada a los distintos agentes implicados (clubes, federaciones, familias, personas con síndrome de Down, etc.), así como colaborando en la formación de otras entidades.
- Poniendo en marcha campañas y acciones de sensibilización que visibilicen las barreras a que se enfrentan las personas con síndrome de Down

para poder practicar deporte en entornos inclusivos.

- Implementando Programas Educativos para concienciar al alumnado y profesorado sobre el deporte inclusivo y su práctica.
- Promoviendo el avance del conocimiento a través de la investigación y la innovación deportiva.

LÍNEA 2: IMPULSO, CREACIÓN Y REDES

Los conocimientos generados a través de la formación deben servir para promover e impulsar nuevas acciones de promoción del deporte inclusivo desde las diferentes estructuras e instituciones implicadas. Por consiguiente, para consolidar el deporte inclusivo como una realidad, se hace necesario establecer redes institucionales que generen estructuras sólidas, permanentes y estables en el tiempo y que estén encaminadas a generar modelos, buenas prácticas y espacios de práctica deportiva inclusiva.



El modelo de DOWN ESPAÑA

El **objetivo** de la Federación es *asesorar, colaborar y estimular la transformación del entorno mediante el desarrollo de proyectos y acciones de práctica deportiva inclusiva. Promocionar la coordinación y el trabajo en red a nivel nacional e internacional con los diferentes agentes implicados en la promoción del deporte de las personas con síndrome de Down.*

Actuaciones estratégicas para lograr el objetivo:

- Fomentando la práctica deportiva inclusiva de las PSD desde la infancia como una vía para lograr la inclusión, la participación social y un estilo de vida saludable.
- Comunicando el valor del deporte inclusivo y sus logros, dando a conocer ejemplos de buenas prácticas transferibles a otros contextos.
- Visibilizando y difundiendo al resto de la sociedad las acciones tomando como parte implicada a las personas con discapacidad intelectual.
- Promocionando el Modelo de Deporte Inclusivo a nivel europeo e internacional.
- Estableciendo el trabajo en red como medio de transferencia de conocimiento a través de proyectos y programas que permitan desarrollar nuevos modelos e intercambiar buenas prácticas transferibles y escalables a nuevos contextos.
- Analizando y evaluando los programas y acciones implementados con el objetivo de extraer conclusiones válidas y efectivas en la búsqueda de la mejora de la calidad de la atención a las personas con discapacidad en la inclusión deportiva.
- Buscando la mejora de la calidad de la atención a las personas con síndrome de Down en la inclusión deportiva.
- Buscando acuerdos y convenios de colaboración con las instituciones responsables de la promoción del deporte a nivel regional, nacional e internacional.



LÍNEA 3: MUJER Y DEPORTE

Las mujeres con síndrome de Down sufren una **doble discriminación: una por ser mujer y otra por su discapacidad**. Por ello, son en muchas ocasiones relegadas a otras actividades que no están relacionadas con la actividad física y recreativa.

El **objetivo** de la Federación es *consolidar un espacio igualitario para las mujeres con síndrome de Down en el ámbito deportivo, así como lograr el compromiso de las instituciones, clubes y familias para lograrlo*.

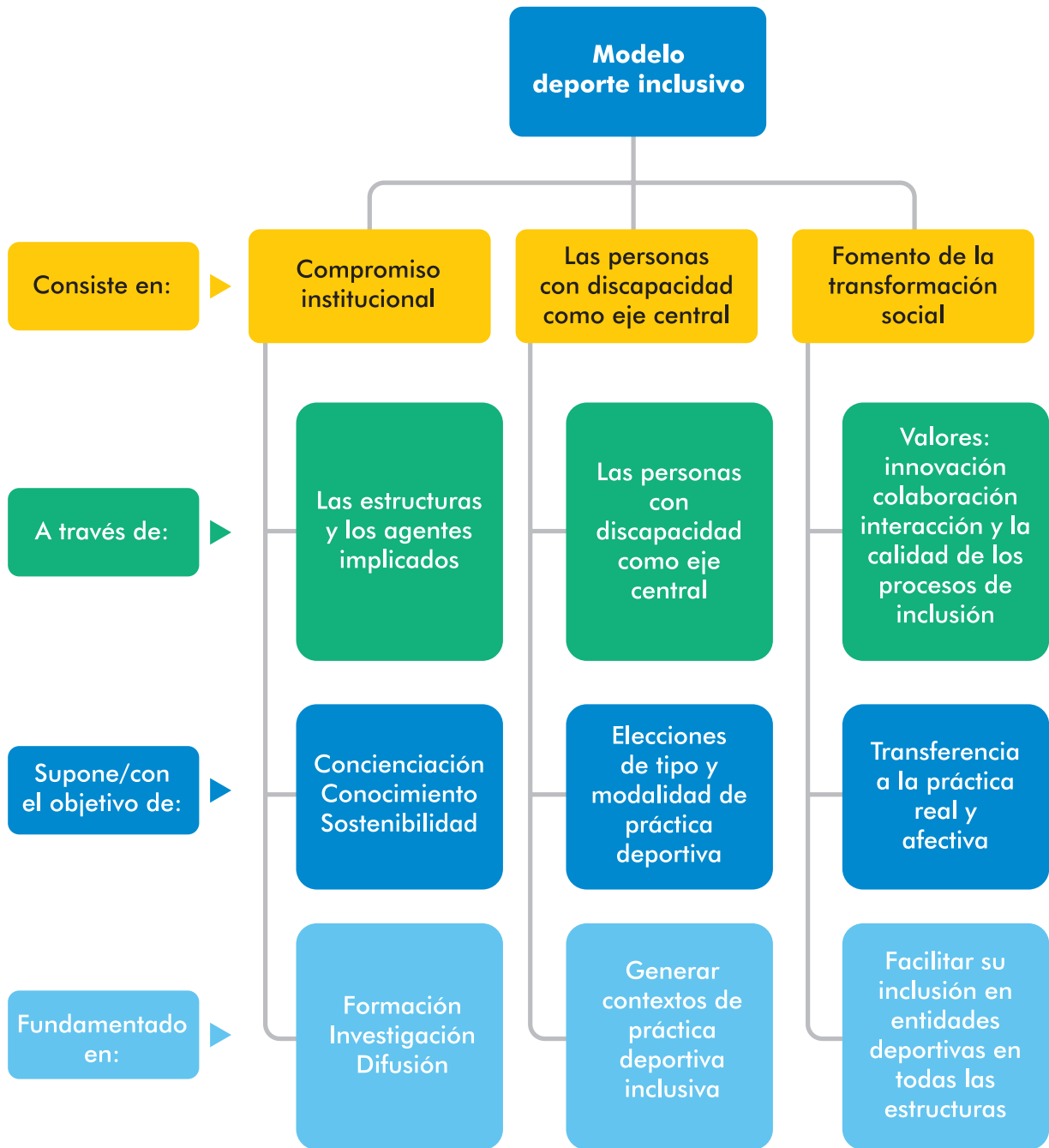
Actuaciones estratégicas para lograr el objetivo:

- Visibilizando el deporte para mujeres con síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales (campañas de comunicación).
- Sensibilizando a los profesionales del deporte y la educación sobre su papel en este proceso (formación y generación de recursos).
- Concienciando a las familias sobre lo importante que es que decidan y apoyen la práctica deportiva de sus hijas.



4.4 ESQUEMA DEL MODELO DE DEPORTE INCLUSIVO DOWN ESPAÑA

Consiste en:	Basado en:	A través de:	Para cumplir con:
Actuación	Objetivo	Acción estratégica	Ley 2022 del deporte
1. FORMACIÓN	<i>Explicar qué significa el deporte inclusivo y qué beneficios tiene la práctica deportiva inclusiva para todos.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Formación específica y especializada. ■ Puesta en marcha de campañas y acciones de sensibilización. ■ Implementación de Programas Educativos. ■ Promoción del avance del conocimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Artículo 34 ■ Artículo 38
2. IMPULSO, CREACIÓN Y REDES	<p><i>Estimular que las entidades transformen sus entornos mediante el desarrollo de proyectos y acciones de práctica deportiva inclusiva.</i></p> <p><i>Promocionar la coordinación y el trabajo en red con Federaciones autonómicas y estatales para la promoción del deporte inclusivo.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Fomento de la práctica deportiva inclusiva desde la infancia. ■ Comunicación del valor del deporte inclusivo y sus logros. ■ Visibilidad y difusión. ■ Promoción del Modelo de Deporte Inclusivo. ■ Establecimiento del trabajo en red como medio de intercambio de experiencias. ■ Análisis y evaluación de los programas y acciones implementados. ■ Búsqueda de la mejora de calidad. ■ Creación de redes internacionales. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Apartado XII ■ Artículo 6 ■ Artículo 14 ■ Artículo 18 ■ Artículo 46
3. MUJER	<i>Impulsar un espacio para las mujeres con síndrome de Down en el ámbito deportivo, así como el compromiso de las instituciones, clubes y familias para lograrlo.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Visibilidad del deporte para mujeres con discapacidad. ■ Sensibilización de los profesionales. ■ Concienciación familiar. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Artículo 6 ■ Artículo 11



BIBLIOGRAFÍA

- Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte. BOE
- Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte. BOE
- Naciones Unidas. (2006). Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad. Viena: 30 de noviembre 2020.
- Ocete, C (2020; adaptado de Burns y Johnston, 2019). Espectros de inclusión.
- Ocete, C. (2021). Deporte inclusivo. Aplicaciones prácticas: Junta de Andalucía. Instituto andaluz del deporte.
- Ocete, C. & Cherta, X. (2021). *Ayudas a las Federaciones Deportivas Españolas para la Realización de Proyectos de Deporte Inclusivo en el año 2021. Estudio sobre los procesos de integración para personas con discapacidad en la federación*. Federación Española de Deportes de Hielo.
- Organización Mundial de la Salud (Ed.). (2001). Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud. Madrid: IMSERSO.
- Pérez-Tejero, J. (2013). El deporte adaptado a personas con discapacidad. In D. adaptado (Ed.), Serie "Infórmate sobre...", nº 5 (pp. 9-30). Madrid: Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (CEAPAT) - IMSERSO.
- Pérez-Tejero, J., & Ocete, C. (2018). Personas con discapacidad y práctica deportiva en España. In L. Leardy, Mendoza, N., Reina, R., Sanz., D., Pérez-Tejero, J. (Coords) (Ed.), Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España (pp. 55-77). Madrid: Comité Paralímpico Español, Fundación Once y Comité Estatal de Representantes de Personas con Discapacidad.

Modelo de deporte inclusivo de DOWN ESPAÑA. Participación e igualdad



www.sindromedown.net
www.mihijodown.com
www.centrodocumentaciondown.com
www.creamosinclusion.com

ANDALUCÍA: Down Andalucía · Down Almería · Down El Ejido · Fundación Los Carriles · Down Barbate-Asiquipu · Besana-Asociación Síndrome de Down Campo de Gibraltar · Down Cádiz-Lejeune · Down Chiclana-Asodown · Cedown · Down Jerez-Aspanido Asociación · Down Jerez-Aspanido Fundación · Down Córdoba · Down Granada · Down Huelva-Aones · Down Huelva Vida Adulta · Down Jaén · Down Málaga · Down Ronda y Comarca. Asidoser · Down Sevilla y Provincia · Down 21 Sevilla **ARAGÓN:** Down Huesca · Down Zaragoza · Up & Down Zaragoza **ASTURIAS:** Down Principado de Asturias **BALEARES:** Fundación Asinimo · Down Menorca **CANARIAS:** Down Las Palmas · Down Tenerife-Trisómicos 21 **CANTABRIA:** Fundación Síndrome de Down de Cantabria **CASTILLA Y LEÓN:** Down Castilla y León · Down Ávila · Down Burgos · Down León-Amidown · Down Palencia · Down Salamanca · Down Segovia · Down Valladolid · Asociación Síndrome de Down de Zamora · Fundabem **CASTILLA LA MANCHA:** Down Castilla La Mancha · aDown Valdepeñas · Down Ciudad Real-Caminar · Down Cuenca · Down Guadalajara · Down Talavera · Down Toledo **CATALUÑA:** Coordinadora Down Catalunya · Down Sabadell-Andi · Down Girona-Astrid 21 · Down Lleida · Down Tarragona · Fundació Catalana Síndrome de Down · Fundació Projecte Aura · Fundación Talita **CEUTA:** Down Ceuta **EXTREMADURA:** Down Extremadura · Down Badajoz · Down Don Benito-Villanueva de la Serena · Down Mérida · Down Zafra · Down Cáceres · Down Plasencia **GALICIA:** Federación Down Galicia · Fundación Down Compostela · Down Coruña · Down Ferrol-Teima · Down Lugo · Down Ourense · Down Pontevedra-Xuntos · Down Vigo **MADRID:** Danza Down · Fundación Aprocor · Down Tres Cantos-Sonrisas Down · Fundación Unicap · Madrid21 **MURCIA:** Águilas Down · Asido Cartagena · Asido Murcia · Fundown, Fundación SD de la Región de Murcia · Down Lorca · Down Murcia-Aynor **NAVARRA:** Down Navarra **PAÍS VASCO:** Down Araba-Isabel Orbe · Fundación Síndrome de Down del País Vasco **LA RIOJA:** Down La Rioja-Arsido **COMUNIDAD VALENCIANA:** Down Alicante · Asociación Síndrome de Down de Castellón · Fundación Síndrome de Down Castellón · Downval Treballant Junts · Extraordinarios T21

Síguenos en:

