

**Pofesor de EDUCACIÓN FÍSICA (Ciclo Básico/ Primer ciclo de ETP o Ciclo Orientado /Segundo ciclo de ETP)  
(Fuente, ver al final del cuadro)**

ASIGNATURA / DEPARTAMENTOS	Educación Física Dpto. Educación Física (Cristina Prat Ostériz) Dpto. Orientación (Eva Urdiain Jiménez)
CURSO	3º ESO
CENTRO	IES "Sancho III, el Mayor" – Tafalla
<b>FUENTE</b>	
AUTORAS	Cristina Prat Ostériz (Dpto. Educación Física) Eva Urdiain Jiménez (Dpto. Orientación)
TÍTULO	El deporte adaptado
EDITORIAL	
AÑO	
PÁGINA	
ISBN	
<p>TEXTO.</p> <p style="text-align: center;"><b><u>EL DEPORTE ADAPTADO</u></b></p> <p>El deporte adaptado es un tipo de actividad física reglamentada que intenta hacer posible la práctica deportiva a personas que tienen alguna discapacidad o disminución. Como la misma palabra indica, consiste en adaptar los distintos deportes a las posibilidades de los participantes o en crear deportes específicos, practicados exclusivamente por personas con problemas físicos, psíquicos o sensoriales.</p> <p>La oferta de práctica deportiva debe llegar a toda la población que lo desee, sin exclusiones. El deporte adaptado ofrece la posibilidad de acceder a este derecho a personas que en condiciones deportivas normales no podrían, y les permite practicar actividad física y deportiva, tanto en el ámbito recreativo como en el competitivo. Para que el deporte adaptado sea posible también es necesario que se adapten otros aspectos, como los transportes, los edificios o las vías públicas.</p> <p>Este tipo de deporte está adaptado a todos los deportistas con manifestaciones diferenciales de tipo motriz, sensorial o psíquico, o minusválidos. Todos conocemos personas con estas características, pero debemos distinguir entre:</p> <p>a) <u>Disminución</u>: Pérdida o anormalidad de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica.</p> <p>b) <u>Discapacidad</u>: Restricción o ausencia de la capacidad para realizar una actividad de la forma que se considera habitual, a causa de una disminución o deficiencia. Puede manifestarse en la vertiente física (motriz), sensorial o psíquica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Discapacidad física o motriz, provocada por una disminución anatómica o física a causa de una espina bífida, poliomielitis, amputación, parálisis cerebral, etc. <ul style="list-style-type: none"> <li>Monoplejía: afección en un solo miembro.</li> <li>Paraplejía: afección en los miembros inferiores.</li> <li>Tetraplejía: afección en los cuatro miembros.</li> <li>Hemiplejía: afección en la mitad del cuerpo.</li> </ul> </li> <li>○ Discapacidad sensorial, provocada por una disminución fisiológica o sensorial auditiva o visual: sordera, ceguera, etc.</li> <li>○ Discapacidad psíquica, provocada por una disminución psicológica o psíquica: <ul style="list-style-type: none"> <li>Ligera: Coeficiente intelectual entre 60 y 80.</li> <li>Media: Coeficiente intelectual entre 40 y 60.</li> <li>Severa: Coeficiente intelectual entre 20 y 40.</li> <li>Profunda: Coeficiente intelectual inferior a 20.</li> </ul> </li> </ul> <p>c) <u>Minusvalía</u>: Situación desventajosa de un individuo como consecuencia de una discapacidad causada por alguna disminución que limita o impide el desarrollo personal en actividades que se consideran habituales para personas de su edad, sexo y entorno.</p> <p style="text-align: center;">No todas las discapacidades suponen minusvalías. Hay personas con disminuciones importantes</p>	

que no son minusválidas (menos válidas) en el entorno donde viven y para sus necesidades. El deporte es un medio para superar las minusvalías a pesar de tener alguna discapacidad.

Hay muchos deportes reconocidos oficialmente como aptos para personas con discapacidades y todos son deportes adaptados. Algunos provienen de los deportes convencionales o tradicionales y han sido adaptados en distintos aspectos del reglamento, es el caso del baloncesto o el voleibol. Otros son específicos, con un reglamento también específico, creados expresamente para algunas minusvalías concretas, por ejemplo, el *goalball*.

El deporte ayuda a todas las personas a mejorar su imagen personal y a aumentar su autoestima, así como al reconocimiento y a la integración social. Las personas con alguna disminución que practican deporte, además de estos beneficios incrementan su capacidad para relacionarse, para trabajar y, en definitiva, para superar la minusvalía que les afecta.

ASIGNATURA / DEPARTAMENTOS	Educación Física Dpto. Educación Física y Orientación
CURSO	3º ESO
TÍTULO	El deporte adaptado
EDITORIAL	
<b>TIPOLOGÍA</b>	
SOPORTE	Texto impreso
FORMATO	Continuo
TIPO	Expositivo
<b>ESTRATEGIAS DE LECTURA</b>	
ANTES DE LA LECTURA	<b><u>ESTRATEGIAS DE LECTURA PARA EL TEXTO “EL DEPORTE ADAPTADO”</u></b>
	<p>1. <u>Reconocer el propósito de la lectura: Lectura con distintos propósitos:</u></p> <p style="margin-left: 20px;">a. Proponemos leer para:</p> <p style="margin-left: 40px;">i. Obtener información de carácter general. <i>Comprensión global del texto: que el alumnado conozca qué es el deporte adaptado y a qué segmento poblacional está dirigido.</i></p> <p style="margin-left: 40px;">ii. Obtener una idea clave del mismo: <i>El deporte es un elemento fundamental en el desarrollo de los individuos y todas las personas han de tener acceso a él, aunque tengan ciertas dificultades para su práctica.</i></p> <p style="margin-left: 40px;">iii. Poder explicar el contenido del texto a otros que lo desconocen. <i>Que sean capaces de resumir su contenido para explicarlo, por ejemplo a un alumno de otra clase que no lo haya trabajado ni conozca mucho el tema del que trata o, por ejemplo a sus padres.</i></p> <p>2. <u>Activación de conocimientos previos:</u> Principalmente sobre el contenido (hacer que expongan lo que conocen del tema) y a nivel lingüístico (clarificación de conceptos).</p> <p><i>En primer lugar, proponemos fomentar un diálogo en la clase sobre qué les sugiere un texto con el título “El deporte adaptado”: qué es, a quién se dirige, ejemplos prácticos de deportes adaptados, para-olimpiadas,...</i></p>

	<p><i>En segundo lugar trataremos de enseñar previamente al alumnado cierto vocabulario clave para la correcta comprensión del texto: disminución, discapacidad, minusvalía, físico, psíquico, sensorial, goalball, autoestima, ... Asimismo, consideramos relevante que conozcan el significado de prefijos (mono-, para-, tetra-, hemi-, dis-, ...) y sufijos (-plejía) que aparecen en el texto.</i></p>
<p>DURANTE DE LA LECTURA</p>	<p><b>3. Establecimiento de una jerarquía de ideas:</b> Identificar la idea principal y las secundarias del texto y jerarquizarlas a través de la elaboración de un esquema o resumen.  <i>El esquema o jerarquía de ideas que proponemos (aunque no es la única opción) sería el siguiente:</i></p> <p style="text-align: center;"><i>El deporte adaptado</i></p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph TD     A[El deporte adaptado] --- B[ ]     B --- C[Qué es]     B --- D[Cómo se puede organizar]     B --- E[A quién se dirige]     B --- F[Beneficios que aporta] </pre> </div> <p><i>Idea principal:</i>  1 - <i>El deporte es un elemento esencial para el desarrollo de las personas y, por tanto, ha de ser accesible a todos los individuos, aunque tengan alguna dificultad para su práctica.</i></p> <p><i>Ideas secundarias:</i>  1 – <i>Es una actividad física reglamentada orientada a personas con alguna discapacidad o disminución.</i>  2 – <i>Se trata bien de adaptar los deportes ya existentes a las posibilidades de los participantes o bien de crear deportes nuevos, específicos para ellos.</i>  3 – <i>Se dirige a las personas con algún tipo de discapacidad física (monoplejía, hemiplejía, ...), sensorial (ceguera, sordera, ...) o psíquica (deficiencia psíquica ligera, media, ...)</i>  4 – <i>El deporte contribuye a mejorar la imagen personal, la autoestima, el reconocimiento y la integración social. Además, les ayuda a superar la minusvalía y aumenta su capacidad para relacionarse y trabajar.</i></p>
<p>DESPUÉS DE LA LECTURA</p>	<p><b>4. Posicionamiento crítico:</b>  Exponer y cuestionar la opinión personal al respecto del tema expuesto; cambiar de roles: <i>Ponerse en la situación de otros afectados por minusvalías, de familiares de afectados, ... y valorar diversas opiniones, dentro de un debate en la clase.</i></p> <p><b>5. Comprender y asimilar nuevo vocabulario:</b> Diferenciar entre el uso técnico y cotidiano de los términos, reconocer raíces (prefijos, sufijos, ...), comprender correctamente el vocabulario explicado antes de comenzar la lectura del texto, deducir el significado por el contexto, ...  Por ejemplo: vocabulario y expresiones: actividad física</p>

		reglamentada; exclusiones; ámbito recreativo; manifestaciones diferenciales; disminución; discapacidad; minusvalía; función fisiológica, anatómica o psicológica; espina bífida; poliomielitis; amputación; coeficiente intelectual; afección; goalball; reglamento; integración social; etc. Puede resultar interesante, para esta actividad trabajar con diccionarios, y anotar por escrito los significados de las palabras y expresiones.
<b>PROCESOS LECTORES</b>		
RECUPERAR - OBTENER INFORMACIÓN	1.	¿Cuál es la diferencia entre discapacidad y minusvalía?
	Respuesta	<i>Una discapacidad es la pérdida o decremento de una capacidad para realizar una actividad habitual y normal. La minusvalía es una consecuencia de esa discapacidad: es la situación desfavorecida en la que se encuentra el sujeto por tener esa discapacidad.</i>
	2.	Una afección física en la mitad del cuerpo se denomina: a) Tetraplejía    b) Hemiplejía      c) Monoplejía      d) Paraplejía
	Respuesta	<i>b) Hemiplejía</i>
COMPRESIÓN GLOBAL	1.	Realizar un esquema breve del contenido del texto
	Respuesta	<p style="text-align: center;"><i>El deporte adaptado</i></p> <pre> graph TD     A[El deporte adaptado] --- B[Qué es]     A --- C[Cómo se puede organizar]     A --- D[A quién se dirige]     A --- E[Beneficios que aporta] </pre>
	2.	¿Cuál crees que es la idea principal del texto?
	Respuesta	<i>Dados los enormes beneficios que la actividad física aporta a los individuos, se han de desarrollar más deportes adaptados a personas con discapacidades y facilitar a todas ellas su práctica.</i>
INTERPRETACIÓN INFERENCIAS	1.	¿Qué se entiende por superar las minusvalías a través del deporte?
	Respuesta	<i>La idea es que aunque una persona tenga algún tipo de dificultad a nivel psíquico, sensorial o físico y le cueste desenvolverse normalmente en la sociedad (son "menos válidas" en su entorno), a través del deporte puede adquirir herramientas que le ayuden a conseguir una mayor integración social y un desarrollo normalizado.</i>
	2.	¿Identificas alguna relación causa-efecto en el texto?
	Respuesta	<i>- La disminución es la causa de la discapacidad. - La minusvalía es un posible efecto de la discapacidad. - La práctica deportiva tiene como efecto un aumento de la autoestima.</i>

	3.	¿Pueden los discapacitados practicar deportes no adaptados a sus limitaciones?
	Respuesta	<i>En el texto no se contempla esa posibilidad. De hecho, se lee: "Hay muchos deportes reconocidos oficialmente como aptos para personas con discapacidades y todos son deportes adaptados". Por lo tanto, según el texto, los discapacitados no practican deportes sin adaptación; todo discapacitado necesita practicar un deporte adaptado. Pero, ¿no puede un sordo ser ciclista o, mejor, ¿cuál es el coeficiente intelectual de algunos boxeadores?</i>
VALORACIÓN - REFLEXIÓN FORMA	1.	¿Cómo se forman los términos que distinguen los diferentes grados de afección de una discapacidad física o motriz?
	Respuesta	<i>Muchos tecnicismos médicos se forman sobre lexemas griegos. En el texto, se puede comentar el empleo del lexema –plejia (afección), matizado con los lexemas "mono; para; tetra; hemi".</i>
	2.	¿Qué mecanismos tiene la lengua para expresar la ausencia o la presencia en un grado inferior de alguna capacidad?
	Respuesta	<i>Se puede comentar el empleo de prefijos privativos para señalar las diferentes afecciones: dis-capacidad; minus-valía; a-normalidad.</i>
VALORACIÓN - REFLEXIÓN CONTENIDO	1.	Después de leer el texto, ¿Crees que el título debiera haber sido otro? ¿Cuál?
	Respuesta	<i>El título del texto es poco preciso respecto del contenido del mismo. Con el mismo título podrían escribirse muchos textos diferentes. Proponemos un título más próximo al contenido del texto, como por ejemplo: "Deporte para todos: superando las dificultades".</i>
	2.	Para conocer realmente en qué consisten los deportes adaptados, ¿necesitarías más información de la que te aporta el texto? ¿Qué tipo de datos?
	Respuesta	<i>El texto ofrece un panorama general de lo que es el deporte adaptado y lo necesario que resulta para las personas con discapacidades. Para conocerlos en profundidad, se debería incidir más en los distintos tipos de deportes adaptados: nombre, reglamento, videos de su práctica, ...</i>

FUENTE: Material producido en el marco del Plan Institucional de mejora de la lectura del Departamento de Educación del Gobierno de Navarra España, Disponible en:  
[http://dpto.educacion.navarra.es/planlectura/indiceareas\\_files/Educacion%20Fisica-Deporte%20adaptado.pdf](http://dpto.educacion.navarra.es/planlectura/indiceareas_files/Educacion%20Fisica-Deporte%20adaptado.pdf)