

Trabajo Fin de Grado

Fútbol y discapacidad: Un enfoque psicosocial

Football and disability: A psychosocial approach

Autor

Miguel Ruiz Moure

Director/es

Luis Cantarero Abad

Grado en Trabajo Social

2023

Fútbol y discapacidad: Un enfoque psicosocial

RESUMEN

Este proyecto se centra en analizar el impacto psicosocial que genera el deporte en las personas con discapacidad, específicamente el fútbol adaptado. Mediante una investigación cualitativa se exploran las dinámicas y experiencias que nos ofrecen dos entidades con programas futbolísticos inclusivos. El estudio de estas dinámicas junto con mi participación directa en los equipos de fútbol, enriquecen el análisis posterior, el cual compararemos con el marco teórico.

La inclusión en el ámbito deportivo es una temática relevante que va más allá de la participación en actividades físicas. El fútbol se convierte en este caso en un motor de desarrollo psicosocial muy significativo para personas con discapacidad, una plataforma en la que pueden superar barreras y fortalecer la autoconfianza.

PALABRAS CLAVE

Discapacidad, inclusión, deporte, desarrollo psicosocial, fútbol adaptado.

Football and disability: A psychosocial approach

ABSTRACT

This project focuses on analyzing the psychosocial impact generated by sports on people with disabilities, namely adapted football. Through qualitative research, we explore the dynamics and experiences provided by two entities with inclusive football programs. The study of these dynamics, coupled with my direct participation in football teams, enriches the subsequent analysis, which we will compare with the theoretical framework.

Inclusion in the sports context is a relevant theme that extends beyond participation in physical activities. In this case, football becomes a highly significant psychosocial development engine for people with disabilities, serving as a platform where they can overcome barriers and strengthen self-confidence.

KEYWORDS

Disability, inclusion, sports, psychosocial development, adapted football.

ÍNDICE

| | |
|---|----|
| 1. INTRODUCCIÓN | 5 |
| 2. OBJETIVO GENERAL | 5 |
| 3. MARCO TEÓRICO | 6 |
| 3.1 Antropología del deporte | 6 |
| 3.2 Discusión sobre inclusión social y participación de personas con discapacidad en el deporte | 7 |
| 3.3 Revisión sobre fútbol y la inclusión de las personas con discapacidad | 7 |
| 3.4 Trabajo social en el ámbito del deporte | 8 |
| 4. METODOLOGÍA | 9 |
| 4.1. Diseño de la investigación | 9 |
| 4.1.1 Enfoque cualitativo | 9 |
| 4.1.2 Estudio de casos múltiples | 9 |
| 4.1.3. Población y muestra | 10 |
| 4.2 Recopilación de datos | 10 |
| 4.2.1 Entrevistas semiestructuradas | 10 |
| 4.2.2 Observación participante | 10 |
| 4.2.3 Análisis documental..... | 10 |
| 4.3. Beneficios sociales del fútbol | 10 |
| 4.3.1 Desarrollo personal y social..... | 10 |
| 4.3.2 Integración y colectividad..... | 11 |
| 4.4. Antropología del deporte | 11 |
| 4.4.1 Aspectos Culturales y Simbólicos | 11 |
| 5. RESULTADOS | 11 |
| 5.1 <i>Special Olympics</i> Aragón | 11 |
| 5.1.1 Objetivos del entrenamiento | 13 |
| 5.1.2 Metodología psíquica del entrenamiento | 14 |
| 5.1.3 Metodología psicosocial del entrenamiento | 15 |

| | |
|---|----|
| 5.1.4 Aspectos importantes a evitar | 16 |
| 5.2 Programa “Ocio Deportivo Inclusivo” del Centro de Tiempo Libre Kambalache | 16 |
| 5.2.1 Objetivos principales del entrenamiento | 18 |
| 5.2.2 Objetivos específicos del entrenamiento | 18 |
| 5.2.3 Metodología del entrenamiento | 19 |
| 5.2.4 El Trofeo Kambalache | 19 |
| 6. DISCUSIÓN..... | 21 |
| 7. CONCLUSIONES | 23 |
| 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 24 |

1. INTRODUCCIÓN

La inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad es un tema creciente con una importancia significativa. El hecho de que una persona posea una discapacidad, en sus diversas formas, no debería ser un obstáculo que limite las oportunidades de la participación social, recursos y servicios que todos los individuos merecen, desde la educación y el empleo hasta la actividad deportiva y la vida social.

Las personas en esta situación enfrentan limitaciones físicas, sensoriales, cognitivas o psicológicas. Debido a esto, encuentran distintas barreras que afectan a su participación plena en la vida social, y a su calidad de vida en general.

Asimismo, constituyendo una parte significativa y diversa de la población mundial, las personas con discapacidad han sido víctimas del estigma, la discriminación en los grupos sociales y la falta de accesibilidad a determinados recursos. Todo ello ha estado muy presente en nuestra sociedad durante mucho tiempo. Sin embargo, a lo largo del tiempo la sociedad ha experimentado un auge de la conciencia sobre la igualdad y los derechos humanos, provocando así, un cambio importante en la percepción y el trato brindado a las personas con discapacidad.

De esta forma, la inclusión y el respeto hacia ellos son principios fundamentales de la sociedad actual, además de que significa una inversión en el bienestar y la riqueza de la comunidad. También, desafía a los prejuicios y estereotipos incrustados en la sociedad, promoviendo una mejor comprensión sobre la diversidad humana.

En el ámbito del deporte, la inclusión de personas con discapacidad tiene un importante papel. El deporte adaptado y el deporte inclusivo ofrecen la oportunidad para que los usuarios participen en diversas actividades físicas beneficiosas para su salud, además de promover la inclusión social y ayudar a la mejora de su autoestima y autonomía.

Al formar equipos y comunidades deportivas inclusivas, se crea un ambiente que celebra la diferencia y fomenta la aceptación mutua. Estos valores no solo se limitan al terreno de juego, sino que se extienden a la sociedad en general, generando un impacto positivo en la cultura y actitudes hacia la diversidad.

Asimismo, el deporte es una de las mejores formas de crear un sentido de pertenencia en una red social. Además, al formar parte de redes sociales de apoyo, las personas encuentran un respaldo valioso tanto durante como fuera de las actividades deportivas, mejorando su bienestar psicosocial.

El propósito de este proyecto es explorar de primera mano la relación entre el fútbol y la discapacidad, y mediante el análisis de dos casos concretos, obtener una visión detallada de cómo el fútbol afecta la vida de estas personas desde una perspectiva psicosocial.

2. OBJETIVO GENERAL

Este estudio de investigación cualitativa tiene como objetivo principal *“describir a través de dos casos reales las relaciones entre fútbol y personas con discapacidad”*. Su propósito es realizar un análisis exhaustivo de las relaciones entre el fútbol y los jugadores con discapacidad en el ámbito psicosocial. La meta es ofrecer una descripción comprensiva y detallada de dichas interacciones, abordando tanto los aspectos emocionales como los sociales, con un enfoque particular en el análisis de dos casos reales representativos.

La investigación se propone explorar la influencia del fútbol en el bienestar psicológico y emocional de las personas con discapacidad, examinando la forma en la que la participación en este deporte puede afectar a su calidad de vida. Además, se busca identificar los factores que contribuyen a la formación y desarrollo de estas relaciones, considerando elementos como la accesibilidad, el apoyo social, las barreras sociales y la autopercepción de habilidades.

La elección de dos casos reales como núcleo central de este estudio permite adentrarse en las experiencias individuales, proporcionando una visión amplia de las diversas formas en que el fútbol puede impactar la vida de los usuarios.

A través de este análisis en profundidad, se busca no solo describir las interacciones entre fútbol y discapacidad, sino también comprender las dinámicas existentes, las percepciones subjetivas y los desafíos enfrentados por los participantes. Este conocimiento puede proporcionar una base para el desarrollo de estrategias y recomendaciones que promuevan un entorno futbolístico más inclusivo y enriquecedor para las personas con discapacidad.

3. MARCO TEÓRICO

3.1 Antropología del deporte

Desde una perspectiva antropológica, el deporte ha evolucionado durante toda la historia manteniendo una conexión con la cultura y la sociedad, con el que las comunidades construyen narrativas colectivas, definiendo una identidad cultural. Los valores, creencias y prácticas culturales se entrelazan con las actividades deportivas, creando una simbología que va más allá del terreno de juego. Pongamos de ejemplo los Juegos Olímpicos, pues desde su resurgimiento en la era moderna, han evolucionado más allá de competiciones deportivas. Cada edición de los Juegos es una simbología global que une a las diferentes naciones y culturas en una celebración de la excelencia física y el espíritu competitivo. La antropología del deporte busca descifrar esta simbología, explorando cómo los rituales deportivos contribuyen a la cohesión social y la construcción de identidades. Rituales como la ceremonia de apertura de los Juegos Olímpicos o la antorcha olímpica nos indican que no son simplemente eventos, sino expresiones simbólicas que aportan al deporte un significado cultural.

La participación en estas actividades va más allá de la competición, pues como hemos dicho, contribuye a la formación de identidades individuales y grupales, influyendo en la integración social entrelazando identidades étnicas, de género y nacionales. Con el fútbol podemos ver cómo el deporte puede convertirse en un vehículo para la expresión nacional e identidad colectiva. Durante eventos como la Copa del Mundo, los aficionados se identifican fuertemente con sus equipos nacionales, vistiendo colores, ondeando banderas y participando en rituales específicos, reforzando esa conexión. Más allá del contexto nacional, en un mundo cada vez más globalizado, también observamos que a través del deporte se preserva la unidad y la diversidad cultural, yendo más allá de las fronteras, influyendo y siendo influidos por diferentes tradiciones.

En este contexto deportivo, el cuerpo humano se convierte en un lienzo donde se proyectan también significados culturales. Las prácticas deportivas contribuyen a la construcción y percepción del cuerpo, influenciando normas estéticas, la autoestima y la conceptualización del "cuerpo ideal". Desde la representación artística del cuerpo en el deporte hasta las expectativas culturales en torno a la forma física, podemos observar de qué forma impacta en la autoimagen y la identidad. El culturismo proporciona un gran

ejemplo de cómo el deporte puede influir en la construcción corporal. Los culturistas, a través de intensos entrenamientos y dietas específicas, buscan esculpir sus cuerpos de acuerdo con ideales estéticos específicos. Esto no solo afecta la forma física, sino que también contribuye a la formación de una subcultura donde la musculatura se convierte en un símbolo de disciplina y logro personal.

3.2 Discusión sobre inclusión social y participación de personas con discapacidad en el deporte

La inclusión social de personas con discapacidad en el ámbito deportivo tiene una gran importancia en la intersección entre la antropología del deporte y la justicia social. Indagar en este tema no solo amplía el entendimiento del deporte como una práctica cultural, sino que también destaca el potencial que tiene a la hora de construir sociedades más inclusivas y equitativas.

El deporte ofrece un terreno común donde se pueden superar las barreras ya existentes y desafiar los estigmas relacionados con la discapacidad. Los eventos deportivos inclusivos no solo celebran la habilidad atlética, sino que también ofrecen una plataforma para cambiar las percepciones culturales, destacando la diversidad de habilidades y talentos que existen dentro de la comunidad de personas con discapacidad.

La accesibilidad física y logística en las instalaciones deportivas es esencial para garantizar la plena participación de personas con discapacidad. Muchas instalaciones deportivas no están diseñadas para ser totalmente accesibles, pues faltan rampas, ascensores o vestuarios adaptados y dificultan la participación.

Crear disciplinas deportivas adaptadas es esencial para garantizar que las personas con discapacidad tengan opciones diversas y personalizadas para su participación. Al adaptar reglas y crear deportes específicos, no solo se amplían las oportunidades, sino que también se fomenta la construcción de identidades deportivas diversas. Por ejemplo, podemos encontrar el *goalball*, un deporte adaptado con un balón sonoro para personas con discapacidad visual, o el *boccia*, un juego de precisión para personas con discapacidad motora. Estos deportes no solo abren nuevas vías para la participación, sino que también generan un sentido de pertenencia a comunidades deportivas especializadas.

A pesar de los avances, aún existen desafíos significativos en la inclusión de personas con discapacidad en el deporte. La falta de conciencia y educación sigue siendo un obstáculo, contribuyendo a estereotipos y discriminación. La ausencia de políticas inclusivas y estrategias de apoyo por parte de las autoridades deportivas también limita el alcance de la inclusión, la falta de acceso a programas deportivos adaptados y de calidad.

3.3 Revisión sobre fútbol y la inclusión de las personas con discapacidad

El fútbol es conocido como el deporte rey y una expresión cultural que trasciende fronteras y conecta a comunidades de todo el mundo. Su origen se remonta a 1863, y desde entonces ha evolucionado no solo como una competición atlética, sino como un fenómeno social, económico y emocional.

Se trata de una competición entre dos equipos, cada uno compuesto por once jugadores, con el objetivo fundamental de marcar más goles que el adversario. El juego se desarrolla en un campo de dimensiones específicas, con dos porterías en los extremos. La duración estándar de un partido es de dos mitades de 45

minutos cada una, con un intermedio. El inicio y la reanudación del juego se llevan a cabo con saques desde el centro del campo, y diferentes situaciones, como tiros libres, saques de banda y esquina, permiten la reactivación del juego.

También existen las faltas, acciones antirreglamentarias que perjudican al adversario, por las que se sanciona al que las comete e incita a jugar limpio. Las tarjetas amarillas advierten sobre conductas indebidas, mientras que las tarjetas rojas implican expulsiones. Los tiros libres, directos o indirectos, y los penaltis son herramientas clave para recompensar a los equipos agraviados.

Hablando de todo lo que abarca este deporte, podemos decir que el impacto del fútbol va más allá de lo emocional. Económicamente se mueve con transferencias millonarias, contratos de patrocinio y la creación de una industria global. Los clubes no solo compiten en el campo, sino también en el mercado, buscando talentos, expandiendo sus marcas y atrayendo inversiones.

La inclusión de personas con discapacidad en el fútbol es un paso importante hacia la creación de comunidades deportivas diversas y equitativas. Además de la adaptación de reglas y estructuras en el juego, la inclusión está enfocada a transformar mentalidades y crear entornos que promuevan la participación de todos, independientemente de sus habilidades físicas o cognitivas.

En la actualidad, el fútbol adaptado se ha convertido en un componente esencial de la inclusión. Se han desarrollado distintas modalidades para abordar las diversas discapacidades, desde el fútbol para personas con discapacidad visual o auditiva hasta el destinado a aquellos con discapacidades intelectuales o físicas. De esta forma se permite que una gran parte de la sociedad que anteriormente no podía realizar este tipo de actividades se involucre activamente en el deporte, encontrando en un espacio donde pueda desarrollar tanto sus habilidades físicas como sociales.

Las ligas y torneos específicos para personas con discapacidad también son elementos clave, pues no solo sirven para que éstas demuestren talento atlético, si no que desempeñan un papel importante a la hora de promover la diversidad y eliminación de estigmas dándoles la oportunidad de ser reconocidas.

3.4 Trabajo social en el ámbito del deporte

El Trabajo Social es una disciplina que aplica sus conocimientos en la constante búsqueda de un bienestar social para el individuo y su rol en la sociedad. La función del trabajo social en el ámbito del deporte es una práctica que se extiende más allá de las líneas generales del deporte y se adentra en las complejidades sociales, emocionales y comunitarias que rodean a esta actividad. La presencia de trabajadores sociales en el ámbito deportivo no se ha generalizado y su presencia no tiene la importancia que debería, pero tienen una gran relevancia a la hora de trabajar en múltiples niveles.

En primer lugar, los trabajadores sociales son agentes clave en la promoción de la inclusión y la equidad en el deporte. Su enfoque se centra en asegurar que todas las personas, sin importar su género, edad, habilidades físicas o situación socioeconómica, tengan acceso equitativo a las oportunidades deportivas. Esto implica no solo el acceso físico, sino también la eliminación de barreras sistémicas que podrían limitar la participación de ciertos grupos, como personas con discapacidad o comunidades marginadas.

Además, el apoyo emocional y psicosocial que ofrecen los trabajadores sociales es esencial en un entorno donde los atletas, ya sean amateurs o profesionales, enfrentan presiones y desafíos emocionales. Este apoyo

va se basa en fomentar el bienestar mental y emocional, dándoles herramientas para lidiar con el estrés competitivo y toda la presión asociada a sus expectativas personales y externas.

Los trabajadores sociales se encargan de la prevención y el tratamiento de cuestiones como el abuso de sustancias, la violencia, el acoso y otras problemáticas que pueden surgir en el entorno deportivo.

El apoyo a las familias de los deportistas es un aspecto realmente importante en muchas situaciones. Si la participación deportiva tiene impactos significativos en la dinámica familiar, los trabajadores sociales pueden ofrecer orientación, educación y recursos para afrontar los desafíos a los que se enfrentan esas familias. Esto se podría dar por ejemplo si el estrés emocional por la exigencia del deporte afecta a los miembros de la familia o si la inversión financiera en la carrera deportiva de un miembro les sobrepasa.

El Trabajador Social es capaz de organizar programas educativos que aborden temas como la salud mental, la nutrición, la prevención de lesiones y otros aspectos, contribuyendo a la educación y sensibilización sobre cuestiones sociales y de salud.

Por último, desempeñan un papel crucial como defensores de políticas y prácticas que promuevan la equidad, la inclusión y el bienestar de los participantes. Su contribución no solo se limita al ámbito individual, sino que se extiende a la construcción de comunidades saludables y aprovechar al máximo los beneficios transformadores del deporte para impulsar el desarrollo personal y comunitario.

4. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la investigación

4.1.1 Enfoque cualitativo

La investigación cualitativa es un enfoque metodológico que se centra en comprender en la complejidad de fenómenos sociales y humanos. A diferencia de la investigación cuantitativa, esta busca explorar y comprender la naturaleza subjetiva de las experiencias, percepciones y significados que las personas atribuyen a un fenómeno.

La elección de un enfoque cualitativo es la mejor forma de comprender la riqueza de las experiencias humanas, especialmente en el contexto del fútbol y las personas con discapacidad en el ámbito psicosocial. Nos permitirá explorar en profundidad las narrativas individuales, las percepciones y los significados que se le atribuyen a participar en actividades futbolísticas.

El enfoque cualitativo también brinda flexibilidad a la hora del estudio, permitiendo la incorporación de nuevas perspectivas y la exploración de otras áreas. En este caso la calidad de la información es más importante que la cantidad, lo que nos permitirá un análisis detallado y reflexivo de los datos recopilados.

4.1.2 Estudio de casos múltiples

El diseño de estudio de casos múltiples es un marco metodológico muy apropiado para esta investigación. El estudio se realizará junto con dos entrenadoras de fútbol adaptado a personas con discapacidad, Marta G. de *Special Olympics* y Andrea S. del programa “Ocio Deportivo Inclusivo” de Kambalache. Gracias a ellas, podremos explorar dos círculos sociales distintos de jugadores de fútbol con diversidad funcional, y realizar un análisis detallado de cómo influye la actividad deportiva en el ámbito psicosocial de los usuarios.

Este enfoque permitirá no solo profundizar en las experiencias individuales sino también identificar patrones comunes y únicos que puedan surgir a lo largo de diferentes contextos.

4.1.3. Población y muestra

La población objetivo de este estudio estará conformada por personas con discapacidad que participan activamente en equipos de fútbol o asisten a entrenamientos en su tiempo libre. La inclusión de diversas discapacidades, edades y niveles de habilidad garantizará una representación amplia y enriquecedora de experiencias dentro de los grupos.

La muestra seleccionada será el grupo de asistentes que acudan a los entrenamientos y torneos de los días en los que se realice la investigación. Los jugadores compondrán una amplia gama de tipos de discapacidad, con una edad desde los doce años hacia arriba.

4.2 Recopilación de datos

4.2.1 Entrevistas semiestructuradas

Se realizarán entrevistas y se entablarán conversaciones con participantes clave, como personas con discapacidad y entrenadores. Esto proporcionará diferentes puntos de vista sobre las percepciones y experiencias.

4.2.2 Observación participante

En este tipo de observación el investigador participa activamente en contextos futbolísticos con personas con discapacidad, observando interacciones, dinámicas y eventos para comprender mejor el impacto psicosocial del fútbol. En este caso los lugares de observación serán tanto entrenamientos de fútbol en los Centros Deportivos Municipales La Granja y Alberto Maestro como el Trofeo Kambalache en el Colegio Salesianos. En este Torneo acudirán a jugar los dos equipos que previamente visitaré junto con otros ocho más del resto de barrios de Zaragoza, por lo que será una gran oportunidad para analizar su comportamiento y desarrollo psicosocial en este contexto futbolístico.

4.2.3 Análisis documental

Se revisarán documentos e informes relacionados con el fútbol y las personas con discapacidad para contextualizar y aportar más datos a la investigación, como por ejemplo registros de actividades, planes de entrenamiento o informes de eventos.

4.3. Beneficios sociales del fútbol

4.3.1 Desarrollo personal y social

La investigación se centrará en la exploración de cómo la participación en actividades futbolísticas impacta el desarrollo personal y social de las personas con discapacidad. De esta forma indagaremos en el ámbito psicosocial y analizaremos si contribuye al fortalecimiento de habilidades sociales, junto con la autoestima y autonomía.

4.3.2 Integración y colectividad

Se explorarán los efectos positivos en términos de integración social y formación de comunidades inclusivas a través de la participación en las actividades deportivas. Sobre todo revisaremos las dinámicas de grupo desde una perspectiva emocional, considerando la formación de relaciones interpersonales, la construcción de identidades compartidas y la construcción de procesos de adaptación y aceptación social.

4.4. Antropología del deporte

4.4.1 Aspectos Culturales y Simbólicos

Utilizaremos la perspectiva de la antropología del deporte para analizar los aspectos culturales y simbólicos que se pueden ver en la práctica deportiva del fútbol. Entre estos podremos observar la transmisión de valores y la construcción de identidades, tanto individuales como colectivas.

5. RESULTADOS

A lo largo de esta investigación nos hemos adentrado a nivel individual y colectivo en la rutina de estos dos equipos de fútbol adaptado. Durante nuestro trayecto hemos compartido experiencias, observado sus dinámicas e indagado en el significado que tiene el mundo del deporte para estas personas.

5.1 *Special Olympics Aragón*

En primer lugar, nos reunimos con Marta G. en el Centro Deportivo La Granja, donde actúa como voluntaria y entrenadora del equipo de fútbol *Special Olympics Aragón*.

Para situarnos en contexto, *Special Olympics Aragón* es una entidad sin ánimo de lucro que forma parte del movimiento global de *Special Olympics*. Su objetivo principal es promover la inclusión y el desarrollo integral de las personas con discapacidad intelectual a través de la práctica deportiva, proporcionándoles oportunidades deportivas adaptadas y de calidad.

Su enfoque principal es el desarrollo físico, emocional y social de los participantes, ofreciéndoles entrenamientos semanales y la oportunidad de competir a diferentes niveles contra los atletas de otras entidades.

Con respecto a fútbol sala, los deportistas están divididos en tres niveles. El nivel uno corresponde al grupo con mayor nivel en cuanto a aptitudes se refiere. De hecho, incluso algunos de los atletas están federados y juegan en el equipo del Real Zaragoza de la Liga Genuine. El nivel dos está compuesto por usuarios que cuentan con menores capacidades y habilidades en el juego e incluso mayor grado de discapacidad que los deportistas de nivel uno, pero que, sin embargo, tienen mayor autonomía que los del nivel tres. Así, al nivel tres pertenecen los deportistas que cuentan con mayor nivel de discapacidad y menores habilidades y capacidades y, por tanto, más dificultades a la hora de practicar este deporte.

En la entidad se organizan eventos y competiciones a nivel local, regional y nacional en las que participan usuarios con discapacidad intelectual y/o física de diferentes edades y niveles de habilidad, fomentando así su visibilidad, aceptación e integración social junto con el espíritu deportivo y el compañerismo.

Se caracterizan por su enfoque inclusivo, pues valoran y respetan las diversas habilidades y capacidades de los atletas.

Además del deporte, también se preocupan del bienestar psicosocial de los participantes, ofreciendo apoyo emocional, fomentando la confianza en sí mismos y creando un entorno seguro y acogedor. Así, guiados por principios fundamentales como el respeto, la igualdad de oportunidades y la no discriminación, garantizan la participación equitativa y promueven un entorno en el que todos los participantes se sientan valorados y aceptados.

La organización trabaja en colaboración con entidades deportivas, instituciones educativas y otros actores para asegurar una participación plena de los atletas. Además, se esfuerzan por generar conciencia y educar a la comunidad sobre la inclusión y los derechos de las personas con discapacidad intelectual.

Después de una conversación con Marta donde me explicó los puntos clave de la entidad, fui indagando y haciéndole preguntas acerca del grupo de personas con discapacidad a los que entrenaba, a los que se refiere específicamente como “atletas”.

En general, los jugadores tienen buena actitud a la hora de entrenar pues acuden entusiasmados, responden perfectamente a las órdenes del entrenador y colaboran entre ellos. Muchos de ellos son muy cariñosos, sobre todo con los entrenadores, y lo manifiestan llenándolos de besos y abrazos cada vez que los ven. De todas formas, siempre hay alguno en especial que no congenia emocionalmente con otro usuario o se pone agresivo con los entrenadores, insultándoles. En estos casos de descontrol y malestar hay que intentar apaciguarlos de alguna manera, y si hay alguna reyerta entre ellos se procede a separarlos en diferentes grupos.

A la hora de abarcar el campo de la frustración en los entrenamientos y partidos, Marta me señaló que en *Special Olympics* tienen un lema: “Quiero ganar, pero si no lo consigo dejadme ser valiente en el intento”. Si el equipo pierde algún partido y se encuentran desanimados o frustrados, la entrenadora les pregunta si se lo han pasado bien, incitándoles a pensar que la participación y haberlo disfrutado es lo que más importa. Entonces, los jugadores le dan la razón y acaban la jornada con una actitud más positiva.

También estuvimos hablando de varios casos específicos que nos pueden ayudar a comprender la importancia de su trabajo en la actividad deportiva y los beneficios psicosociales que genera la propia actividad.

En primer lugar, me relató su experiencia con dos hermanos. Uno de ellos es tímido en exceso o cree que pueda poseer algún grado de autismo. Este joven nunca quiere calentar con el resto de los compañeros, si no que se queda detrás de la portería con la intención de pasar desapercibido. A pesar de que la entrenadora le incita a que se junte con el resto de los jugadores y con su hermano, este se niega rotundamente. En este momento, la entrenadora le pregunta si prefiere calentar con ella de manera individual, y siempre le responde que sí. Cuando termina el calentamiento y comienzan la parte del entrenamiento de técnica y juegos futbolísticos, ya no tiene ningún problema en introducirse al grupo y cooperar con el resto de los jugadores.

Por otra parte, tienen a un chico con discapacidad visual con el que tienen que adaptar el juego a su habilidad. Siempre deben tener un balón específico de color blanco para que pueda detectarlo, además de cogerle de la mano mientras juega o estar cerca de él hablándole y dándole indicaciones. Al ir corriendo y no tener mucha capacidad visual, en ocasiones colisiona contra otros jugadores. Éstos no se suelen enojar, pero sí que se pueden llegar a molestar en alguna ocasión. Entonces, Marta debe hablar con ellos y explicarles que deben tener paciencia, que el compañero no ve tan bien como ellos y no puede medir bien las distancias. De esta forma lo llegan a comprender y se evitan los enfrentamientos.

Por último, me explicó un caso en el cual vino un chico de trece años con cierto porcentaje de discapacidad por primera vez a entrenar. Lo trajo la familia y vinieron con el hermano, el cual tendría quince años. Al hermano mayor le gustó mucho la experiencia futbolística, además de que el menor se encontraba muy a gusto acompañado por él. La familia preguntó a ver si éste podía venir más veces acompañando a su hermano menor, ya que era muy buena oportunidad de estar en un ambiente deportivo e inclusivo que beneficiaría a ambos. En este caso, al no tener ningún nivel de discapacidad, se hizo la excepción y se introdujo a la dinámica de entrenamientos como persona “unificada”. Es decir, se consideró al hermano mayor como la red de apoyo y ambos pudieron apuntarse y acudir a la actividad futbolística juntos.

Tras la charla, llegó la hora de comenzar la sesión. Junto con otro entrenador, se me presentó rápidamente al grupo y comenzamos a calentar. Al principio se realizaron varias actividades de control del balón y tiro a puerta con un portero fijo, pues es normal que haya algún jugador que le atraiga más esa posición. Después seguimos con ejercicios de pases de precisión, y la dinámica se finalizó con un partido por equipos. Había algunos asistentes que tenían menos habilidad que otros, así que había que adaptar la situación en base a la persona con la que se jugaba.

Se podía percibir que algunos eran más activos que otros en cuanto a la mecánica de la sesión, pero de una forma u otra todos se involucraban en ella. Fue una gran experiencia asistir al entrenamiento, conocer a los jugadores y observar cómo se desenvuelven y se relacionan en su círculo deportivo.

Los entrenadores tienen unas pautas y objetivos a seguir que les guían a la hora de organizar y llevar a cabo los entrenamientos, y de esta forma consiguen un resultado óptimo en el desarrollo físico y psicosocial de los atletas.

5.1.1 Objetivos del entrenamiento

Estos objetivos son fundamentales para guiar el rendimiento y el proceso de desarrollo de los jugadores y se centran en el desarrollo de habilidades específicas. Se resumirían en dos objetivos clave:

En primer lugar, se centran en el desarrollo de las habilidades de control del balón y pase entre los jugadores. El control del balón es esencial para recibir, detener y manipular el balón de la mejor manera, así que los jugadores aprenden la técnica para mejorar dicho control. También se enfocan en realizar pases precisos a sus compañeros en diversas situaciones del juego, ya sea a corta, media o larga distancia y así construir jugadas efectivas y poder mantener la posesión del balón.

El segundo objetivo se centra en aumentar la velocidad en la transición entre las fases defensivas y ofensivas del juego. Esto se practica para adaptarse rápidamente a las situaciones cambiantes del juego, permitiendo al equipo defender con eficacia y aprovechar oportunidades ofensivas.

Estos objetivos no solo contribuyen al rendimiento individual, sino que también fortalecen la unidad del equipo. Los logros en este campo derivan en un mejor funcionamiento colectivo, ya que un control y un pase precisos, junto con una transición veloz entre defensa y ataque, da lugar a un equipo más efectivo y competitivo.

5.1.2 Metodología psíquica del entrenamiento

La metodología psíquica empleada por *Special Olympics* en su equipo de fútbol se caracteriza por su enfoque adaptativo y centrado en las necesidades individuales de cada jugador. Este enfoque es esencial para crear un ambiente inclusivo y de apoyo, donde cada miembro del equipo pueda desarrollar sus habilidades y mejorar su autoestima a través del deporte. Los componentes clave de esta metodología se pueden dividir en cuatro puntos.

- **Relajación y calentamiento suave en parada**

A la hora de iniciar los entrenamientos se efectúa una fase de relajación y calentamiento suave que se adapta a las necesidades de cada jugador. Esta fase es esencial para preparar física y mentalmente a los participantes para la práctica deportiva. Dependiendo de las capacidades individuales, algunos jugadores pueden realizar ejercicios de calentamiento en posición de pie, mientras que otros pueden hacerlo sentados. Este enfoque contribuye a la prevención de lesiones y mejora la circulación sanguínea, permitiendo que los jugadores estén en las mejores condiciones para participar en la actividad.

- **Captación de la atención en la explicación de los ejercicios a realizar**

Dado que algunos jugadores pueden enfrentar desafíos en la concentración o comprensión, los entrenadores se esfuerzan en comunicar las instrucciones de manera clara y efectiva. Utilizan estrategias pedagógicas con las que se aseguran de que cada jugador entienda con precisión lo que se espera de ellos durante la sesión de entrenamiento, fomentando así una mayor participación y comprensión por parte de los jugadores.

- **Repetición de los ejercicios para su memorización**

La repetición de ejercicios es fundamental en el proceso de aprendizaje de los jugadores. Los entrenadores se aseguran de que los ejercicios se repitan varias veces a lo largo del entrenamiento, porque ésta práctica contribuye a la memorización de los movimientos y acciones, lo que a su vez aumenta la confianza de los jugadores en su capacidad para ejecutarlos con éxito.

- **Aumentar la concentración mediante técnicas específicas**

Para ayudar a los jugadores a mantener su concentración y mejorar su enfoque, se aplican técnicas específicas, como la respiración profunda. Se enseña a los jugadores a utilizar este tipo de respiración como una técnica de relajación y concentración que les ayude a controlar el estrés y la ansiedad, lo que es especialmente útil en situaciones adversas.

Otra técnica sería incorporar ejercicios lúdicos y entretenidos que ayuden a mejorar la coordinación motora de los jugadores. Estos ejercicios están diseñados de manera creativa para que los jugadores disfruten mientras mejoran sus habilidades físicas, promoviendo un ambiente de aprendizaje positivo y alegre.

Por último, tenemos la visualización positiva, donde los entrenadores alientan a los jugadores a imaginar sus propios éxitos y logros en el campo. Esto les permite ganar confianza y desarrollar una autoestima saludable, junto con algo muy importante que es mantener una actitud positiva hacia el deporte.

5.1.3 Metodología psicosocial del entrenamiento

La metodología psicosocial implementada por *Special Olympics* en su equipo de fútbol, se caracteriza por su enfoque integral en el desarrollo personal y social de los jugadores, creando un ambiente en el que los participantes pueden alcanzar su máximo potencial tanto en el deporte como en su vida cotidiana, mejorando su bienestar psicosocial y su calidad de vida. Los componentes clave de esta metodología que los entrenadores ponen en práctica son los siguientes:

- **Trabajar en equipo**

El trabajo en equipo es un componente central de la metodología. Los entrenadores fomentan la colaboración y la comunicación entre los jugadores, destacando la importancia de apoyarse mutuamente en el campo, pues esto no solo mejora las habilidades deportivas, sino que también promueve la construcción de relaciones sólidas entre los jugadores. Las habilidades de la cooperación y la empatía no solo se aplican en el deporte, sino que también se usa en la vida diaria, por lo que su aprendizaje se considera esencial.

- **Integración social**

La integración significa que los jugadores no solo participan en el entrenamiento deportivo, sino que también tienen la oportunidad de interactuar con personas fuera de su equipo. Participar en eventos y actividades sociales más amplias, como por ejemplo el Torneo de Fútbol Kambalache del 1 de noviembre de 2023 contribuye a reducir la estigmatización y promueve una mayor inclusión en la sociedad. De esta manera los jugadores adquieren experiencia social y muchas oportunidades de desarrollar amistades fuera de su círculo deportivo.

- **Relaciones afectivas y emocionales**

Para fomentar unas relaciones afectivas y emocionales sólidas, los entrenadores promueven la formación de dúos o tríos entre los jugadores, lo que favorece la interrelación y creación de vínculos personales más profundos. Estas relaciones de apoyo mutuo se extienden al grupo en su conjunto, lo que crea un ambiente de confianza y apoyo emocional. Los jugadores aprenden a confiar en sus compañeros y a desarrollar conexiones afectivas significativas en el contexto deportivo que podrán trasladar a su vida cotidiana.

- **Incidir en lo que hacen bien para reforzar la autoestima**

Otra técnica que se pone en práctica es enfocar en resaltar y reforzar los logros y habilidades individuales de cada jugador. Los entrenadores proporcionan un *feedback* positivo e intentan crear oportunidades para que los jugadores destaquen en lo que hacen bien, promoviendo que el usuario se sienta valorado y reconocido por sus logros en el deporte y contribuyendo al desarrollo de la autoestima del usuario y al bienestar emocional de los jugadores. A fin de cuentas, se trata de un enfoque fundamental para el crecimiento personal y la confianza en sí mismos.

- **Buscar metas individuales e incorporadas al grupo**

Trabajar en metas individuales y grupales refuerza el compromiso de cada jugador con el equipo y el deporte en sí. Con esta metodología se alienta a los jugadores a establecer metas personales que se integren en los objetivos del grupo, como mejorar la precisión de los tiros a puerta o mejorar la comprensión táctica del juego. Esto impulsa a que nazca de ellos un sentido de pertenencia y logro dentro del equipo, lo que fomenta también la responsabilidad personal y grupal. En estos casos,

cuando ven una mejora en su rendimiento, sienten una gran satisfacción tanto por mejorar individualmente como por poder incorporarlo en el juego en equipo y obtener mejores resultados.

- **Reforzar la personalidad**

Los entrenadores también se enfocan en reforzar la personalidad de los jugadores. Éstos ayudan a los usuarios a concretar objetivos personales y crean compromisos individuales. También trabajan para alejar a los jugadores de sus fracasos en los entrenamientos, centrándolos más en sus logros, habilidades y progresos.

5.1.4 Aspectos importantes a evitar

La importancia de crear un ambiente de entrenamiento en el que los jugadores se sientan motivados y capaces de desarrollar sus habilidades de buena forma es muy grande, así que para lograr este objetivo existen una serie de elementos que los entrenadores desean evitar, ya que pueden obstaculizar el progreso y el bienestar de los jugadores.

El aburrimiento puede ser un gran obstáculo en el desarrollo de los jugadores, causado por la repetición constante de ejercicios o la falta de variedad en las actividades de entrenamiento. Esto puede llevar a la desganancia y pérdida de motivación, así que los entrenadores buscan mantener las sesiones de entrenamiento estimulantes e interesantes, implementando desafíos variados y novedosos para mantener su interés y curiosidad.

También hay que tener en cuenta que las tareas que son demasiado simples con relación al nivel de habilidad de los jugadores pueden ser perjudiciales. Enfrentar desafíos insuficientes puede llevar a una falta de interés, ya que los jugadores no se sienten motivados para superar obstáculos. Para no llegar a este punto y mantener un sentido de logro y bienestar, los entrenadores realizan tareas apropiadas que desafían a los jugadores de acuerdo con su nivel de habilidad, con lo que fomentan de gran manera su crecimiento y desarrollo.

Es importante también crear un ambiente relajado y de apoyo que permita a los jugadores jugar sin temor a cometer errores. La presión excesiva puede tener efectos negativos en los jugadores, generando una tensión que inhiba su rendimiento y no consigan disfrutar de la actividad deportiva. En este caso se intenta reducir esa presión todo lo posible, para que de esta forma puedan expresarse con total confianza en un ambiente de bienestar psicosocial.

Los entrenadores enfatizan la importancia de la concentración y la presencia en el momento actual y en la tarea que se está realizando. Esto significa que los jugadores se enfocan plenamente en la actividad que están llevando a cabo, minimizando las distracciones o divagaciones mentales. Al promover la concentración en el presente, se maximiza el aprendizaje de los jugadores, lo que contribuye a un mejor desarrollo personal y deportivo.

5.2 Programa “Ocio Deportivo Inclusivo” del Centro de Tiempo Libre Kambalache

Esta vez nos trasladamos al Centro Deportivo Alberto Maestro para reunirnos con Andrea S, Educadora Social del Centro de Tiempo Libre Kambalache y entrenadora de su programa “Ocio Deportivo Inclusivo”.

La cooperativa de iniciativa social Kairos creó el programa “Ocio Deportivo Inclusivo” para favorecer la inclusión de las personas con discapacidad desde el deporte, promoviendo un mayor desarrollo y normalización.

El proyecto se centra en enriquecer el crecimiento personal de cada participante, promoviendo valores como la cooperación y la solidaridad. Su principal objetivo es fomentar la práctica deportiva en un entorno inclusivo y educativo, donde el deporte se ve como una herramienta motivadora que ayuda a alcanzar una variedad de objetivos tanto individuales como grupales.

El enfoque del proyecto se orienta hacia la eliminación de prejuicios y barreras que a menudo limitan la vida de las personas con diversidad funcional. Ofrece a esta población la oportunidad de participar en actividades físicas y deportivas inclusivas, las cuales les aportan una gran variedad de oportunidades de ocio y socialización, priorizando la colaboración, el aprendizaje conjunto y la capacidad de ayudarse mutuamente.

La participación no solo se limita a personas con discapacidad, sino que también involucra a las personas con un desarrollo típico. Todos ellos tienen la oportunidad de tomar parte en entrenamientos, partidos y torneos.

De esta forma, el enfoque propuesto por esta entidad crea un entorno inclusivo y normalizado, fomentando procesos de interacción entre los asistentes. Además, así se fomenta una mayor integración en la rutina diaria y amplía las posibilidades para que las personas con diversidad funcional forjen relaciones positivas y enriquecedoras con individuos que no forman parte de su círculo más cercano.

Para ello, se establecen coordinaciones con recursos deportivos que incluyen a personas sin discapacidad, priorizando la integración de personas con diversidad funcional en la sociedad. Esto genera oportunidades efectivas de interacción y relaciones sociales en un entorno igualitario en términos de capacidades y habilidades. De esta manera se contribuye a la eliminación de prejuicios y estereotipos, fortaleciendo las redes comunitarias y fomentando la colaboración.

Nuestro encuentro con la entrenadora estaba enfocado en asistir a la sesión y mediante una observación participante estudiar la dinámica del grupo. Éste se reúne todos los viernes por la tarde en el Centro Deportivo Municipal, pero aquel día era especial, pues se trataba del último entrenamiento del curso antes de verano.

El grupo lo componía una gran variedad de personas de diferentes edades y distintos niveles de discapacidad y habilidades. Desde el momento de mi llegada, muchos de los participantes comenzaron a presentarse y a mostrar curiosidad sobre mi persona, queriendo entablar conversación.

Gracias a Andrea, ese día pude colaborar como entrenador, y comenzamos dividiendo al grupo en dos sesiones simultáneas de fútbol y baloncesto.

La mayoría prefirió el baloncesto en primera instancia, donde me incluí y realizamos una sesión de calentamiento. Justo después hice una función de apoyo a la hora de realizar pases y bloqueos a los usuarios, que debían llegar a la canasta y tirar. Cada uno de ellos tenía diferentes habilidades al resto, por lo que había que adaptar la dificultad de la prueba individualmente. Por último, hicimos tres equipos y jugamos un torneo rápido, donde pudieron ejecutar lo aprendido y cooperar con el resto del equipo.

Al llegar a la mitad de tiempo del entrenamiento trasladamos a todos los jugadores de baloncesto al campo de fútbol, donde después de calentar de nuevo, se formaron tres equipos con todos los asistentes de ese día, tanto usuarios como entrenadores. Se jugaron tantos partidos como se pudo hasta que llegó la hora de marcharse, aunque al finalizar faltaba una la parte final de la actividad deportiva de ese día: la reunión de todos los asistentes en el bar del Centro Deportivo para tomar unos refrescos.

En ese momento se forma un ambiente más relajado, en el que tanto usuarios como entrenadores socializan entre ellos en un ambiente inclusivo y sin diferencias. Esta práctica se realiza de vez en cuando al acabar un entrenamiento, y ese día fue muy necesaria ya que muchos de los asistentes iban a dejar de verse durante un tiempo.

Los entrenadores tienen unas pautas y objetivos a seguir que les guían a la hora de organizar y llevar a cabo los entrenamientos, y de esta forma consiguen un resultado óptimo en el desarrollo físico y psicosocial de los atletas.

En el programa “Ocio Deportivo Inclusivo” también tienen ciertas pautas y objetivos con los que orientar los entrenamientos. De esta forma los participantes están más encaminados a conseguir un alto nivel de beneficio tanto individual como colectivo.

5.2.1 Objetivos principales del entrenamiento

Este programa de ocio se dedica a brindar oportunidades a personas con discapacidad para participar en actividades deportivas, en este caso, el fútbol sala.

Su primer objetivo es fomentar la integración social y favorecer la autonomía y el desarrollo personal mediante la práctica del deporte y su disfrute, creando un entorno en el que puedan unirse al equipo y ser aceptadas sin importar sus diferencias. La práctica deportiva se convierte en un medio para romper barreras y fomentar la inclusión a través del fútbol, brindándoles la oportunidad de ganar confianza en sí mismos, tomar decisiones y crecer en un entorno de apoyo. De esta manera las personas con discapacidad pueden empoderarse y poder llevar así, una vida más autónoma e independiente.

Respecto al segundo objetivo, Kambalache se centra en mejorar a nivel técnico, táctico y disciplinario en el fútbol sala, potenciando los valores humanos que fomentan la práctica deportiva inclusiva. El programa busca elevar el nivel de juego del equipo, brindando entrenamientos específicos adaptados a las necesidades individuales de los participantes, lo que les permite mejorar sus habilidades deportivas y disfrutar de la competición.

Además, lo hacen promoviendo los valores humanos en la práctica deportiva. Entre ellos se encuentran la inclusión, el respeto, la deportividad y la colaboración, pues son fundamentales para crear un ambiente en el que todos los miembros del equipo se sientan valorados y respetados.

5.2.2 Objetivos específicos del entrenamiento

- Facilitar la integración social de los usuarios a través de actividades deportivas.
- Potenciar la existencia de relaciones interpersonales e intergrupales sanas.
- Desarrollar y aprender los aspectos técnico-tácticos individuales y grupales de fútbol sala, en situaciones de defensa y ataque.
- Familiarizarse con las habilidades específicas del fútbol sala (pase, recepción, lanzamiento, golpeo, regate, bloqueo, etc.)
- Conocer los aspectos reglamentarios básicos del fútbol sala.
- Fomentar valores como la cooperación, la ayuda mutua, el respeto, la tolerancia, la comprensión, la aceptación y el cumplimiento de reglas.

- Favorecer en los usuarios una mayor iniciativa, autoconfianza y autosuperación.
- Practicar deporte en unas condiciones saludables, incentivando la mejora en su condición física.
- Contactar con otros equipos, permitiéndoles compartir un tiempo agradable practicando deporte y ampliar su círculo de relaciones sociales.
- Participar en una Liga junto con otras entidades, desarrollando sus habilidades y capacidades deportivas y creando un recurso más para la mejora del ocio de los usuarios/as.
- Adquirir y/o mantener unos hábitos adecuados de higiene personal y autocuidado.

5.2.3 Metodología del entrenamiento

La metodología aplicada por la entidad Kambalache en su programa de fútbol sala adaptado para personas con discapacidad está centrado en el bienestar físico, emocional y social de los participantes. Este enfoque se ha adaptado a las necesidades de la comunidad a la que sirve, reconociendo que el movimiento corporal y el esfuerzo físico son cruciales para mejorar su autoestima y autoconcepto.

El núcleo de la metodología se basa en un conjunto de principios sólidos que se han convertido en las bases metodológicas del programa de Kambalache. Entre estos principios, la educación de y para la salud es primordial. El programa se compromete a promover un estilo de vida saludable a través del ejercicio y el deporte, reconociendo que el movimiento es esencial para mantener un cuerpo y una mente en equilibrio. Este se convierte en la guía de los entrenamientos, donde los participantes aprenden a través de la acción y la experiencia.

En las tardes de entrenamiento y los partidos, el juego y el ocio se presentan como elementos educativos fundamentales, donde se utiliza la experiencia deportiva para fomentar un aprendizaje lúdico y cooperativo. Los participantes aprenden la importancia de trabajar en equipo, apoyarse mutuamente y asumir responsabilidades en ese entorno colaboración.

De esta forma, el trabajo en equipo se convierte en un valor esencial que va más allá del campo de juego. Los participantes comprenden que trabajar juntos dentro del equipo es beneficioso no solo para el rendimiento deportivo, sino también para el desarrollo personal y social. De esta forma aprenden a comunicarse, a ser solidarios y a construir relaciones significativas que van más allá de la práctica deportiva.

5.2.4 El Trofeo Kambalache

El día 1 de noviembre de 2023 asistí a la primera edición del Trofeo Kambalache en el colegio Salesianos de Zaragoza, un torneo inclusivo de fútbol sala en el que participaron diez equipos. Entre ellos estaban Kairos, Feaps Rioja, Valentía, Ser Más, Mozarrifar Ilusions, C.D. Atadi, Asapme, Atades y dos equipos de *Special Olympics*. La jornada constó de 16 partidos, los cuales comenzaron a las 10.15 y finalizaron a las 14.30. Durante toda la mañana, además de los partidos, había sesiones de zumba, juegos y pintacaras, todo ello amenizado por un DJ.

El torneo en sí estaba dividido en dos ligas. En la primera liga podía jugar cualquier persona que se quisiera apuntar independientemente del nivel de discapacidad que tuviese, una liga totalmente inclusiva que abarcaba casi toda la participación del evento. Por otro lado, la segunda liga era más competitiva, estaba dispuesta por equipos con un nivel de discapacidad mínimo y altas habilidades futbolísticas. En esta liga se disputó una final para proclamar un ganador, no como en la primera, en la que se jugaron partidos amistosos con un objetivo principal: la recreación inclusiva y socialización.

Los equipos estaban compuestos por jugadores con discapacidad y sin ella, dando lugar a enfrentamientos en igualdad de condiciones, ya que a las personas externas al equipo nos repartieron de forma equitativa.

Fue un gran trabajo por parte de los educadores del Centro de Tiempo Libre Kambalache, pues entre cuatro personas, entre las que se encontraba Andrea S. y una gran cantidad de voluntarios, pudieron organizar y realizar este gran evento con muy buenos resultados.

"Ha sido un gran esfuerzo llevarlo a cabo, pero ha merecido la pena por la satisfacción de lograr un torneo totalmente inclusivo".

Ana Martínez, coordinadora de Kambalache

El nivel de acogida fue enorme, con una asistencia de más de 250 personas entre jugadores y familiares. Desde hace tiempo se realizan torneos y partidos entre los equipos existentes, pero este se trata del primer torneo inclusivo con estas características. Además, nos sorprendió la asistencia de la alcaldesa, la plantilla del equipo femenino de Sala Zaragoza, representantes de las empresas patrocinadoras y otras celebridades.

El ambiente que allí se respiraba era muy acogedor, se notaba que todas las personas que asistieron venían a divertirse. Más que un torneo de competición era un evento inclusivo, donde todos los asistentes acudieron a disfrutar del deporte en compañía de su círculo más cercano, ya sea familia o amigos, y a la vez relacionarse con personas nuevas y conocer gente en un ambiente sin prejuicios ni actitudes discriminatorias.

Desde el primer momento se podía ver el sentimiento de unidad que significa pertenecer a un equipo, además de que la competitividad en los momentos de los partidos era notable y cada uno dio lo mejor de sí mismo por su plantilla. Eso sí, fuera del campo casi todos estaban muy dispuestos a socializar. Recuerdo que nada más entrar y conocer a mi equipo, comenzaron a tener curiosidad hacia mí, preguntándome muchas veces si yo era bueno o era malo. Tras salir del vestuario y empezar a ver un partido desde detrás de una valla, dos usuarios de otro equipo a los que no conocía de nada me vinieron a saludar con mucha naturalidad, me dieron la mano, estuvimos hablando un rato y se despidieron deseándome suerte. Además, al asistir el equipo de *Special Olympics*, pude volver a ver a varios de los jugadores con los que había entrenado previamente, los cuales me vinieron a saludar al visualizar mi presencia.

Después de que me colocasen en el equipo de *Ser Más – El Gancho CF*, jugamos nuestros dos partidos de los cuales salimos victoriosos, posicionándonos como el equipo con mejores resultados de los encuentros amistosos. Al finalizar fuimos todos al pabellón a ver la final de la liga superior competitiva y posteriormente se realizó la entrega de premios.

Como cierre positivo del evento, a todos los participantes se nos entregó una medalla y un regalo, con el objetivo de valorar la participación de cada jugador y aportándonos un símbolo tangible de una contribución al espíritu amistoso y deportivo del torneo, independientemente del resultado de cada partido.



6. DISCUSIÓN

En esta sección abordaremos los resultados obtenidos a través de la participación y observación en las actividades deportivas anteriormente descritas, y procederemos a compararlos con el marco teórico del proyecto. Las experiencias en *Special Olympics* y el programa de “Ocio Deportivo Inclusivo” del Centro de Tiempo Libre Kambalache nos proporcionaron una amplia visión de la inclusión deportiva para personas con discapacidad, especialmente en el ámbito futbolístico.

En el marco teórico exploramos conceptos como la importancia de la inclusión, la promoción de la autonomía y el papel del deporte como herramienta motivadora. Se expone también la necesidad de eliminar las barreras y prejuicios que limitan la plena participación de las personas con discapacidad, pues tras muchos avances en este aspecto, aún es necesario derribar algunos muros que siguen en pie. De tal forma, estos elementos se utilizarán a la hora de evaluar y comparar las experiencias recopiladas.

En primer lugar, vamos a centrarnos en las dinámicas que siguen ambos programas, relacionándolas con sus objetivos y metas. Éstas comparten una visión común centrada en la integración social y el desarrollo personal a través del deporte. Las entidades, actuando por medio de los entrenadores, se dedican a crear entornos inclusivos donde las personas con discapacidad pueden divertirse sin sentirse juzgados, socializar con una gran cantidad de personas amantes del fútbol y desarrollar sus habilidades tanto físicas como psíquicas.

En cuanto a la integración social, tanto *Special Olympics* como el Centro de “Ocio Deportivo Inclusivo” buscan construir comunidades donde la diversidad es bienvenida y donde cada individuo, independientemente de sus habilidades, se sienta socialmente aceptado. Otro punto a tener en cuenta de los objetivos comunes es el del desarrollo técnico y táctico en la práctica futbolística, ya pues también se aspira a mejorar la habilidad de los jugadores, tanto de manera individual como en equipo. A estas sesiones acuden personas con cualquier tipo de discapacidad entre las que están tanto la física como la intelectual, psicosocial, auditiva o visual, y por ello los entrenamientos están adaptados a las necesidades individuales de cada uno.

Impulsados por la actitud de las entrenadoras y los coordinadores de las actividades, se promueven valores humanos como el respeto, la deportividad y la colaboración, pilares base en el mundo del deporte, pues sirven para crear el ambiente idóneo para un óptimo disfrute de la actividad.

Podemos observar que las interacciones que se realizan en los entrenamientos y en los torneos fortalecen los lazos sociales de todo el conjunto. En estos eventos se crean gran cantidad de oportunidades para que todas las personas que asistan construyan relaciones e interactúen con otros individuos que no forman parte de su círculo social mas cercano. El Trofeo Kambalache ofrece la mejor oportunidad que nos brinda el deporte a la hora de superar las barreras del estigma y el prejuicio hacia lo diferente. La construcción de identidades, el simbolismo de pertenencia a un equipo y el impacto positivo en el desarrollo personal se pueden asociar directamente con las teorías examinadas en el marco teórico. En este lugar se crea un ambiente festivo enfocado en la práctica deportiva y la inclusión, donde se juntan tanto jugadores con discapacidad como sin ella, familiares, amigos e incluso ciertas celebridades que acudieron a apoyar el evento. El valor de la participación se enfatiza con la entrega de medallas a todos los asistentes, un buen gesto que reconoce la contribución y el valor de cada participante, independientemente del resultado obtenido. Desde una perspectiva antropológica podemos observar la construcción de identidades dentro de un equipo de fútbol. Quien haya jugado mínimamente a un deporte de equipo sabrá lo cerca que se siente ese símbolo de unidad e identidad colectiva, sobre todo cuando llega el momento de demostrar tus habilidades contra un equipo rival.

El desarrollo personal del individuo es un foco al que las entidades que crean proyectos inclusivos prestan mucha atención. Éstas experiencias deportivas buscan empoderar al atleta en cuerpo y mente, influyendo de forma directa en su desarrollo psicosocial. En este ambiente de apoyo se les brinda la oportunidad de ganar confianza en sí mismos, tomar decisiones y llevar una vida más autónoma.

Los jugadores sienten una sensación de logro y satisfacción cuando van completando ciertos objetivos y metas en el campo. Bajo mi punto de vista se trata de un aspecto clave en la relación del deporte con el ámbito psicosocial de las personas con discapacidad, pues ciertamente los usuarios están atados de forma cotidiana a una gran cantidad de limitaciones, estigmatización o discriminación a causa de sus diferencias. La experiencia deportiva actúa como un espacio donde pueden destacar, un lugar en el que reciben un respaldo emocional positivo muy fundamental para su salud mental y desarrollo individual. Independientemente de su habilidad futbolística se brinda un alto nivel de reconocimiento y apoyo, con el que los participantes sienten que sus esfuerzos son valorados y celebrados. Este apoyo se recibe tanto de los propios compañeros como de los entrenadores, con los que se acaba construyendo un sentido de comunidad y pertenencia.

Por último, me gustaría reivindicar la presencia del Trabajador Social en el ámbito del deporte ya que se encuentra muy poco generalizada en la sociedad. Durante mi participación en la dinámica deportiva de los programas, no tuve la oportunidad de conocer a ningún Trabajador Social relacionado con la actividad, solamente me encontraba con Educadores Sociales y entrenadores. En mi opinión se trata de una figura necesaria en prácticamente todos los aspectos de la vida y precisamente su presencia en el deporte es muy escasa.

Principalmente considero esta profesión de gran utilidad a la hora de abordar las necesidades emocionales y psicosociales de los jugadores, ofreciendo apoyo en sus problemas de desarrollo personal y social.

También es muy importante el apoyo familiar en cuanto a la gestión de recursos, donde se puede abordar tanto los aspectos emocionales como logísticos y administrativos. Existe un campo en el que es muy necesaria la intervención y, sin embargo, carece de ella. Se trata de la violencia verbal excesiva de los padres de los jóvenes en las gradas. Estas maneras de actuar perjudican tanto a los hijos futbolistas como a la organización, aunque a los clubes lo único que les importa es que éstos paguen la cuota pertinente. En esta situación el trabajador social podría tomar cartas en el asunto y reconducir la furia y prepotencia de estos individuos hacia otras actitudes más sosegadas, con el propósito de que lleguen a comprender el fútbol de una manera diferente.

7. CONCLUSIONES

En el cierre de este proyecto me doy cuenta de que he pasado por un pequeño viaje tanto personal como profesional. Me he sumergido en el mundo del deporte y he explorado la influencia del fútbol adaptado en la psique de las personas con discapacidad. Bien es cierto que había trabajado con ellos previamente en otras circunstancias, pero fue gratificante ver el poder transformador del deporte, el sentimiento de unidad que crea y la fuerza que tiene para derribar fronteras.

Este estudio deja claro que el fútbol, por encima de la actividad física y la competición, tiene la capacidad de influir positivamente en el bienestar individual y social, con el que poder adquirir autoconfianza y construir lazos sociales. Para una persona con discapacidad, desarrollarse en un ambiente con un alto grado de apoyo y facilidades para disfrutar del deporte es algo verdaderamente importante.

Lograr la plena inclusión de las personas con diversidad funcional es un noble objetivo en el que estamos trabajando, y gracias a proyectos como el Torneo Kambalache se fomentan y normalizan los entornos inclusivos, orientados a construir comunidades tan empáticas como equitativas.

Por último, citaré a mi tutor del TFG Luis Cantarero; psicólogo, Doctor en Antropología social y cultural y profesor titular de la Universidad de Zaragoza. En este apartado se expone la relevancia que tiene el fútbol como herramienta para el desarrollo psicosocial y educativo, una cuestión que podemos asociar directamente con los objetivos y valores de los programas inclusivos analizados en nuestro proyecto.

“Cuando hablamos de rendimiento me refiero a algo mucho más amplio que el resultado del domingo. En el fútbol profesional nuestro trabajo sí que lo tiene que tener presente, pero en el fútbol amateur -base- nuestro papel en el desarrollo psicosocial y educativo de los futbolistas es importante; desarrollo que puede llegar a ser sobresaliente y sobrepasar con creces los beneficios materiales y simbólicos que derivan del profesionalismo. Nuestro trabajo ha de contribuir a la formación de una subjetividad «sana» ayudando al proceso de construcción de un sujeto libre, feliz, que posea un sentimiento íntimo de bienestar con capacidad para disfrutar jugando, que ame la práctica del deporte y del fútbol.

En definitiva, sabemos que el fútbol es una metáfora de la vida, lo que aprendemos practicándolo se proyecta en el día a día. De ahí que el trabajo psicológico en este contexto, planteado desde una posición teórica y metodológica reflexionada, haya de contribuir al desarrollo de una apropiada mentalidad para practicar este deporte.”

Cantarero, L. (2013)

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (2023) CTL Kambalache. En *Kairós Cooperativa de Iniciativa Social*. Recuperado de <https://kairos.coop/ctl-kambalache/>
- (2023) ¿Qué significa deporte inclusivo? En *Olimpiadas Especiales*. Recuperado de <https://www.olimpiadasespeciales.org/blog/que-significa-deporte-inclusivo/>
- (2023) Special Olympics Aragón. En *Special Olympics Aragón*. Recuperado de <http://specialolympicsaragon.es/>
- Cantarero, L. (2020). *¡Cállate papa! Padres y violencias en el fútbol industrial*. (1ª Ed.) Pregunta Ediciones.
- Cantarero, L. (Ed.). (2013). *Psicología aplicada al fútbol: Jugar con cabeza*. UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA.
- Gamonales, J. M. (2020). Fútbol para personas con discapacidad. *Catálogo de investigación joven en Extremadura. Volumen III*.
- García Collazo, C. (2018). Estudio sobre el significado otorgado a la participación en una iniciativa de fútbol profesional para personas con discapacidad intelectual.
- Martínez, J. M. A. (2011) *El deporte adaptado: Historia, práctica y beneficios*.
- Rivas, D. S., & Vaíllo, R. R. (2013). *Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad*. Paidotribo.
- Robles Luján, D. (2023) Las diez reglas básicas de fútbol (Oficial). *Ojo*. Recuperado de <https://ojo.pe/deportes/las-diez-reglas-basicas-de-futbol-noticia/>
- SOCIAL, G.E.T. (2012). *¿ El Trabajo Social puede utilizar el deporte como herramienta de intervención?* (Doctoral dissertation, Universidad de Zaragoza).
- SOCIAL, G. E. T. (2012). *Trabajo Social y Deporte* (Doctoral dissertation, UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA).