

L'esport per atendre la diversitat: esport adaptat i esport inclusiu

Francisco Javier Hernández Vázquez

*Professor titular de Fonaments i Didàctica
de l'Educació Física Especial*

Paraules clau

esport adaptat, esport inclusiu, esport per atendre la diversitat, classificació de l'esport adaptat

Abstract

Introduction to adapted sport (brief historical notes, concepts, functions, context...) Sport in the face of adversity as a concept, which includes adapted sport and inclusive sport. Sport in the face of adversity as a sporting demonstration, which cares for the people, who are not included in the social circle. These people are associated with these factors: physical, psychological, sporting achievement, social-economic, ethnic-cultural, etc. Finally, an orientative classification on the different people who practise sport, with relation to the associated factors they present, and to make sport satisfy heterogeneous groups, with special needs in the two main perspectives which are adapted sport and inclusive sport.

Resum

Introducció a l'esport adaptat (breu ressenya històrica, concepte, funcions, context ...). L'esport per atendre la diversitat com a concepte que acull l'esport adaptat i l'esport inclusiu. L'esport per atendre la diversitat com la manifestació esportiva que atén a les persones que no estan incloses en l'àmbit social. Aquestes persones estan associades a factors físics, psíquics, rendiment esportiu, socioeconòmics, ètnico-culturals, etc. Per últim, una classificació orientativa sobre les diferents persones que fan esport, d'acord amb els factors associats que presenten, i fan que l'esport satisfaci a grups de població heterogènia, amb necessitats especials, en les seves dues perspectives principals que són l'esport adaptat i l'esport inclusiu.

Evolució de l'esport adaptat Contextualització

Els Jocs Paralímpics constitueixen el màxim exponent mundial de l'esport d'alta competició practicat per persones amb disminucions físiques, sensorials i amb limitació intel·lectual. Després dels Jocs Olímpics representen l'esdeveniment esportiu internacional més important, pel que fa a la seva complexitat, durada i nombre de participants.

Hi ha dues versions etimològiques al voltant de la paraula "Paralímpica". L'atribuïda al Dr. Guttman en la qual presumiblement va utilitzar el disíl·lab "para" de "paraplèjico" per determinar la paraula Paralímpica, o bé la que s'atribueix a la intencionalitat de fer una olimpíada paral·lela als "Jocs Olímpics" (després de la negativa del COI per fer servir les dues paraules Jocs Olímpics).

Així com l'esport olímpic està coordinat pel COI, l'esport paralímpic està controlat i coordinat per la ICC (International Coordinating Committee of World Sports Organizations for Disabled), des de la seva creació l'11 de març de 1982 fins els Jocs Paralímpics de Barcelona a partir dels quals la nova denominació és IPC (International Paralympic Committee).

Tots els esportistes que participen en els Jocs Paralímpics estan integrats a les Federaciones Internacionales, segons les disminucions que els afecten i les federacions estan integrades la IPC, actualment organisme responsable de promoure l'esport paralímpic.

pic, i en definitiva l'impulsor del moviment paralímpic. Les diferents Federacions Internacionales que participen segons les sigles són: Associació internacional d'esports per a persones amb paràlisi cerebral (CP-ISRA), Federació internacional d'esport en cadira de rodes de Stoke Mandeville (ISMWSF), Associació internacional d'esports per a cecs (IBSA), Federació internacional d'esports per a persones amb disminució que inclou a persones amputades i persones amb altres alteracions (ISOD), Organització internacional per al desenvolupament de l'esport per a persones amb disminució psíquica (Special Olympic), Comitè internacional d'esports per a persones sordes (CISS) i Federació internacional d'esport per a persones amb disminució psíquica.

Alguns autors interpreten com a antecedents històrics de l'esport adaptat l'inici de la pràctica d'exercicis terapèutics. Malgrat tot, l'esport adaptat sistemàticament practicat el situem el 1918 quan un grup de mutilats de guerra, de nacionalitat alemanya, troben en la practica esportiva una via per superar les terribles seqüeles de la contesa. A Glasgow, al 1932 es crea la primera associació de golfista d'una sol braç. El febrer de 1944, clau històrica en l'esport adaptat i en el moviment paralímpic, es funda el Centre de Lesions Medul·lars (Stoke Mandeville/Alesbury/Anglaterra). Els primers anys les persones que accedeixen al centre presenten lesions medul·lars a causa de lesions produïdes a l'exèrcit com a conseqüència de la guerra mundial. Acostumats a la disciplina i amb plena confiança en el Dr. Guttman els disminuïts se sotmetien a pràctiques esportives regulars a la qual cosa li concedien gran protagonisme i importància. Els resultats no es van fer esperar i la majoria dels disminuïts reconeixien els seus beneficis físics, psíquics i socials.

Històricament, el dia 28 de juliol del 1948, representa l'inici de la institucionalització de l'esport adaptat. En aquesta data s'inauguren els Jocs d'Stoke Mandeville, com a antecedent dels Jocs Paralímpics. Els èxits obtinguts converteixen el Dr. Guttman en el principal impulsor del moviment esportiu

per a persones amb disminució física i en definitiva de l'esport adaptat.

Les Paralímpiades

Des de l'Olimpíada de Roma (1960), es van alternar els Jocs Olímpics amb els Jocs Paralímpics i es va fer servir la ciutat organitzadora dels Jocs Olímpics. En principi aquesta era la idea, però no la realitat, ja que en els Jocs Olímpics de Mèxic, per raons de caràcter organitzatiu no serà aquesta la seu dels Jocs Paralímpics i ho serà la ciutat de Tel-Aviv. En els Jocs Olímpics de Munich (1972) els Jocs Paralímpics van anar a celebrar-se a la ciutat d'Heidelberg. El comitè olímpic canadenc en els Jocs Olímpics de Montreal tampoc va acollir els Jocs Paralímpics, que es van desenvolupar a Toronto (1976). En els Jocs Paralímpics de Toronto es van practicar per primera vegada esports per a persones amputades i amb disminució sensorial. Moscou (1980) no va organitzar la Paralímpiada i va ser a la localitat d'Arnhem el lloc on es van desenvolupar els IV Jocs Paralímpics. En aquesta Paralímpiada se sumen les Federacions internacionals esportives de persones Invidents (IBSA), i la Federació internacional de persones amb paràlisi cerebral (CP-ISRA) al moviment paralímpic. El 1982 es crea la

ICC, la qual proporciona un fort impuls a les Federacions internacionals d'esport adaptat. Els VII Jocs Paralímpics se celebren a Nova York i Stoke Mandeville (1984) organitzats per la ICC. Els VIII Jocs Paralímpics de Seül (1988), van ser els més importants fins ara. Es va utilitzar una seu paralímpica (residència per als esportistes) per primera vegada a la història dels Jocs Paralímpics. Els IX Jocs Paralímpics a Barcelona van tenir un gran èxit. L'organització i el voluntariat van estar a un gran nivell. El lema "Esport sense límits" el logotip de la "Petra" i la participació dels esportistes junt amb l'assistència de públic van donar a aquestes paralímpiades, en el seu conjunt, una alta valoració respecte a les anteriors i posteriors (Jocs Paralímpics d'Atlanta). En principi, si no hi ha cap modificació d'última hora, les pròxims Jocs Paralímpics se celebraran a Sidney. Esperem que aquesta ciutat prengui el relleu del bé fer i mostri la cara més positiva dels Jocs Paralímpics.

Referències generals sobre les diferents modalitats esportives adaptades i inclusives

Les diferents modalitats esportives es fan amb la intencionalitat de descriure en pri-



mer lloc la població implicada en aquesta practica esportiva. Normalment els esports adaptats tenen variacions més o menys importants d'acord amb les persones que els practiquen. Les variacions més importants es donen en els esports per a persones amb disminució física i psíquica i amb un grau d'afectació elevat. No solament aquesta és la raó per la qual l'esport adaptat té una més gran rellevància en aquestes persones sinó perquè també està organitzat en Federaciones Esportives, Clubs i Associacions que li garanteixen uns mínims per a una practica esportiva confortable i amb uns mínims de seguretat i qualitat.

Precisament –per complir amb els objectius del nostre plantejament– considerem que la nostra classificació de modalitats esportives la fem amb aquesta visió global necessària on es contempli tota la població implicada. Per tant, els esports adaptats, en definitiva els esports per atendre la diversitat, els classifiquem en: esports per a persones amb disminucions associades a factors físics (fisiològiques, motrius estables, motrius inestables i sensorials); esport per a persones disminuïdes associades a factors psíquics (limitació intel·lectual i trastorn mental); esport per a persones associades a factors socioeconòmics de risc (inadaptació social ...), esport per a persones associades a factors ètnico-culturals i geogràfics depri-mits (ètniques, entorns geogràfics diferenciats...); esport per a persones associades a persones amb baix rendiment motriu. És possible que una classificació de les característiques que plantegem pugui ser discutible però no hi ha dubte que la finalitat d'aquesta classificació és orientar sobre la diversitat d'opcions de persones que poden practicar esport i poden arribar a necessitar una atenció singular (taula 1).

Introducció esport adaptat i esport inclusiu

L'esport per a persones amb disminució es denomina normalment esport adaptat. L'esport adaptat presenta característiques específiques diferents a altres tipus d'es-

ports i aquest apartat descriu una sèrie de paràmetres d'aquest esport (concepte, context, funcions, models d'integració), per acabar amb l'esport per atendre la diversitat i fer una proposta diferent sobre els factors i procediments facilitadors d'aquesta atenció a la diversitat en l'esport.

Justifico aquest ordre d'exposició per la necessitat de descriure l'esport adaptat en la seva justa mesura i no fer una anàlisi superficial de l'esport per a persones amb disminució. En aquest sentit destaquem la importància, no solament de l'esport adaptat, sino també de l'esport inclusiu i de l'esport per atendre a la diversitat.

D'acord amb el subjecte que el practica, l'esport "canvia els seus cognoms" o bé pren diferents denominacions. Quan les persones que practiquen l'esport presenten una determinada disminució, pren el nom "d'esport adaptat". Quan aquesta disminució els impossibilita per fer l'activitat esportiva amb plenitud, però d'alguna forma el practiquen junt a persones que no presenten minusvalidesa, duen a terme "l'esport inclusiu". En definitiva, l'esport que practiquen les persones amb disminucions i les persones amb necessitats associades a factors socioeconòmics, ètnico-culturals i de baix rendiment esportiu, quan es troben en contextos normalitzats pren la denominació "d'esport inclusiu".

Finalment, quan l'esport es practica respectant les mateixes regles i en condicions que no presenten adaptacions, estem descrivint l'esport al que habitualment es refereix la població, els mitjans de comunicació, l'administració, etc., i que aquí denominem esport normalitzat per distingir-lo de l'altres denominacions. L'esport adaptat i l'esport inclusiu són els models d'esport per atendre la diversitat, són processos, en definitiva per adquirir la normalització esportiva.

Concepte d'esport adaptat

Les diferents adaptacions que es fan en l'activitat físic-esportiva perquè aquestes persones disminuïdes puguin practi-

car-la són el que coneixem com a esports adaptats.

L'esport adaptat presenta una sèrie de característiques, entre les quals destaquem: regles adaptades, subjectes que presenten dismotricitat, tendència de les modalitats esportives a transformar-se en esports específics, adaptació a determinades edats evolutives, etc.

Bàsicament l'esport adaptat pren aquesta denominació per l'adaptació de les regles esportives i per les persones que presenten dismotricitat. A més, d'aquestes característiques fonamentals, no hem d'oblidar que determinats esports per a persones amb disminució tenen elements específics i estan configurats com a esports amb identitat pròpia, com són per exemple: goolball (cecs), boccia (paràlisi cerebral) i hoquei interior (disminuïts psíquics).

També es denomina esport adaptat el que practiquen els nens o bé les persones en edat avançada, per les adaptacions que es fan en el reglament. Hi ha d'altres aspectes importants per diferenciar l'esport adaptat com la instal·lació, el material, el transport, el nombre d'esportistes, l'entorn, etc., que tenen el seu caràcter diferenciador i la seva importància per descriure-ho.

Concepte d'esport per atendre la diversitat

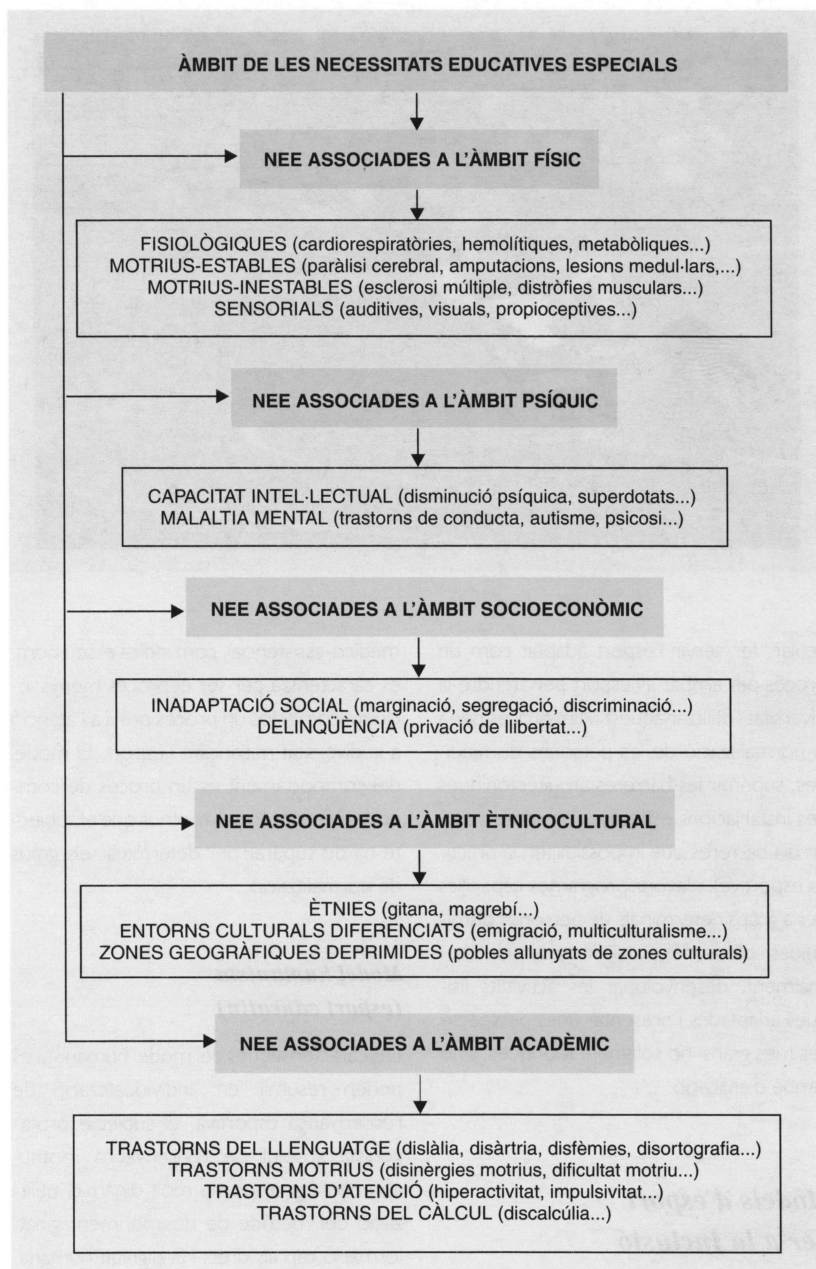
Cal conceptualitzar el terme diversitat, en primer lloc, abans de plantejar l'esport per atendre la diversitat. La paraula diversitat comença a descriure's en els anys 1990 i es consolida com a terme, encara que no com a realitat, en els anys 1999. La diversitat en l'esport, ara com ara, és en general un concepte que s'aplica com a assimilació o sigui, atendre a un determinat fet o circumstància d'una persona disminuïda o amb necessitats especials dintre d'una activitat físic i esportiva. La diversitat és ja un objecte prioritari d'estudi en diferents àmbits escolars, laborals, socials, etc., però per determinades raons no es realitza l'aproximació desitjada –en la pràctica– al concepte de diversitat en l'esport.

L'aplicació de la diversitat en l'esport es troba en aquest estat inicial, accidental i confús, d'igual manera es troba el procés a l'escola, en el món laboral, etc. Avui el concepte de diversitat com a assimilació no satisfà a ningú. És per això que la problemàtica de la diversitat continua estant permanent en diferents contexts; i d'aquí que la nostra proposta vagi encaminada a plantejar que la diversitat sigui entesa com a inclusió, un terme més generós i que s'identifica més amb la realitat que pretenem. En definitiva l'evolució del concepte de diversitat com a inclusió és tractar a la persona diversa que no està integrada. En aquest concepte se situen des de les persones amb problemes de rendiment esportiu fins a les persones amb disminució. En l'àmbit de l'esport per atendre la diversitat, per tant, descriurem "l'esport *inclusió*". Aquest esport inclusió es pot conceptualitzar "com si fos un procés" en el qual s'han d'optimitzar diversos factors (factors històrics i de situació) que faciliten que les persones disminuïdes o amb necessitats especials iniciïn o bé desenvolupin l'esport en termes pròxims a la normalitat.

Esport adaptat.

Context

Ara com ara la terminologia sobre l'esport posa un accent important "en els cognoms" i això, possiblement, més que explicar i aclarir produeix confusions notables (esport recreatiu, terapèutic, etc.). Quan l'esport es contextualitza en un "entorn determinat" estem descrivint una forma d'esport. Així, descrivim a l'escola, l'esport educatiu; a l'hospital, l'esport terapèutic; en les federacions, l'esport competitiu; en el temps lliure, l'esport recreatiu; etc. La importància de l'esport adaptat ve determinada per les seves finalitats i aquestes poden resumir-se en una expressió: "l'esport adaptat és un fenomen que millora la qualitat de vida de les persones en situació de desavantatge físic, psíquica, sensorial, de privació cultural, ...". Els aspectes que caracteritzen aquest fenomen són la transcendència de l'esport en aquestes persones disminuïdes, el dret a



Taula 1.

l'esport com un principi que recull normes bàsiques d'higiene, el coneixement social dels problemes i l'intent de superar l'adversitat en les persones disminuïdes a través de diferents mitjans. Entre altres, l'esport és un procediment més per millorar la qualitat de vida d'aquestes persones. L'esport adaptat pot tenir entre altres fins: formar hàbits d'higiene física, desenvolupar "la performance" de la persona disminuïda, augmentar les relacions socials, etc., però el

que caracteritza l'esport adaptat és que transcendeix al fet esportiu convertint-se en fenomen minoritàriament social.

Esport Adaptat. Funcions

L'esport adaptat desenvolupa una sèrie de funcions que cal citar: sensibilitzar la societat sobre els problemes dels minusvàlids en general i sobre la pràctica esportiva en par-



ticular, fer servir l'esport adaptat com un procés per arribar a l'esport per atendre la diversitat i utilitzar aquest últim procés per a la normalització de les persones disminuïdes, suprimir les barreres arquitectòniques (les instal·lacions esportives presenten avui en dia barreres que impossibiliten la pràctica esportiva), afavorir programes específics per a grups determinats de persones disminuïdes i oferir més possibilitats de pràctica, i finalment, desenvolupar les activitats físiques adaptades i presentar unes perspectives més grans no solament teòriques, sino també d'aplicació.

Models d'esport per a la inclusió

La diversitat mitjançant l'esport és un procés que pot presentar diversos models, entre altres: humanístic-esportiu, mèdico-assistencial i del comportament. El model humanístic es conceptualitza com un procés on la persona amb necessitats especials associades a diferents factors (físics, psíquics, socioeconòmics, ètnico-culturals i de rendiment esportiu), es troba present en l'àmbit de l'activitat físico-esportiva, i és la seva protagonista absoluta. Aquest model representa un concepte de "atendre la diversitat = inclusió" és el més representatiu per a nosaltres dels models que presentem. El model

mèdico-assistencial, com indica el seu nom, es caracteritza per ser el procés menys inclusiu, com si fos un procés previ a l'atenció a la diversitat mitjançant l'esport. El model del comportament és un procés de comportaments esportiu-motrius que el subjecte ha de superar per determinar els graus de normalització.

Model humanista (esport educatiu)

Les característiques del model humanista es poden resumir en: individualització de l'ensenyança esportiva, el subjecte protagonista absolut de l'ensenyança motriu, aprenentatge esportiu molt dinàmic, utilització del mètode de descobriment guià, formació cap als drets i la dignitat humana, socialització, respecte a ser diferent, modificació del paper del professor, entrenador, monitor, etc., facilitar l'afecte, la llibertat i seguretat. En la mesura de les nostres possibilitats hem de potenciar mitjançant l'esport les habilitats socials des de criteris d'acceptació, responsabilitat, col·laboració, cooperació, etc.

Model mèdico-assistencial (esport terapèutic)

El model mèdico-assistencial té com a característica fonamental que qualsevol malal-

tia o necessitat especial té una causa específica, i per tant, es pot curar si es tracta adequadament.

Anticipant-se a les influències nocives del medi es poden evitar molts trastorns; en aquest sentit s'inicia una feina preventiva important, amb la millora, a més a més, de les institucions sanitàries, l'assistència i aparició de la medicina comunitària entre les característiques fonamentals de la qual es troba: la sectorització, l'èmfasi en les tècniques de rehabilitació (entre les quals l'esport i diverses tècniques motrius d'intervenció), l'orientació preventiva, interdisciplinarietat, etc., la qual presenta problemes d'ajustament per al seu bon desenvolupament que afavoreixen en general una millor rehabilitació.

Model del comportament (esport educatiu-esport programat)

Aquest model representa els sistemes d'organització individualitzats, els sistemes d'instrucció individualitzats i els mitjans materials i recursos tècnics. Aquest enfocament sistemàtic i del comportament dels sistemes d'organització individualitzats en l'ensenyança esportiva –avaluació inicial, objectius, avaluació final– comporta canvis en la utilització d'aquest model: Al poliesportiu, canvis en l'organització, en el material, en els diferents ritmes d'aprenentatge, etc. En segon lloc, aquest model representa els sistemes d'instrucció basats en l'ensenyança esportiva programada i complementada per l'organització del procés en programes informàtics establerts. En tercer lloc, la introducció de recursos tècnics que facilitin l'aprenentatge motriu i compensin parcialment o completament els dèficit. A través de tècniques motrius d'intervenció es modifica l'estructura motriu (coordinació, equilibri, força, relaxació, etc.), i consegüentment la millora d'habilitats esportives, la disminució de les conductes d'indisciplina mitjançant el reforç i l'extinció, l'eliminació de comportaments disruptius mitjançant lloances, augment d'interaccions socials, modificació de comportaments indesitjables en esportistes etiquetats –emocionalment alienats– fent servir l'extinció de les

respostes inadequades i el reforç de les respostes adaptatives. A més a més dels models proposats hi ha d'altres models o bé la combinació dels models descrits, que en produeixen d'altres nous.

L'esport inclusiu a l'esport normalitzat

L'optimització del procés dels programes esportius té com a finalitat la normalització. Aquest procés és possible i necessari quan la disminució o la necessitat especial és lleu i difícilment realitzable quan la necessitat especial és una greu afectació.

Perquè l'atenció diversitat en l'esport es desenvolupi cal que els factors de situació s'optimen. En una certa mesura, els factors històrics són difícils de millorar perquè són els aspectes previs pels quals tota persona passa a la seva evolució individual. En qualsevol cas, és important descriure'ls per determinar quins són els factors a valorar en la persona que presenta disminució. És imprescindible, també, identificar els factors de situació per determinar quines poden ser les possibles millores i aquesta observació i millora facilitarà un marc de referència més objectiu.

Cap un model inclusiu a través de l'esport

Encara que el procés d'esport adaptat té la seva finalitat, context, funcions específiques, etc., el seu desenvolupament es va consolidant a través d'estructures federatives, estructures competitives d'alt nivell (paralimpiada), oci, etc.

L'esport inclusiu es troba en una evolució inicial i confusa; d'aquí la importància d'iniciar aquest procés per desenvolupar l'esport per atendre la diversitat. Entre els models assenyalats anteriorment podem situar-nos en un model humanista-comportamental. Entenent aquest model com un procés per incloure al subjecte mitjançant l'esport, superant uns determinats patrons esportiu-motrius i centrant l'atenció en el subjecte com a màxim protagonista i sent

admès en l'esport amb en el grup sense cap tipus de marginació, segregació, o discriminació.

De manera reincident direm que aquesta inclusió mitjançant l'esport no pot, ni ha de ser, assimilació: elimina la identitat d'aquell a qui es pretén incloure. Per aquest motiu és més real descriure i definir el procés com a inclusió, ja que aquest terme respon a la introducció del subjecte amb les seves qualitats i les seves capacitats i no a "tenir-lo exclusivament".

Factors facilitadors per incloure les persones a través de l'esport

Una vegada definit el model conceptual ¿Quins serien els factors per a l'admissió en l'àmbit de l'activitat física i esportiva? En primer lloc assenyalarem els factors històrics i en segon lloc descriurem i analitzarem els factors de situació que són els factors predisponents de la inclusió esportiva.

L'anàlisi dels factors històrics són les condicions que ajuden a diagnosticar les diferents dimensions que valoren a l'individu en els diferents àmbits del seu passat. Així podem citar factors històrics com edat, intel·ligència, sexe, patologies, accidents, fracàs escolar, raça, ètnia, cultura, etc.

En segon lloc podem descriure els factors de situació com els que descriuen el context, la situació on es produeix l'esport i les circumstàncies presents en el moment (temps i espai).

El model explicatiu a seguir ve determinat per l'esquema de les diferents disciplines que intervenen en l'esport inclusiu i per extensió de qualsevol activitat física que l'ésser humà pugui dur a terme. Entre aquestes disciplines podem analitzar la biomecànica, biològica, psicològica, sociològica, etc.". Totes formen part de qualsevol activitat física i sempre que realitzem una feina motriu aquesta serà a la vegada una resposta "biomecànica, biològica, psicològica, etc. Per tant, els factors de situació i també històrics formen part de cada una d'aquestes dinàmiques.

La perspectiva biomecànica estudia el desplaçament, la perspectiva biològica allò reactiu, la perspectiva psicològica el que es percep i l'estructura motriu estudia els elements motrius que actuen en qualsevol activitat física.

Exposat el model a seguir, podem deduir que l'atenció a la diversitat mitjançant l'esport presenta una perspectiva biomecànica, entre altres, i ubicada en aquesta dinàmica és on es troben factors com la gravetat, les forces centrífugues, la base de sustentació, etc. Sabem que en l'ésser humà la millora de la seva línia de gravetat facilita la prevenció de les alteracions de les positures, de la mateixa manera que la base de sustentació. Tots aquests factors faciliten equilibris motrius correctes i això predisposa a una millora en el procés d'integració esportiva.

Des de la perspectiva biològica, podem citar, per realitzar el procés de l'esport integració, els següents factors: la durada de l'estímul, la intensitat de l'estímul, els òrgans dels sentits, l'adaptació, etc. L'optimització ve determinada per tècniques com l'estimulació sensorial, aprenentatge primerenc, etcètera.

Des d'una perspectiva psicològica presenta factors com nombre d'assaigs, complexitat, pràctica massiva, regularitat, probabilitat, inhibició, etc. La millora d'aquests factors facilita la percepció motriu i la millora d'aquesta percepció el desenvolupament del procés d'integració.

Des d'una perspectiva socio-antropològica són factors: la residència (país, ciutat, poble, barri, etc.), transport (eliminació de barres arquitectòniques, ajuda a les relacions socials, etc.) afavoreixen d'igual manera les altres dinàmiques la integració social.

Des d'una dinàmica no bàsica, ubicada en el concepte d'estructura motriu (equilibri, coordinació, força, velocitat, etc.) podem ressaltar i citar que gran part d'aquests elements motrius són necessaris per fer una activitat esportiva determinada o activitat física en general. El rendiment òptim de "l'estructura motriu" significa que l'ésser humà ha trobat la solució motriu en la seva evolució individual, per donar resposta eficaç als moviments autònoms o bé als movi-

ments de relació amb els altres. Descriure els elements de l'estructura motriu presents, la diversificació i proporcionalitat dels diferents elements que componen l'esmentada estructura i si aquests quedaran alterats segons l'edat, l'esport, etc., afavorirà per tant un eficient rendiment esportiu dels subjectes. Aquesta diversificació fa referència al nombre d'elements motrius participants i la proporcionalitat es refereix al pes de cada un d'aquests elements en qualsevol activitat motriu.

No hi ha dubte que en tota activitat física participen tots els elements de l'estructura motriu però en general en qualsevol moviment hi ha majoritàriament uns elements més rellevants que d'altres i amb una més gran o més petita proporcionalitat.

Hi ha esports en els quals la diversificació dels components de l'estructura motriu és molt elevada i d'altres esports on la diversificació de l'estructura és molt petita. Ubicats en una mateixa modalitat esportiva la proporcionalitat dels elements motrius estarà d'acord amb cada individu en particular i de la pròpia modalitat esportiva a practicar.

Per afavorir aquests factors i que aquests facilitin el procés d'atenció a la diversitat cal fer una intervenció i fer servir esports amb poca diversificació motriu (pocs elements motrius en el desenvolupament de l'esport), en un principi, per arribar a esports de gran diversitat motriu, facilitadors de la integració esportiva més complexa (esports d'equip en general). Els esports on la diversificació motriu sigui elevada i la proporcionalitat sigui molt alta seran poc adequats per al procés d'inclusió esportiva.

En definitiva aquest model humanístic-del comportament està d'acord amb la millora d'aquests factors comentats. A continuació presentem un model dels procediments directes d'intervenció perquè s'afavoreixi la inclusió esportiva.

Procediments d'intervenció en la inclusió esportiva

Són diversos els possibles procediments d'intervenció en la integració esportiva, en-

tre els quals el procediment educatiu, el federatiu, l'hospitalari (rehabilitació), etc.

Els procediments d'intervenció educatius, en l'àmbit competitiu, han de facilitar les lligues d'esport escolar en la qual els equips no han de ser els de millor rendiment de cada centre escolar, sinó que configuren les lligues esportives escolars subjectes que vulguin participar de forma normalitzada "sense ser els de millor rendiment", ja que els millors en rendiment esportiu necessàriament tenen la seva lliga al marge. Un exemple d'això és el que es troba ara com ara en els clubs esportius que participen d'una estructura jerarquitzada federativa on hi ha diverses divisions. En aquestes lligues escolars hi haurien de poder participar tot tipus de centres (educació ordinària, educació especial) sempre que les necessitats ho permetin.

També en l'àmbit educatiu curricular s'ha de realitzar un esforç per "la inclusió de l'escolar amb necessitats educatives especials a la classe d'Educació Física". Perquè això sigui possible, caldrà el suport sistemàtic d'un equip assessor, d'un suport docent, claustral i de l'administració. Cal també, per a aquesta atenció, un suport legislatiu que promoció normes jurídiques facilitadores des de la realitat i que com a conseqüència aquestes normes potencïïn el procés d'atendre la diversitat com un procés (inclusió).

Els procediments d'intervenció des de l'àmbit federatiu suposen facilitar la inclusió a partir de generar lligues en les federacions de cada modalitat esportiva on poden participar individus que no estan en plenitud de les seves facultats, físiques o psíquiques o bé en condicions especials amb persones normalitzades sempre que la necessitat ho permeti i generi criteris de participació oberts. Aquest procediment no requerirà un suport econòmic important i per això sembla una intervenció més factible de desenvolupar.

La utilització d'un procediment hospitalari és en definitiva la utilització de l'esport com a mitjà de rehabilitació. Però també sorgeix la necessitat d'una actuació conjunta. Entre el procediment d'intervenció rehabilitador i el seguiment de l'activitat esportiva després de

l'estança hospitalària, és a dir, crear hàbits de qualitat de vida, entre ells, l'activitat esportiva, perquè la persona mantingui una activitat enriquidora de la seva formació personal com és la formació física i esportiva.

Adaptabilitat

Des de la perspectiva del subjecte disminuït, l'adaptabilitat és la capacitat que té per modificar esquemes preestablerts i acomodar-se a les noves condicions que li ofereix el medi. Això és el que coneixem com a adaptació social. Una persona disminuïda, pel fet de ser-ho, té una mala adaptació a l'esport. Aquesta mala adaptació a l'esport s'entén en el sentit que el subjecte presenta una inadaptació física (dificultats motrius) que representa una deficient estructura motriu (força, equilibri, coordinació, etc.) una inadaptació sensorial, una inadaptació intel·lectual, etc..

L'adaptació, en les seves diverses facetes, dels subjectes amb aquest tipus d'alteracions afavoreix la inclusió en l'esport, i suposarà, des de la dinàmica biomecànica, l'ajut mitjançant aparells ortopèdics, pròtesi, eliminació de les barreres arquitectòniques etc., necessaris per a l'adaptació. Des de la dinàmica biològica l'adaptació suposarà l'ajuda mitjançant tècniques d'estimulació precoç, aprenentatge primerenc, activitats aquàtiques etc., des de la perspectiva psicològica l'ajuda serà la modificació de comportaments indesitjables, des de la dinàmica de l'estructura motriu la utilització de programes basats en les adequacions curriculars individuals, millora de la utilització de la cadira de rodes, millora de les tècniques esportives, etc., des de la perspectiva social l'eliminació de comportaments disruptius, augment de les interaccions socials, etc.

Prendre consciència de la seva pròpia autonomia i del seu ésser lliure. L'autonomia personal com a capacitat per actuar un mateix, sense dependència d'altres ni de suports externs. L'autonomia es detalla en les anomenades activitats de la vida diària que el nen ha d'anar incorporant al seu repertori i que sovint resulten de difícil adquisició

quan el subjecte presenta alguna disminució. L'autonomia comprèn diversos aspectes entre altres: l'autoatenció, l'autonomia a casa i l'autonomia a la ciutat. En el model integratiu l'esport pot afavorir qualsevol d'aquests aspectes d'autonomia i sobre tot el d'autonomia a la ciutat, tan important en les persones amb disminució psíquica. En definitiva la persona disminuïda necessita finalment arribar a "sentir-se lliure" gràcies a la facilitació dels factors comentats.

Perquè aquesta autonomia pugui ser real en l'activitat físic-esportiva cal que la formació de professionals en el nostre país –formació permanent i especialització– en Activitats Físiques i Esport adaptat d'alt nivell (Master, postgraus, llicenciats), nivell mitjà (diplomats) i nivell bàsic (tècnics esportius) sobre continguts, mètodes, processos, programes, etc. necessaris perquè la integració sigui inclusió.

Crear la figura docent del professor d'Educació Física en els Centre d'Educació Especial, facilitar en els equips multi-professionals (EAPS) l'accés als professionals de la motricitat, crear equips assessors de motricitat (primària, secundària, etc.) per a la integració, formar tècnics esportius per a l'esport escolar i federatiu amb procediments d'intervenció en integració, etc.

Conclusió

Cal exposar que els esports adaptats estan organitzats i promocionats per les diferents federacions esportives, associacions i clubs i tots formen part de l'esport adaptat. També considerem d'interès emfasitzar que l'esport per atendre la diversitat en la seva perspectiva inclusiva no es troba institucionalitzat, com l'esport adaptat, difícilment es troba explícit en les entitats esportives (associacions, clubs ...). En la majoria dels casos és el fruit de l'atzar i en situacions, rares, poc freqüents, podem trobar

l'esport que atén a aquesta diversitat amb estructures organitzatives que el potencien i el divulguin. L'esport per atendre la diversitat en la seva perspectiva inclusiva l'entendem com un procés cap a la normalització esportiva i que no presenta les estructures organitzades necessàries per complir les seves finalitats. Malgrat tot, cal que es fomentin, desenvolupin i practiquin els esports inclusius, en les persones amb necessitats especials, en condicions que possibilitin les seves adequacions per millorar les competències socials i en definitiva les interaccions socials. Des de la perspectiva laboral, els professionals de les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, els diplomats en Educació Física i els tècnics esportius han de tenir uns coneixements bàsics en aquests àmbits de l'esport i de l'activitat física adaptada per atendre a les persones amb necessitats i complir amb una demanda social no satisfeta.

Bibliografia

- ADAMS, R. C.; DAIEL, A. N. i RULLMAN, L. (1978), "Juegos deportes y ejercicios para personas en desventaja física". Paidós.
- ALEXANDER, S. (1988), "La natación en la parálisis cerebral. Simposium Internacional sobre la Parálisis cerebral en sus aspectos clínico, terapéutico y educativo". Madrid: INSERSO.
- AMERICAN ALLIANCE FOR HEALTH PHYSICAL AND RECREATION (1975). *Annotated Bibliography in Physical Education, Recreation, and Psychomotor Function of mentally retarded persons*. Washington.
- ANDE (1982), *Reglas y normas del deporte especial*. Madrid: Gráficas Caro.
- BHANBHANI, Y. N.; BURNHAN, R. S.; WHEELER, G. D.; ERIKSSON; HOLLAND, L. J. i STEADWARD, R. D. (1995), "Ventilatory threshold during wheelchair exercise in untrained and endurance-trained subjects with quadriplegia", *Adapted Physical Activity*, 12, pàg. 333-343.
- BLANCO, R. (1972), "Prescriptions for children with learning and adjustment problems". Illinois: Charles Thomas.
- BRICKLEY, R. C. (1983), "El deporte de competición para disminuidos en Escocia", *II Seminario Europeo d'esport per a deficientes mentals*. Brussel·les.
- CONSELL D'EUROPA (1984). Comitè per al desenvolupament de l'esport. "Esport per a discapacitats". Patronat de discapacitats psíquics i físics. Ajuntament de Barcelona.
- DANIELS, L. WORTHINGHAM, C. (1997), "Therapeutic exercise for body alignment and function". Phyladelfia: W.B. Saunders
- Diccionario Enciclopédico de Educación Especial* (1985). Barcelona: Santillana.
- EASON, R.; SMITH, T. i CARON, F. (1983), "Adapted Physical activity", *From Theory and application*. Illinois: Human Kinetics Publishers.
- ESCORTIA, D. (1992), "Los atletas confían que el público llenará los estadios", *La Vanguardia Magazine*. pàg. 21-25.
- FAURÍA, Juan (1973), *Héroes Olímpicos*. Madrid: Instituto Nacional de Educación Física.
- FEDPC (1993), "Manual Deportivo y de clasificación de la Federación Española de Deporte para personas con parálisis cerebral". Documento no publicat.
- HERNÁNDEZ VÁZQUEZ, F. J. (1990), "Dismotricidad y Deporte. Valoración y bases didácticas". Manuscrit no publicat. Barcelona.
- (1993), "El deporte adaptado. Su identidad y perspectivas". *Apunts. Medicina d'esport*, núm. 116. Barcelona.
- HERNÁNDEZ, F. J.; HOSPITAL, V. i LÓPEZ, C. (1997), "Educación Física, Deporte y Atención a la Diversidad". *Deportes 25*. Instituto Andaluz del Deporte. Málaga.
- HUTZLER, Y.; GRUNZE, M. i KAISER, R. (1995), "Physiological and dynamic responses to maximal velocity wheelchair ergometry", *Adapted Physical Activity*, 12, pàg. 344- 361
- KIPHARD, E. (1976), "Problemas de movimiento y coordinación en la escuela primaria". Buenos Aires: Kapelusz.
- LEVARLETR, H; JOICE, M. i BERNARD, J. (1987), "Test de aptitud física Eurofit aplicado a disminuidos psíquicos". First European Congress Adapted Physical Activity. Brussel·les.
- MARTÍNEZ, M. (1993), "Educación y calidad de vida". *Congrés d'Educació Especial*. Barcelona: Fundació Blanquerna.
- MARTÍNEZ-FERRÉ, J. O. (1992), "Las clasificaciones funcionales un reto de los 9º Juegos Paralímpicos de Barcelona". *Apunts. Medicina de l'Esport*, núm. 112. Barcelona.
- ROCA, J. (1989), "Allò psíquic". Barcelona: Eumo.
- Special Olympic* (1988), "International Official Special Olympics summer sports rules". Nova York.