



TÉCNICO SUPERIOR EN ENSEÑANZA Y ANIMACIÓN SOCIODEPORTIVA

TÉCNICO SUPERIOR EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

CUALQUIER PROFESIONAL QUE TRABAJE CON PERSONAS CON DISCAPACIDAD

TRANSFORMANDO VIDAS: EL PODER DEL EJERCICIO FÍSICO Y LA SALUD MENTAL EN LA DISCAPACIDAD

PRECIO: Alumno/a 230 € Acompañante 145 €

CLAVE : 1166-ACF -----> 20, 21, 22 y 23 de mayo de 2026

OBJETIVOS

Para las personas con discapacidad

- 1) Mejorar la salud física: Promover la actividad física regular entre las personas con discapacidad, lo que ayuda a prevenir enfermedades crónicas, mejorar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular y la flexibilidad.
- 2) Desarrollar habilidades deportivas: Proporcionar a las personas con discapacidad la oportunidad de aprender y perfeccionar habilidades en diferentes deportes adaptados, lo que les permite participar en competiciones y disfrutar del deporte como forma de recreación.
- 3) Fomentar la inclusión deportiva: Facilitar la integración de las personas con discapacidad en equipos deportivos y eventos, eliminando las barreras físicas, sociales y culturales que les impiden participar en el deporte.
- 4) Mejorar la autoestima y la confianza: A través de la práctica deportiva, las personas con discapacidad pueden superar desafíos, alcanzar metas y sentir un mayor sentido de logro, lo que contribuye a mejorar su autoestima y su confianza en sí mismas.

Para los profesionales del deporte

- 1) Adquirir conocimientos y habilidades especializadas: Capacitar a los profesionales del deporte en el diseño, implementación y evaluación de programas deportivos adaptados para personas con discapacidad, incluyendo la selección de deportes adecuados, la adaptación de equipos e instalaciones y la enseñanza de técnicas específicas.
- 2) Promover la inclusión en el ámbito deportivo: Sensibilizar a los profesionales del deporte sobre la importancia de la inclusión de personas con discapacidad en el deporte y les proporciona las herramientas necesarias para crear un entorno deportivo inclusivo y accesible.
- 3) Colaborar con otros profesionales: Fomentar la colaboración entre los profesionales del deporte, los terapeutas, los educadores y otros expertos en el campo de la discapacidad para desarrollar programas integrales que aborden las necesidades físicas, sociales y emocionales de las personas con discapacidad.

Objetivos en el ámbito social

Para las personas con discapacidad

- 1) Fomentar la integración social: Facilitar la participación de las personas con discapacidad en la vida social, cultural y económica de la comunidad, lo que les permite establecer relaciones sociales, adquirir habilidades sociales y sentirse parte de la sociedad.
- 2) Promover la autonomía y la independencia: Proporcionar a las personas con discapacidad las herramientas y los recursos necesarios para ser más autónomos e independientes en su vida diaria, lo que les permite tomar decisiones y controlar su propio destino.
- 3) Cambiar la percepción social: Desafiar los estereotipos y las actitudes negativas hacia las personas con discapacidad y promover una percepción más positiva y realista de su capacidad y potencial.

Para la sociedad en general

- 1) Promover la igualdad de oportunidades: Fomentar la igualdad de oportunidades para todas las personas, independientemente de su discapacidad, y garantizar que tengan acceso a servicios, recursos y oportunidades sociales, educativas y laborales.
- 2) Crear una sociedad más inclusiva: Contribuir a la creación de una sociedad más inclusiva y solidaria, en la que todas las personas sean respetadas y valoradas por sus diferencias y en la que se promueva la participación activa de todas las personas en la vida social, económica y política.
- 3) Generar conciencia social: Sensibilizar a la sociedad en general sobre la importancia de la inclusión de personas con discapacidad y sobre las barreras que enfrentan.



TÉCNICO SUPERIOR EN ENSEÑANZA Y ANIMACIÓN SOCIODEPORTIVA

TÉCNICO SUPERIOR EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

CUALQUIER PROFESIONAL QUE TRABAJE CON PERSONAS CON DISCAPACIDAD

TRANSFORMANDO VIDAS: EL PODER DEL EJERCICIO FÍSICO Y LA SALUD MENTAL EN LA DISCAPACIDAD

PERTINENCIA

El planteamiento teórico práctico de este curso pretende que una vez que el alumno alcance los objetivos planteados por el equipo docente, los diferentes técnicos a los que va dirigido el curso, sean unos profesionales eficientes y efectivos en la asistencia multidisciplinar, a través del deporte, a las personas con discapacidad que necesiten su asistencia para propiciar y mejorar su bienestar mental así como en el diseño, implementación y evaluación de programas deportivos adaptados para personas con discapacidad, incluyendo la selección de deportes adecuados, la adaptación de equipos e instalaciones y la enseñanza de técnicas específicas. En la actualidad es muy importante que todos los profesionales que participan en el área del deporte, como el que aquí se analiza, tengan competencias para dar un correcto servicio y atención a las personas con discapacidad que se les confían.

PROGRAMA

Módulo-1: Introducción a la discapacidad: -Definición de discapacidad y sus categorías (física, intelectual, sensorial, psicológica, etc.). -Estadísticas y realidades de las personas con discapacidad en la sociedad. Mitos y estereotipos sobre la discapacidad y cómo superarlos. **Módulo- 2: Mecanismos sociales de inclusión:** -Concepto de inclusión social y su importancia. -Estrategias para promover la inclusión en la comunidad, en la escuela y en el trabajo. -Organismos y organizaciones que trabajan en favor de la inclusión de personas con discapacidad. **Módulo-3: Deporte y actividad física para personas con discapacidad:** -Beneficios del deporte y la actividad física para la salud y el bienestar de personas con discapacidad. -Deportes adaptados y sus modalidades (baloncesto en silla de ruedas, atletismo adaptado, natación para personas con discapacidad, etc.). -Cómo fomentar la práctica deportiva en personas con discapacidad. **Módulo- 4: Psicología y bienestar en personas con discapacidad:** -Impacto emocional y psicológico de la discapacidad en las personas y en su entorno. -Estrategias psicológicas para promover la resiliencia, la autoestima y la salud mental de personas con discapacidad. -Terapias psicológicas y de rehabilitación para personas con discapacidad. **Módulo- 5: Familia y entorno social de personas con discapacidad:** -Papel y desafíos de la familia en el cuidado y apoyo de personas con discapacidad. -Redes de apoyo social y cómo acceder a ellas. -Cómo fomentar la participación activa de personas con discapacidad en su entorno social. **Módulo-6: Proyectos y actividades de inclusión:** -Presentación de proyectos y actividades de inclusión desarrollados en diferentes contextos (comunidad, escuela, trabajo, etc.). -Análisis de casos prácticos y aprendizajes adquiridos. -Propuestas de proyectos y actividades de inclusión que los participantes pueden desarrollar en su entorno.

TALLERES PRÁCTICOS

- Deportes con discapacidad:

Gymkana Inclusiva (Baloncesto en Silla de Ruedas, Natación Adaptada, Tenis/Pádel Silla de Ruedas, Fútbol para invidentes). Se realizarán varios equipos que competirán entre sí con la intención de sentir lo que experimenta un deportista con discapacidad durante la práctica deportiva, con el fin de entender que el hecho de tener una discapacidad no te exonera del esfuerzo que lleva implícita la práctica deportiva.

(Material necesario: Sillas de Ruedas deportivas (Diputación Granada/Almería, Instalaciones de Pueblo Indalo).

DIRECCIÓN CIENTÍFICA

D. Ángel Fernández Aparicio

Profesor Permanente Laboral. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud.

D. Francisco Cruz Quintana

Catedrático de Universidad. Departamento de personalidad, evaluación y tratamiento psicológico de la UGR.



TÉCNICO SUPERIOR EN ENSEÑANZA Y ANIMACIÓN SOCIODEPORTIVA

TÉCNICO SUPERIOR EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

CUALQUIER PROFESIONAL QUE TRABAJE CON PERSONAS CON DISCAPACIDAD

**TRANSFORMANDO VIDAS: EL PODER DEL EJERCICIO FÍSICO
Y LA SALUD MENTAL EN LA DISCAPACIDAD**

PROFESORADO

Dña. Eva Isidoro Cabañas

Fisioterapeuta en el Servicio Andaluz de Salud. Actualmente en el Distrito Sanitario Granada- Metropolitano (Granada). Doctora por la Universidad de Granada con mención de doctorado internacional y Cum Laude. Título de la Tesis Doctoral “Influencia del deporte adaptado sobre calidad de vida, dolor, salud física y psicoemocional en adultos con discapacidad física”.

D. Francisco Cruz Quintana

Catedrático de Universidad. Profesor del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico de la UGR. Director del Grupo de Investigación CTS-436. Línea de investigación. Salud y discapacidad.

D. Antonio Muñoz García

Ciclo Formativo Grado Superior en Análisis y Control. Técnico Superior Especialista de Laboratorio. Monitor Deportivo (Entrenador Fútbol-7) Escuela Municipal de Fútbol Base. Churriana C.F. Entrenador Personal en HEIRA Gabinete de Bienestar “Entrenamientos personalizados y presenciales para los clientes del centro, readaptación de lesiones, asesoramiento nutricional, entrenamiento de fuerza, implantación del sistema Haefni Health para todo tipo de entrenamiento.

D. Rafael Navas Gutiérrez

Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Título TDI de esquí y alto rendimiento. Lesionado medular especialista en planificación en entrenamiento deportivo en distintos deportes individuales y colectivos.

D. Francisco Ramírez Martín

Presidente de la Asociación Inclusiva Granada Integra. En 1999 doble oro en el Campeonato de Andalucía en los 50 y 100 metros libres. Su amor por el deporte lo llevó a incursionar en el baloncesto adaptado, donde jugó para el CD Arrayán desde la temporada 1999/00 hasta la 2003/04, logrando un ascenso a la División de Honor. Continuó su carrera con el Peraleda de Toledo en la temporada 2004/05, donde consiguió la permanencia en la División de Honor y participó por primera vez en la Copa del Rey. La temporada 2005/06 lo vio brillar con el Polaris World Murcia, siendo campeón de Primera y asegurando otro ascenso a la División de Honor. Su determinación y talento llevaron al equipo a un segundo lugar en la liga y un tercer puesto en la Copa del Rey la temporada siguiente, además de proclamarse campeón con la Selección Andaluza. Actualmente, Francisco Ramírez preside la Asociación Granada Integra, donde sigue promoviendo la inclusión y el deporte adaptado, demostrando que, con pasión y dedicación, cualquier obstáculo puede ser superado. Deportes que ha practicado con discapacidad: Tenis, pádel, baloncesto, senderismo, natación, parapente, esquí náutico, esquí alpino, handbike, yoga, pilates, piragüismo, cars adaptados, bádminton y gimnasio como complemento.

Dña. Lourdes Madrona Rodríguez

Diplomada de pedagogía terapéutica por la Universidad de Granada. Miembro fundador de la Asociación inclusiva Granada integra.

COLABORA:
**ASOCIACIÓN INCLUSIVA
GRANADA INTEGRA**



MATERIAL ADICIONAL

TEST DE CONOCIMIENTOS

1. **SEGÚN EL MODELO SOCIAL DE LA DISCAPACIDAD, ESTA SE PRODUCE PRINCIPALMENTE POR:**
 - a) La interacción entre la persona y una sociedad no inclusiva.
 - b) Un problema individual del cuerpo de la persona.
 - c) La falta de tratamiento médico adecuado.
 - d) Un castigo divino.

2. **¿CUÁL DE LAS SIGUIENTES OPCIONES ES UN EJEMPLO DE RESTRICCIÓN EN LA PARTICIPACIÓN?**
 - a) Pérdida de visión.
 - b) Dificultad para caminar.
 - c) No poder acceder a un empleo por falta de accesibilidad.
 - d) Utilizar una silla de ruedas.

3. **¿QUÉ CARACTERÍSTICA DEFINE MEJOR A LA DISCAPACIDAD PSÍQUICA O PSICOSOCIAL?**
 - a) Afecta al razonamiento lógico y al aprendizaje
 - b) Está relacionada con trastornos mentales persistentes y el estigma social
 - c) Siempre implica discapacidad intelectual
 - d) Exclusivamente la dificultad para adaptarse al entorno

4. **¿CUÁL ES EL OBJETIVO FUNDAMENTAL DE LA INCLUSIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD SEGÚN EL CONCEPTO DE AUTONOMÍA Y PARTICIPACIÓN?**
 - a) Limitar su participación a entornos protegidos para garantizar su seguridad física en el transporte y el empleo.
 - b) Garantizar que puedan participar plenamente en todos los ámbitos de la vida, siendo dueños de sus propias oportunidades.
 - c) Priorizar exclusivamente el acceso a la formación académica, dejando las actividades de ocio y cultura para una etapa posterior.
 - d) Fomentar la dependencia de los servicios públicos para asegurar que todas sus necesidades básicas estén cubiertas sin esfuerzo.

5. **¿QUÉ PASO ES ESENCIAL REALIZAR ANTES O EN CONJUNTO CON LA FORMACIÓN DOCENTE PARA UNA IMPLEMENTACIÓN EFECTIVA DE LA INCLUSIÓN?**
 - a) La compra de materiales tecnológicos avanzados para cada aula.
 - b) La adaptación del currículo escolar y las metodologías de enseñanza.
 - c) La reducción del número de alumnos por cada profesor.
 - d) La evaluación sumativa de todos los estudiantes con discapacidad.

6. **¿CUÁL DE LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES ES CORRECTA SOBRE LA INCLUSIÓN DE UN FAMILIAR CON DISCAPACIDAD EN LA VIDA FAMILIAR?**
 - a) Es mejor mantenerlo alejado de las actividades familiares para evitar problemas.
 - b) La inclusión total en todas las actividades sin considerar sus limitaciones es lo mejor.
 - c) Adaptar las actividades familiares para que el familiar con discapacidad pueda participar de manera adecuada es importante.
 - d) Las responsabilidades en la familia deben reposar completamente en la persona sin discapacidad.

7. **¿QUÉ PAPEL FUNDAMENTAL JUEGA LA COMUNICACIÓN EN UNA FAMILIA CON UN MIEMBRO DISCAPACITADO?**
 - a) Solo es importante hablar sobre los problemas médicos del familiar discapacitado.
 - b) No es necesario comunicarse mucho, ya que el familiar discapacitado no entenderá.
 - c) Facilita la comprensión de las necesidades y deseos del miembro discapacitado y evita conflictos familiares.
 - d) La comunicación es menos importante que las actividades físicas en la familia.

MATERIAL ADICIONAL

8. ¿CUÁL ES UN DESAFÍO COMÚN QUE ENFRENTAN LAS FAMILIAS CON UN MIEMBRO DISCAPACITADO?

- a) Tener demasiada ayuda externa que dificulta la autonomía familiar.
- b) La falta de recursos económicos para cubrir los costos asociados a la discapacidad.
- c) Que el miembro discapacitado no quiera participar en nada.
- d) Que los demás miembros de la familia se aburren de cuidar al familiar discapacitado.

9. ¿QUÉ ESTRATEGIA ES ADECUADA PARA FOMENTAR LA INDEPENDENCIA DE UN FAMILIAR CON DISCAPACIDAD?

- a) Hacer todo por él para evitar que se canse.
- b) Darle tareas, pero sin explicarle cómo hacerlas.
- c) Proporcionar apoyo y orientación adecuada mientras se le permite realizar actividades por sí mismo.
- d) No dejarlo hacer nada por temor a que se lastime.

10. SEGÚN EL ENFOQUE TRABAJADO EN EL CURSO, LA DISCAPACIDAD DEBE ENTENDERSE PRINCIPALMENTE COMO:

- a) Una característica permanente que define las capacidades de la persona
- b) Una limitación individual que impide la práctica de actividad física
- c) Una condición que depende únicamente del diagnóstico médico
- d) Una interacción entre la persona y el entorno que puede facilitar o limitar la participación

11. ¿CUÁL ES EL PRINCIPAL OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD, SEGÚN EL MÓDULO?

- a) Mejorar el rendimiento deportivo
- b) Corregir la discapacidad
- c) Lograr que la persona realice las actividades de la misma forma que el resto
- d) Favorecer el bienestar físico, psicológico y social

12. DESDE UNA PRÁCTICA PROFESIONAL INCLUSIVA, ADAPTAR UNA ACTIVIDAD FÍSICA SIGNIFICA:

- a) Reducir el nivel de exigencia para todas las personas
- b) Eliminar los retos para evitar riesgos
- c) Ajustar materiales, normas o espacios para facilitar la participación
- d) Sustituir la actividad por otra más sencilla sin consultar a la persona

13. UNO DE LOS BENEFICIOS PSICOLÓGICOS MÁS RELEVANTES DEL EJERCICIO FÍSICO EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD ES:

- a) El aumento de la dependencia del profesional
- b) La reducción de la interacción social
- c) El incremento de la autoestima y la sensación de logro
- d) La eliminación total de las dificultades emocionales

14. ¿CUÁL DE LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES ES CORRECTA?

- a) La inclusión social no influye en los síntomas de salud mental.
- b) El apoyo de familiares y amigos es irrelevante para la recuperación de la salud mental.
- c) Los servicios vinculados a la educación, el ocio y el empleo pueden favorecer la recuperación de la salud mental.
- d) La discapacidad es únicamente una cuestión de limitaciones físicas y/o cognitivas.

15. PARA MEJORAR EL BIENESTAR EMOCIONAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD, ES NECESARIO:

- a) Aplicar exclusivamente un enfoque sintomático centrado en la enfermedad.
- b) Utilizar un enfoque multidimensional que tenga en cuenta distintos ámbitos de la vida.
- c) Limitar la intervención a un enfoque individual sin considerar el entorno.
- d) Priorizar únicamente un enfoque estructural.