



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

Trabajo de Fin de Máster

Máster en Psicopedagogía

**La práctica deportiva como mejora de las
habilidades sociales de jóvenes con discapacidad
intelectual: una propuesta de intervención
psicopedagógica en colaboración de la Liga
Genuine.**

Alumna: Paula Curiel Rodrigo

Tutor académico: José María Cela Ranilla

Curso académico: 2024-2025

RESUMEN

Las personas con discapacidad intelectual tienen más dificultades para adquirir y desarrollar correctamente las habilidades sociales, por ello, es importante que desde el ámbito no formal se impulsen propuestas que ayuden a este colectivo con estas características concretas.

El presente trabajo contiene una propuesta de intervención psicopedagógica con el objetivo de mejorar las habilidades sociales de las personas con discapacidad intelectual a través de la práctica del fútbol teniendo como referentes a jugadores de la Liga Genuine. Para el diseño de esta propuesta se ha tomado como marco contextual el desarrollo de la Liga Genuine, que consiste en una Liga exclusivamente para personas con discapacidad intelectual y que cuenta con la participación de numerosos clubes del fútbol profesional de nuestro país.

PALABRAS CLAVE: Discapacidad Intelectual, Habilidades Sociales, Liga Genuine, Mentores.

ABSTRACT

People with intellectual disabilities have greater difficulty acquiring and properly developing social skills, so it is important that informal settings promote programs that help this group with these specific characteristics.

This paper presents a proposal for a psychopedagogical intervention aimed at improving the social skills of people with intellectual disabilities through football, using players from the Genuine League as role models. The development of the Genuine League, a league exclusively for people with intellectual disabilities and featuring numerous professional football clubs in Spain, was used as a contextual framework for the design of this proposal.

KEY WORDS: Intellectual Disability, Social Skills, Spanish Genuine League, Mentors

ÍNDICE

1	INTRODUCCIÓN	6
1.1	Estructura Del Trabajo	8
1.2	Justificación	9
1.3	Objetivos	10
2	MARCO TEÓRICO.....	11
2.1	Discapacidad: Concepto y Tipos.....	11
2.2	Discapacidad Intelectual.....	12
2.2.1	Discapacidad Intelectual en la Juventud y la Aduldez.....	14
2.2.2	Personas con Discapacidad en España.....	16
2.3	Deporte y Personas con Discapacidad Intelectual	19
2.3.1	Beneficios del Deporte.....	19
2.3.2	El Fútbol.....	21
2.4	Teorías Relacionadas con la Propuesta De Intervención	22
2.5	Habilidades Sociales.....	23
2.6	La Liga Genuine.....	25
3	FASE 1: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	27
3.1	Diseño de la propuesta de intervención en base a la literatura	28
3.1.1	Justificación	28
3.1.2	Personas Destinatarias.....	29
3.1.3	Objetivos	30
3.1.4	Metodología	31
3.1.5	Recursos y Espacios.....	31
3.1.6	Temporalización.....	32
3.1.7	Desarrollo de las Actividades.....	35
3.1.8	Presupuesto	44
3.1.9	Evaluación.....	47
3.2	Fase 2: Validación de la IA sobre la propuesta inicial.....	54
3.3	Versión mejorada de la propuesta.....	59
3.3.1	Personas destinatarias.....	59
3.3.2	Objetivos	60
3.3.3	Metodología	60
3.3.4	Recursos y Espacios.....	60
3.3.5	Temporalización.....	61
3.3.6	Desarrollo de las Actividades.....	64
3.3.7	Presupuesto	64
3.3.8	Evaluación.....	66
4	CONCLUSIONES.....	68
5	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	70

ÍNDICE DE FIGURAS		
Figura 1	Porcentaje de personas valoradas sobre la población 2023	Página 8

ÍNDICE DE TABLAS		
Tabla 1	Etapas Bio – Psico – Sociales del desarrollo humano	Página 14
Tabla 2	Número de personas reconocidas con discapacidad por CCAA	Página 17
Tabla 3	Personas valoradas con discapacidad intelectual como primera deficiencia y por grupo de edad	Página 18
Tabla 4	Ejemplo de fechas y fases	Página 32
Tabla 5	Indicadores temporalización	Página 33
Tabla 6	Temporalización	Página 34
Tabla 7	Sesión de bienvenida	Página 35
Tabla 8	Sesiones de entrenamiento	Página 36
Tabla 9	Ejercicio de “calentamiento”	Página 37
Tabla 10	Ejercicio de “circuito de habilidad”	Página 38
Tabla 11	Ejercicio de “el pase del equipo”	Página 38
Tabla 12	Ejercicio de “reglas sorpresa”	Página 39
Tabla 13	Ejercicio de “marco polo”	Página 40
Tabla 14	Ejercicio de “mi entrenador dice...”	Página 40

Tabla 15	Ejercicio de “mis pases	Página 41
Tabla 16	Ejercicio de “estiramientos”	Página 42
Tabla 17	Fiesta de convivencia	Página 42
Tabla 18	Sesión de evaluación	Página 43
Tabla 19	Presupuesto	Página 44
Tabla 20	Financiación	Página 46
Tabla 21	Cuestionario inicial para los usuarios	Página 47
Tabla 22	Cuestionario final para los usuarios	Página 48
Tabla 23	Cuestionario final para los mentores	Página 49
Tabla 24	Evaluación entrenadores	Página 51
Tabla 25	Evaluación psicopedagogos	Página 53
Tabla 26	Cuestionario para contrastar la propuesta	Página 55
Tabla 27	Valoración de la IA	Página 56
Tabla 28	Ejemplo de fechas y fases nueva propuesta	Página 62
Tabla 29	Indicadores temporalización nueva propuesta	Página 62
Tabla 30	Temporalización nueva propuesta	Página 63
Tabla 31	Presupuesto nueva propuesta	Página 64
Tabla 32	Financiación nueva propuesta	Página 66
Tabla 33	Evaluación posterior participantes nueva propuesta	Página 66

1 INTRODUCCIÓN

Este trabajo nace ante el interés sobre como unir el deporte, en concreto el fútbol, con las personas con discapacidad intelectual a través de propuestas de intervención que favorezcan y faciliten su desarrollo en todos los ámbitos de la vida.

Por otra parte, surge por el interés sobre cómo el deporte puede ayudar a favorecer el desarrollo de todas las personas y en todos los ámbitos de la vida. En concreto, sobre cómo el deporte puede ser una vía y una ayuda para todo ello.

En base a la literatura y tomando como referencia el marco teórico, se elabora la siguiente propuesta de intervención. Una propuesta que pretende mejorar algunas habilidades sociales (iniciar, mantener y cerrar una conversación, trabajo en equipo, respeto de las normas, pedir ayuda, escucha activa y seguir instrucciones) de las personas con discapacidad intelectual con la práctica deportiva entre iguales.

El trabajo de diseño de esta propuesta en el presente TFM se desarrolla en dos fases. La fase 1 consiste en la elaboración de una propuesta partiendo del marco teórico y la segunda fase contiene una validación de esta propuesta utilizando la inteligencia artificial generativa (en adelante IA) como herramienta de contraste, utilizando unos parámetros de referencia que permitan proponer una propuesta mejorada de la anterior. La idea es que esta propuesta mejorada por la IA sea posteriormente, y más allá de este TFM, contrastada por expertos de la Liga Genuine, con el fin de concretarla y plantearla como proyecto real.

Este trabajo guarda relación directa con las siguientes competencias que definen en el Máster de Psicopedagogía de la Universidad de Valladolid:

Competencias generales:

G3. Comunicar las decisiones profesionales y las conclusiones, así como los conocimientos y razones últimas que las sustente a públicos especializados y no especializados, de manera clara y sin ambigüedades.

Este trabajo se ha desarrollado tomando decisiones basadas en conocimientos e ideas justificadas con el fin de proporcionar el mejor resultado.

G5. Responder y actuar de manera adecuada y profesional, teniendo en cuenta el código ético y deontológico de la profesión, en todos y cada uno de los procesos de intervención.

Durante la recogida de datos necesarios y la elaboración del trabajo se ha actuado teniendo como base los derechos de privacidad e intimidad de las personas que han participado.

G6. Actualizarse de manera permanente en las TIC para utilizarlas como instrumentos para el diseño y desarrollo de la práctica profesional.

En gran parte del trabajo ha sido necesaria el uso de las TIC para contrastar y seleccionar la información.

G7. Implicarse en la propia formación permanente, reconocer los aspectos críticos que ha de mejorar en el ejercicio de la profesión, adquiriendo independencia y autonomía como discente y responsabilizándose del desarrollo de sus habilidades para mantener e incrementar la competencia profesional.

Se llevará a cabo una labor en la que el aprendizaje será constante para determinar en qué aspectos necesitamos mejorar como profesionales con el objetivo de obtener la competencia profesional completa.

Competencias específicas:

E6. Aplicar los fundamentos y principios básicos de la gestión a la planificación de acciones de coordinación y liderazgo de equipos psicopedagógicos favoreciendo el trabajo en red entre los diferentes agentes e instituciones socioeducativas.

Para obtener muestras y resultados se han coordinado acciones con diferentes instituciones deportivas.

E8. Formular nuevas propuestas de mejora de la intervención psicopedagógica, fundamentales en los resultados de la investigación psicopedagógica.

Tras recoger la información, se proporcionarán propuestas de mejora apoyándose en la intervención psicopedagógica.

Para concluir con la introducción, esta propuesta también guarda relación con algunos Objetivos de Desarrollo Sostenible. En este caso son los siguientes:

Objetivo 3: Salud y bienestar. Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades (Moran, M., 2024). En este caso, habría que destacar la importancia de la promoción de estilos de vida saludable. La práctica de deporte mejora la salud y el bienestar.

Objetivo 5: Igualdad de género. Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y niñas (Moran, M. 2024a). Este objetivo se considera un pilar fundamental y un objetivo transversal. La Liga Genuine es una liga mixta y ayuda a las mujeres que participan a derribar muchos muros. Es importante para reducir desigualdades por ser mujeres y tener discapacidad.

Objetivo 10: Reducción de las desigualdades. Reducir la desigualdad en y entre países (Moran, M., 2024b). Las Naciones Unidas, en este objetivo, señalan la importancia de reducir la desigualdad por diferentes causas (en este caso, por situación de discapacidad) para favorecer un desarrollo sostenible que mejora la calidad de vida de las personas. En el caso de la Liga Genuine se busca normalizar la práctica del fútbol en el colectivo de personas con discapacidad intelectual, por tanto, promueve la igualdad de oportunidades en el fútbol español para este colectivo.

1.1 Estructura Del Trabajo

Este trabajo consta de tres partes diferenciadas durante su desarrollo. La primera parte, tras una breve introducción del trabajo, se explica qué se va a hacer, por qué se va a hacer y la relación que guarda con el máster y con los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Después se refleja la parte teórica en la que se basa la posterior propuesta de intervención para poder comprenderla. En estos apartados se definen la discapacidad, se concreta en la discapacidad intelectual, el deporte y sus beneficios, otras teorías que sirven de base en el proyecto y la Liga Genuine, elemento principal de la propuesta de intervención.

A continuación, se presenta la propuesta de intervención desglosada que ha sido diseñada centrada en el colectivo específico al que se dirige. En este punto se detallan las personas destinatarias, los objetivos, la metodología, los recursos y espacios, la temporalización, las actividades y la evaluación.

Por último, se refleja una valoración de la propuesta por parte de profesionales que forman parte de La Liga Genuine para enriquecer la propuesta de intervención con comentarios de mejora y/o anotaciones pertinente.

1.2 Justificación

La propuesta de intervención del presente trabajo nace con la idea de proporcionar un espacio para mejorar las habilidades sociales de las personas con discapacidad intelectual a través de la práctica deportiva con iguales.

En España, en 2023, había 168.256 personas valoradas con discapacidad intelectual como primera deficiencia entre los 18 y los 64, lo que deja a más de la mitad de las personas que presentaban este tipo de discapacidad entre ese rango de edad. De ahí nace la importancia de elaborar una propuesta dirigida a este colectivo y grupo de edad.

Se pretende reforzar las habilidades de los jugadores y jugadoras de la Liga Genuine y que ellos mismos sean partícipes en la integración y desarrollo de habilidades de otras personas que han tenido poca o ninguna experiencia deportiva o escasa participación social. Esta acción se basa en que el deporte puede ser un instrumento para favorecer la inclusión, al dar la posibilidad de que los usuarios sean miembros activos de su desarrollo. Por otra parte, se busca promover el papel de los jugadores y jugadoras de La Liga Genuine como protagonistas de la inclusión de otras personas con discapacidad intelectual, contribuyendo al acompañamiento, aprendizaje y desarrollo de otras personas.

La Liga Genuine se caracteriza por ser una liga para personas con discapacidad intelectual pionera y, por tener un fuerte carácter social a parte del deportivo. Por ello, la práctica deportiva en este contexto aporta muchos beneficios físicos pero también sociales.

La Liga Genuine presenta un espacio de respeto y colaboración, lo que hace que sea un lugar completo para trabajar las habilidades sociales de los usuarios.

1.3 Objetivos

Este trabajo persigue los siguientes objetivos:

Objetivo general:

- Diseñar una propuesta de intervención psicopedagógica para mejorar las habilidades sociales de personas con discapacidad intelectual a través del fútbol teniendo como mentores a jugadores y jugadoras de La Liga Genuine.

Objetivos específicos:

- Analizar fuentes teóricas sobre la discapacidad intelectual, el deporte y las habilidades sociales.
- Fundamentar la propuesta de intervención en un marco teórico.
- Contrastar la viabilidad de la propuesta a través de profesionales de la Liga Genuine.

2 MARCO TEÓRICO

En este apartado se presentarán los contenidos necesarios para formar la base de este trabajo, apoyándose en diferentes ideas, conceptos y trabajos de diversos autores/as.

2.1 Discapacidad: Concepto y Tipos

La definición de discapacidad ha ido cambiando y evolucionando con el tiempo, las situaciones sociales y las políticas. Actualmente, en España, el término discapacidad es el más extendido pero, se han utilizado otros términos como minusvalía, deficiencia, limitación, entre otros (Abellán García, A., & Hidalgo Checa, R. M., 2011).

La Organización Mundial de la Salud (OMS en adelante) (2023) define la discapacidad como “el resultado de la interacción entre afectaciones y una serie de factores ambientales y personales”. Calcula que alrededor del 16% de la población de todo el mundo sufre alguna discapacidad importante. (WHO, 2023).

Por otra parte, la OMS, diferencia cuatro tipos de discapacidad. Lo hace dentro del marco de la Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (Pantano, L., 2012):

- Discapacidad física o motora: sucede cuando las personas pierden de manera definitiva el funcionamiento de su sistema motor y les dificulta la movilidad. Existen diversas clases de diversidad física, entre las que se incluyen: discapacidades orgánicas, alteraciones de los órganos y/o déficit en la musculatura (Observatorio de la discapacidad física, s.f.).
- Discapacidad sensorial: hace referencia a cuando los sentidos están alterados y complican la interacción del individuo con el medio (Plena Inclusión España, 2021).
- Discapacidad psíquica: está vinculada con las patologías mentales, con la conducta del individuo o con los cambios emocionales y cognitivos (Fundación Juan XXIII).
- Discapacidad intelectual: este concepto se detalla en el punto siguiente.

A lo largo de la historia la discapacidad se ha comprendido de diversas maneras. En estas comprensión han influido factores como los religiosos, los políticos o los médicos (Seoane, 2011). Hay autores que hablan de diferentes modelos pero, se entienden tres

modelos básicos. El modelo de la prescindencia, el modelo médico – rehabilitador y el modelo social y de derechos (Plena Inclusión, 2021):

- Modelo de prescindencia: se consideraba que la discapacidad se debía de separar y excluir del resto de personas ya que las personas con discapacidad no tenían nada que aportar a la sociedad. De este modelo nacen dos submodelos que son los siguientes (Lizama, 2012):
- Eugenésico: característico de la sociedad griega, la solución recaía en la muerte para los niños y niñas que nacían con discapacidad.
- Marginación: este submodelo se relaciona con el cristianismo y consistía en apartar o excluir de la comunidad a las personas nacidas con algún tipo de discapacidad. Sin embargo, en este modelo, las personas que adquirían la discapacidad a lo largo de juventud o de la adultez no recibían el trato mencionado anteriormente. En estos casos ya no se consideraba que la causa era religiosa, por ejemplo, los heridos en la guerra.
- Modelo médico – rehabilitador: se consideraba la discapacidad como una enfermedad con la que se puede recibir un tratamiento médico y por tanto, no hacía falta separar a las personas con discapacidad del núcleo de la sociedad. En este modelo se piensa que las personas que pueden ser tratadas y rehabilitadas ya pueden aportar cosas a la comunidad.

Hay algunos autores, como Palacios, que consideraba que este modelo tenía una actitud paternalista hacia las personas con discapacidad lo que llevaba a la discriminación de este colectivo (Palacios, 2008).

- Modelo social y de derechos: se plantea que el entorno es el que discapacita y que las personas con discapacidad son personas ante todo y se les dota de derechos. Plantea quitar barreras, crear entornos inclusivos y fijarse en las capacidades de la persona en lugar de en su discapacidad.

2.2 Discapacidad Intelectual

La quinta edición del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales ubica la discapacidad intelectual, el retraso global del desarrollo y la discapacidad intelectual no especificada dentro de los trastornos del desarrollo neurológico (DSM – 5, American Psychiatric Association, 2013, pp. 31 – 34).

El diagnóstico de la discapacidad intelectual se realiza mediante exámenes y pruebas para valorar al individuo. Las causas de la aparición de la discapacidad intelectual son variadas y pueden afectar en su origen o en la manifestación de infecciones, cambios cromosómicos, factores nutricionales o metabólicos entre otras. Es un trastorno que aparece en la infancia. (MedlunePlus, Enciclopedia Médica, 2021).

En este manual se define la discapacidad intelectual como: “trastorno que incluye limitaciones del funcionamiento intelectual como también del comportamiento adaptativo en los dominios conceptual, social y práctico” Se distinguen tres dominios: el conceptual, el social y el práctico y, cuatro niveles de gravedad: leve, moderado, grave y profundo (DSM – 5, APA, 2013, p 17):

- Dificultades en el funcionamiento intelectual como: el razonamiento, la organización, la resolución de problemas, el aprendizaje basado en la experiencia personal, etc.
- Dificultades en la adaptabilidad que generan incapacidad para satisfacer los estándares de la sociedad y de crecimiento adecuados para la edad.
- El inicio de estas carencias deben aparecer antes de la mayoría de edad.

La discapacidad intelectual puede relacionarse con la aparición de otros trastornos. Eso quiere decir que, hay oportunidades de que durante la vida surjan otros trastornos. Desórdenes asociados a enfermedades que impactan en la persona físicamente (Calenti, 2003):

- Trastornos psíquicos: similar al resto de población pero con mayor vulnerabilidad.
- Trastornos del comportamiento: frecuentes en individuos con discapacidad intelectual.
- Trastornos psicoemocionales: surgen desequilibrios emocionales.
- Trastornos funcionales: reducción de las capacidades funcionales, impactando en el funcionamiento del organismo a la hora de realizar tareas fundamentales de la vida cotidiana.
- Trastornos cognitivos: pueden presentarse en diversas funciones como el habla, el lenguaje y la comunicación o la memoria entre otros.

La aparición de estos trastornos pueden sumar a las personas con discapacidad intelectual más barreras en su desarrollo en la sociedad. La acumulación de las dificultades aumenta el peligro de exclusión que tienen ya las personas con discapacidad.

La discapacidad no debe ser un factor que permita a las personas con discapacidad experimentar discriminación, perder derechos y no obtener las ayudas necesarias para optimizar su coexistencia en la sociedad (Beledo, 2018).

Para las personas menores de 6 años, en lugar de hacer referencia a Discapacidad Intelectual, se habla de un Retraso Global del Desarrollo en la que deben de estar alteradas dos o más de las diferentes áreas: motricidad, lenguaje, cognición, actividades básicas de la vida diaria y sociabilidad.

2.2.1 Discapacidad Intelectual en la Juventud y la Aduldez

Para dividir a las personas por grupo de edad se siguen diferentes clasificaciones. En este caso, siguiendo con las Etapas del desarrollo Bio – Psico – Social del ser humano (tabla 1), delimitamos a las personas jóvenes entre los 18 y 24 años. Por otra parte, el grupo de los adultos se sitúa entre los 25 y 64 años (Mansilla, 2000):

Tabla 1: Etapas Bio – Psico – Sociales del desarrollo humano

ETAPAS	SUB- ETAPAS
I. Etapa Prenatal	Desde la gestación del nacimiento
II. Etapa Formativa 0 a 17 años	2.1 Niñez (0 a 11 años) <ul style="list-style-type: none"> - Primera infancia (0 a 5 años) - Segunda Infancia (6 a 11 años) Transición: Pubertad 2.2 Adolescencia (12 a 17 años) Transición: a la vida laboral
III. Etapa laboral 18 a 64 años	3.1 Juventud (18 a 24 años) 3.2 Aduldez (25 a 64 años) <ul style="list-style-type: none"> - Adultos jóvenes (25 a 40 años) - Adultos intermedios (41 a 50 años) - Adultos mayores (51 a 64) Transición: Climaterio femenino y masculino
IV. Etapa jubilar 65 a + años	4.1 Etapa Dorada <ul style="list-style-type: none"> - Senectos primarios (65 a + 69) - Senectos intermedios (70 a 74) 4.2 Etapa Platino <ul style="list-style-type: none"> - Ancianos (75 a 84) - Longevos (85 a 94) - Prolongevos (95 a + años)

Fuente: Mansilla, 2000, p. 115.

La discapacidad intelectual en las personas jóvenes y adultas sigue otro recorrido al de los menores y, estas características siguen estando recogidas en el DSM – 5. Hay diferencias según los niveles de gravedad recogidos en el Manual Diagnóstico (DSM – 5, APA, 2013 pp. 19 – 22):

- Leve:
 - Dominio conceptual: en este grupo de edad se presenta como una alteración del pensamiento.
 - Dominio social: esta área es similar en todas las etapas de la vida.
 - Dominio práctico: es necesario algún apoyo para ciertas actividades cotidianas que, durante la juventud o la adultez, se podrían llevar a cabo de manera independiente.
- Moderado:
 - Dominio conceptual: durante el desarrollo, estas habilidades, si se compara con los iguales, están más retrasadas. En las personas adultas se precisa de ayuda en habilidades académicas, de la vida personal, etc.
 - Dominio social: las diferentes áreas dentro de este dominio (capacidad de relación, de toma de decisiones, la amistad, etc.) se ven limitadas y es necesaria una ayuda para tener éxito en este dominio.
 - Dominio práctico: puede participar en todas las actividades básicas de la vida diaria pero precisan de un largo tiempo de aprendizaje y necesitan un apoyo continuo para lograr realizar diferentes actividades como cualquier adulto sin discapacidad.
- Grave:
 - Dominio conceptual: estas habilidades son considerablemente reducidas. Se precisa de un alto grado de apoyo.
 - Dominio social: las funciones de comunicación son bastante limitadas. Las relaciones con la familia y otras personas son de gran ayuda.
 - Dominio práctico: se necesita ayuda y supervisión constante para las actividades básicas de la vida diaria.
- Profundo:
 - Dominio conceptual: estas habilidades están generalmente afectadas por alteraciones motoras y sensitivas que en algunas ocasiones impiden el uso funcional de los objetos.

- Dominio social: generalmente la comunicación es no verbal y no simbólica. Como en el dominio anterior, las alteraciones motoras y sensitivas afecta negativamente al desarrollo de muchas actividades sociales.
- Dominio práctico: aunque puede participar en actividades diarias, depende de otras personas para realizar muchas tareas.

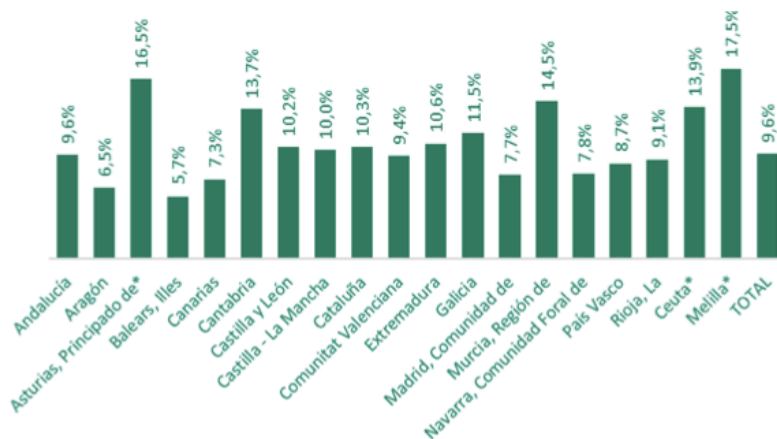
2.2.2 *Personas con Discapacidad en España*

En España, se reconoce la discapacidad a las personas que demuestran un grado de discapacidad igual o superior al 33%. Este reconocimiento depende de las administraciones autonómicas que, son las encargadas de evaluar el grado de discapacidad de cada persona. Este reconocimiento, aunque dependa de cada Comunidad Autónoma, tiene la misma validez en todo el país (Real Decreto 888/2022, 2022).

La Secretaria de Estado de Derechos Sociales, recoge el número de personas con discapacidad que hay en España. Estos datos se detallan a través de un informe de la Base Estatal de Datos de Personas con Valoración del Grado de Discapacidad año 2023. Los datos utilizados son las valoraciones hechas con el CIE – 10 y con fecha hasta el 31/12/2023 (menos Asturias, Ceuta y Melilla, que no han actualizado datos) (Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, 2023).

En el año 2023, España, tenía 48.085.361 habitantes. De es número de personas, 4.618.261 personas fueron valoradas con algún tipo de discapacidad, llegando al 9,6% de la población total. El número y porcentajes de personas valoradas con discapacidad por Comunidades Autónomas es el siguiente (figura 1 y tabla 2):

Figura 1: Porcentaje de personas valoradas sobre la población 2023.



Fuente: Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, 2023, p. 8.

Tabla 2: Número de personas reconocidas con discapacidad por CCAA.

COMUNIDAD AUTÓNOMA	POBLACIÓN 2023	PERSONAS VALORADAS 2023
Andalucía	8.584.147	571.715
Aragón	1.341.289	75.643
Asturias*	1.006.060	115.173
Illes Balears	1.209.906	50.087
Islas Canarias	2.213.016	127.779
Cantabria	588.387	67.722
Castilla y León	2.383.703	173.965
Castilla la Mancha	2.084.086	154.226
Cataluña	7.901.963	644.138
Comunitat Valenciana	5.216.195	324.708
Extremadura	1.054.306	76.293

Galicia	2.699.424	214.460
Madrid	6.871.903	388.930
Murcia	1.551.692	157.063
Navarra	672.155	37.726
País Vasco	2.216.302	141.202
La Rioja	322.282	20.403
Ceuta	83.052	8.678
Melilla	85.493	11.533
ESPAÑA	48.085.361	4.618.261

Fuente: Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, 2023, p. 8.

De los datos anteriores, a continuación se detallan los datos de las personas que presentan discapacidad intelectual como primera deficiencia. Por otra parte, también se separa dentro de este grupo a las personas por grupos de edad. En este caso, se ha seleccionado a los grupos de edad que interesan en este proyecto, de 18 a 34 años y de 35 a 64 años (tabla 3):

Tabla 3: Personas valoradas con discapacidad intelectual como primera deficiencia y por grupo de edad.

TIPO DE DISCAPACIDAD	AÑO 2023	DE 18 A 34 AÑOS	DE 35 A 64 AÑOS
Discapacidad intelectual	294.328	82.498	85.758

Fuente: Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, 2023, p. 30.

2.3 Deporte y Personas con Discapacidad Intelectual

Parlebas (1988) define el deporte como “una situación motriz de competición institucionalizada. Eso quiere decir que requiere el movimiento corporal y que está regulado por unas normas que ha definido una institución. Otras definiciones más recientes ofrecen una visión más amplia del término anterior, como la de Parry (2019) que, lo define como “una forma de juego físico con reglas institucionalizadas, orientado al logro, que implica competencia y un valor cultural significativo”. Añade el logro, la competencia y el valor cultural, por lo que refiere que el deporte se ha convertido en un fenómeno social y está orientado a alcanzar un logro individual o colectivo.

En el caso de La Liga Genuine, nos referimos a deporte ya que la competición contiene una serie de normas que durante los partidos todos los equipos deben seguir, por ejemplo, las faltas, los goles, córner, etc.

Cuando España ratificó la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas que, reconoce los derechos de las personas con discapacidad, se comprometió a asegurar estos derechos. Entre ellos se encuentra el artículo 30 que especifica el derecho de las personas con discapacidad a participar en actividades deportivas, acceder a las instalaciones, a los servicios deportivos, etc. (ONU, 2008).

Atendiendo al artículo de Cagigal (1963) “Psicopedagogía del deporte” señala la importancia del deporte a nivel social. Plantea la idea de que el deporte no se debe concebir solo como la actividad física sino como una herramienta que ayuda a la persona en la totalidad de su desarrollo. Es decir, la práctica deportiva, promueve el crecimiento físico pero, también funciona como un instrumento para la formación y desarrollo de la personalidad, el carácter y la educación.

2.3.1 *Beneficios del Deporte*

El deporte trae consigo diversos beneficios para las personas que lo practican. Para este trabajo, vamos a diferenciar tres tipos de beneficios que aporta el deporte, beneficios físicos, psicológicos y sociales:

- Beneficios físicos: según los autores Granados y Cuéllar, el deporte practicado de forma regular es esencial para preservar y mejorar la salud física. El ejercicio, no solo contribuye a evitar enfermedades, sino que es un recurso de terapia que ayuda a mejorar la calidad de vida. La práctica deportiva mejora el sistema cardiovascular y el inmunológico, incrementa la resistencia muscular, ayuda a aumentar la coordinación, favorece la regulación del peso corporal y reduce el riesgo de sufrir diabetes, hipertensión, entre otras enfermedades crónicas.

Sin embargo, no solo trae estos beneficios físicos palpables. El deporte promueve un vínculo más consciente con el propio cuerpo. Incentiva nuevas costumbres saludables e incrementa la autonomía en las actividades a lo largo de la vida (Granados y Cuéllar, 2018).

- Beneficios psicológicos: la autora Sara Márquez destaca la influencia del ejercicio físico en la salud mental. Ayuda reducir los niveles de estrés, ansiedad, tensión y depresión, a la vez que mejora el bienestar emocional. Por otra parte, señala la importancia del deporte para reforzar la autoestima y la autopercepción de la persona, el desarrollo de habilidades sociales, en este caso en contextos grupales y, en jóvenes promueve la regulación emocional y puede ser un buen medio por el cual canalizar tensiones o frustraciones.

El ejercicio surge como una táctica efectiva y accesible para fomentar una mente saludable. Se debe tratar de integrar el deporte como una práctica que sea sostenible a lo largo de la vida (Marquez, S., 1995).

- Beneficios sociales: Hoy en día, el deporte ha superado su rol lúdico y competitivo para transformarse en un potente instrumento de cambio social. La UNESCO (2015) lo reconoce como un instrumento para promover la inclusión y el crecimiento. Además de potenciar los beneficios mencionados anteriormente, el deporte, funciona como una herramienta con la que se pueden derribar obstáculos culturales, sociales y económicos. En el caso de la Liga Genuine, el fútbol, actúa como una forma de implicar en este deporte a colectivos tradicionalmente excluidos (las personas con discapacidad). En este ambiente se fomenta la unidad social, el respeto a la diversidad y se intensifican los valores como la deportividad.

Algunos autores le dan importancia a orientar correctamente el deporte, sobretodo para las personas jóvenes, ya que eso ayuda incluso a que los problemas se solucionen de manera pacífica y a tomar responsabilidades de otra forma. Es decir, que el deporte es una práctica social que funciona como impulsor de una ciudadanía activa y de una coexistencia democrática (Devís y Peiró, 1992).

Para las personas con discapacidad, los beneficios que tienen a través del deporte son los mencionados anteriormente que tiene un impacto muy significativo para fortalecer la identidad personal, mejorar la calidad de vida y participar en la vida de la comunidad (Leversen, J. S., Haga, M., & Sigmundsson, H., 2012).

Con los beneficios mencionados anteriormente que trae la práctica deportiva también hay que destacar el riesgo del sedentarismo. Actualmente, el sedentarismo se entiende riesgo para la salud no solo como una falta de la práctica de deporte sino, por las conductas pasivas (estar sentado mucho tiempo, estar con una pantalla durante varias horas seguidas, etc.) que se pueden dar por ejemplo en muchos trabajos (Tremblay et al., 2017). Por tanto, para combatir el sedentarismo no solo es necesario fomentar la práctica deportiva sino impulsar estilos de vida más activos.

La Organización Mundial de la Salud (2024) destaca una serie de riesgos que conlleva tener una vida sedentaria. En los niños y los adolescentes, afecta en la salud cardiometabólica, el estado físico, el comportamiento y en la calidad del sueño, entre otras. Para los adultos, señala que el sedentarismo aumenta la mortalidad por cualquier causa, las enfermedades cardíacas, de cáncer o diabetes.

2.3.2 El Fútbol

El fútbol es un deporte colectivo que enfrenta a dos equipos que cada uno tiene como objetivo meter el mayor número de goles y encajar el menor posible. Se juegan partidos de 90 minutos, dos partes de 45 minutos cada una. Cada equipo cuenta con 11 jugadores con diferentes posiciones, portero, defensas, medio centros y delanteros. El partido lo dirige un grupo arbitral que se encarga de aplicar las normas y que el partido se desarrolle de forma legal (IFAB, 2024).

En España, en 2024, más de un millón de personas estaban federadas compitiendo en fútbol. Es con diferencia el deporte con el mayor número de licencias del país y, con los datos de los últimos años, es un valor que va en aumento cada año (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2025).

El fútbol, además de ser el deporte más practicado del mundo se ha convertido en un fenómeno sociocultural en todo el mundo y, actualmente, ya traspasa los límites deportivos y ha ganado un fuerte valor social convirtiéndose en un signo de identidad y pertenencia.

Siguiendo con la idea de Castañón (2018) el fútbol crea un contexto en el que se genera un espacio de lenguaje propio, emoción y convivencia. Giulianotti y Robertson (2007) reflejan que el fútbol favorece la cohesión social de diferentes colectivos y grupos de personas promoviendo el sentido de pertenencia a una comunidad.

En cuanto a la relación del fútbol con el desarrollo personal, da la posibilidad de que las personas mejoren sus habilidades, su salud y fortalezcan el sentido de la responsabilidad. En entornos educativos o de intervención social se demuestra que la práctica del fútbol mejora las habilidades motrices, cognitivas y sociales en determinados colectivos como los niños, los adolescentes y las personas con discapacidad, transformando así el fútbol en una herramienta para la inclusión (Dinkbit, 2024).

Teniendo en cuenta una visión psicopedagógica, el fútbol, da la oportunidad de mejorar diferentes habilidades, como el trabajo en equipo, la comunicación o el respeto por las normas, entre otras. Al ser un deporte de equipo y tener que estar en contacto constante con otras personas se promueve la adquisición de comportamientos psicosociales (Medina & Sánchez, 2023).

2.4 Teorías Relacionadas con la Propuesta De Intervención

En primer lugar, para esta fundamentar esta propuesta de intervención se tendrá en cuenta el modelo de aprendizaje entre iguales. Para ello, hay que atender a la teoría sociocultural de Vygotsky (1979) que apunta la importancia del entorno social y la interacción en el desarrollo. Para este autor, el aprendizaje se desarrolla en la Zona de

Desarrollo Próximo (ZDP) donde una persona puede llevar a cabo tareas con ayuda de iguales más preparados o con más conocimientos. Este contexto permite el aprendizaje entre iguales y permite que las personas se apoyen entre sí para superar obstáculos y generar aprendizajes conjuntos. De esta manera se da un proceso cooperativo y dinámico en el que la interacción social es imprescindible para el desarrollo de las funciones psicológicas superiores.

Para complementar la teoría anterior, hay que destacar la teoría de modelos de referencia positiva desarrollada por Bandura (1977). El autor señala la importancia de entender la manera en la que se da el aprendizaje entre iguales. Destaca que gran parte del aprendizaje se produce mediante la observación e imitación de personas que se consideran modelos. Este proceso lleva a la interiorización de actitudes, valores y habilidades. Para que este aprendizaje sea eficaz, es importante que la persona vea en el modelo como uno valioso en el que encuentre una motivación que produzca un efecto que promueva la asimilación de conductas.

Por último, nos fijaremos en la teoría del constructivismo social de Piaget (1970). Propone que el saber se construye de manera activa por los participantes mediante la interacción con el ambiente y con otras personas. En el contexto de aprendizaje entre iguales la interacción promueve el enfrentamientos de ideas y la reflexión.

Estas dos teorías se reflejan en la propuesta de intervención en la que jugadores de La Liga Genuine participan como mentores de otras personas con discapacidad intelectual que no han tenido experiencias deportivas o tienen una escasa participación social. En esta propuesta, a través de las teorías anteriores, la igualdad y la cooperación son elementos clave para propiciar el aprendizaje y el desarrollo de las personas con discapacidad intelectual ligado también con el deporte y con experiencias deportivas que aportan otro beneficios.

2.5 Habilidades Sociales

Hay diferentes autores que definen las habilidades sociales como por ejemplo, Caballo (2002) que destaca que las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos que permiten a las personas interactuar con otras personas de manera positiva. Tener unas

buenas habilidades sociales hace que las relaciones con otras personas mejoren y sean más efectivas.

El autor mencionado anteriormente diferencia varias agrupaciones de las habilidades sociales (Caballo, V., 2002):

- Habilidades sociales básicas: necesarias para la interacción con otras personas. Este grupo pueden ser escuchar, iniciar y/o mantener una conversación, presentarse, etc.
- Habilidades sociales complejas: llevan al siguiente nivel las habilidades anteriores. Es decir, perfeccionan las habilidades básicas para tener interacciones mejores.
- Habilidades sociales relacionadas con la expresión de sentimientos negativos: permiten manejar situaciones difíciles de una manera más efectiva. Algunas de estas habilidades pueden ser expresar y enfrentar la vergüenza, manejar y controlar la ira, etc.
- Habilidades sociales para controlar los conflictos: estas habilidades permiten resolver los conflictos de una manera segura.

Muñoz García, Crespí Rupérez y Angresh (2011) destacan algunas características de las habilidades sociales y son las siguientes:

- Atienden a la habilidad para interactuar correctamente con los demás para que una persona sea reconocida y apreciada socialmente.
- Son conductas adquiridas, no son una característica de la personalidad.
- Son conductas perceptibles tanto emocional como cognitivamente.
- Ocurren en relación a otra persona.

Las habilidades sociales se desarrollan a través de las experiencias vividas, la maduración y las relaciones con otras personas según el contexto en el que se encuentran (Muñoz García, Crespí Rupérez y Angresh, 2011).

En cuanto a las personas con discapacidad intelectual, tienen más dificultades para adquirir las habilidades sociales. Por ello, es importante mejorar las experiencias de aprendizaje para poder desarrollar y entrenar las habilidades de manera correcta (Viñuales, M. A., 2019).

Por lo explicado anteriormente, la propuesta de intervención del presente trabajo pretende reforzar y mejorar las habilidades sociales de las personas con discapacidad intelectual a través del deporte y de la interacción con iguales. En la propuesta presentada en este trabajo se pretende desarrollar unas determinadas habilidades sociales, para ello, se presentan y definen a continuación:

- Iniciar, mantener y cerrar conversaciones: Dongil Collado y Cano Vindel (2014) señalan que es la capacidad que “nos permite establecer relaciones con otras personas, transmitir información, compartir sentimientos, puntos de vista y experiencias” (p.4).
- Trabajo en equipo: Tovar (2019) lo define como “la necesidad de tener relaciones con otras personas y de establecer una complementariedad para lograr retos que no se alcanzarían individualmente (p. 1).
- Respeto de las normas: es una habilidad que permite a las personas ajustarse a las normas sociales promoviendo la integración, la colaboración y la formación de relaciones en diferentes contextos (Caballo, 2007).
- Pedir ayuda: se refiere a la capacidad de “reconocer que no lo sabes todo y que necesitas consejo o apoyo” (Unobravo, 2025).
- Escucha activa: Sánchez y Obiols (2024) lo definen como “ser capaz de escuchar con comprensión y cuidado, entendiendo lo que la otra persona quiere decir y transmitiendo que hemos recibido su mensaje” (p. 15).
- Seguir instrucciones: se entiende que es la capacidad de entender y atender las instrucciones que otras personas dicen que hagas, confiando en su criterio (Alania Contreras, Márquez Álvarez, Gutiérrez Gala, De la Cruz y Dayan Ortega Revolo, 2019).

2.6 La Liga Genuine

La liga Genuine se inició en la temporada 2017/2018 a raíz de la idea de crear una liga para personas con discapacidad intelectual de dos jóvenes con Síndrome de Down de Tarragona. Es una liga pionera en el mundo, ya que fue la primera liga exclusivamente para personas con discapacidad intelectual. Esta competición se impulsa a través de la Fundación de LA LIGA y tiene un fuerte compromiso social. La liga tiene tres objetivos:

- Normalización de la práctica del fútbol en el colectivo de personas con discapacidad intelectual.

- Compromiso del fútbol profesional con un proyecto integrador y socialmente responsable.
- Promover que los clubes de LA LIGA cuenten con su equipo Genuine.

La competición se lleva a cabo a través del lema “competir antes que compartir”, es decir, lo principal de esta liga no es competir sino compartir gestos y valores. Tiene un sistema de puntuación diferente a una competición ordinaria, no solo suman las victorias, también se acumulan puntos por las actitudes de deportividad entre jugadores y cuerpos técnicos. La competición tiene las siguientes características:

- Los equipos son de categoría única y mixtos. Se dirige a personas mayores de 16 años y que acrediten discapacidad intelectual mínima del 33%
- partes. 10 minutos por parte. 2 minutos de intermedio y 5 minutos de descanso.
- Se suma 1 punto por parte ganada.
- El equipo que gana suma 3 puntos; el que pierde 1 punto; y, el empate suma 2 puntos para cada equipo.

Actualmente participan 47 equipos que representan a clubes profesionales del fútbol español. 20 equipos de primera división, 20 de segunda división, 6 equipos de la primera federación y 1 de la segunda federación.

Como hemos dicho anteriormente, esta competición no solo promueve la práctica del fútbol entre el colectivo de las personas con discapacidad intelectual sino que también tiene un compromiso social. Eso se refleja en el impulso de la formación y la inclusión laboral de las personas con discapacidad intelectual. Lo hacen entre acuerdos con empresas privadas creando puestos de trabajo para personas que participan en la liga.

3 FASE 1: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

La motivación nace al querer unir el mundo del fútbol, a través de La Liga Genuine, con el de la psicopedagogía, para favorecer el desarrollo de las habilidades de este colectivo específico.

La propuesta contará con tres fases, la primera será la propuesta basada en la literatura expuesta anteriormente. A continuación se hará un contraste con IA a través de un cuestionario. Y, por último, se rehará al propuesta teniendo en cuenta la opinión de IA

Esta propuesta se desarrolla con el objetivo de que las personas con discapacidad intelectual desarrollen determinadas habilidades sociales a través de un deporte de equipo como es el fútbol. Por otra parte, también se proporcionará una experiencia deportiva a personas con discapacidad intelectual que no han podido experimentarlas o que tienen un baja participación social.

La propuesta de lleva a cabo durante 6 fines de semana. El formato de la intervención se divide en 6 jornadas con sesiones de bienvenida y convivencia, sesiones de entrenamientos de fútbol y sesiones de convivencia, completando así la jornada. Entenderemos por jornada el agrupamiento de esas sesiones en un fin de semana completo. Formando así, 6 jornadas que se desarrollarán durante toda la temporada.

A su vez, que esto se lleve a cabo de la mano de otros jugadores que participan en La Liga Genuine que se caracteriza por trabajar con el colectivo de personas con discapacidad en el mundo del fútbol.

Se pretende que los jugadores de La Liga Genuine actúen como mentores de otras personas con discapacidad intelectual. Durante las jornadas serán el apoyo de las personas a las que se dirige la propuesta de forma directa. Esto no quiere decir que los jugadores que actúen como mentores no obtengan ningún beneficio. Los mentores también se beneficiarán de su participación en la propuesta, aumentarán otras habilidades como el liderazgo, la empatía o el trabajo en equipo.

La idea de contar con 30 personas participantes y 6 jugadores de La Liga Genuine es para poder hacer 6 grupos de entrenamientos de 5 participantes y 1 jugador de La Liga Genuine. Este número puede variar según las características y necesidades del momento.

Por último, hay que destacar que el grupo de edad al que se dirige es de 18 a 64 años. Son edades con las que pueden participar en La Liga Genuine y, con la escala Bio – Psico – Social se considera adultos a las personas en ese rango de edad.

La intervención se puede desarrollar con otro número de participantes, en otras sedes, etc., teniendo en cuenta las características reales del contexto según el momento en el que se vaya a desarrollar.

3.1 Diseño de la propuesta de intervención en base a la literatura

3.1.1 Justificación

Como se ha reflejado en el marco teórico, el deporte, tiene un gran valor e influencia social. Es una gran herramienta que influye notablemente en la promoción de la inclusión y en el desarrollo integral de las personas.

Por un lado, basar la propuesta en el modelo de aprendizaje entre iguales hace que los dos grupos que, en este caso, van a participar se lleven numerosos beneficios y que el aprendizaje y el desarrollo de todas las personas seas más eficaz.

Por otra parte, las personas participantes, también obtendrán beneficios físicos con la práctica deportiva dejando a un lado comportamientos relacionados con el sedentarismo y se reducirá también las posibilidades de aparición de enfermedades crónicas, creando buenas rutinas de salud.

Lo destacado anteriormente, va a favorecer en el desarrollo de habilidades sociales que, como se ha señalado en el marco teórico serán: iniciar, mantener y cerrar conversaciones, el trabajo en equipo, el respeto de las normas, pedir ayuda, la escucha activa y seguir las instrucciones. Todo ello se hará a través de las jornadas. Estas jornadas se compondrán de un tiempo de convivencia y un tiempo de entrenamientos de fútbol.

La elección de las personas que van a participar se haría a través de asociaciones o fundaciones de las diferentes Comunidades Autónomas y de los equipos genuine. Las parejas se formarán solo en la primera jornada y serán las mismas para todo el desarrollo de la propuesta. Lo único que cambiarán serán los grupos de entrenamiento para coincidir entre todos. De esta forma, poco a poco, se irán fortaleciendo los vínculos que se creen entre usuario – mentor.

En relación a la duración de la propuesta, se valoran, 6 fines de semana durante la temporada, para que el vínculo que se cree entre usuario – mentor vaya creciendo y se refuerce cada jornada.

En cuanto a la Liga Genuine, hay que destacar la importancia de su participación. Es una liga pionera en el mundo que promueve valores como la igualdad o la solidaridad. Más allá de la importancia de deporte, tiene una fuerte influencia social. Trabaja por la inclusión laboral de las personas con discapacidad intelectual, ofreciendo numerosas oportunidades a los jugadores que participan en ella.

3.1.2 *Personas Destinatarias*

En este apartado se diferencian 2 grupos: los usuarios a los que se dirige la propuesta concreta y las personas que participarán en ella. A continuación se detallarán las características y funciones que tendrán las personas participantes.

Usuarios:

- 30 personas entre 18 y 64 años.
- Sin experiencias deportivas o con escasa participación social.
- De diferentes ciudades del país.
- Que se encuentre dentro de alguna asociación o fundación.
- Se contará con la ayuda de Fundación Asprona para conseguir participantes.

Jugadores/as de La Liga Genuine:

- 6 personas

- Apoyar a su grupo de referencia para ayudar a mejorar las habilidades sociales de las personas participantes
- Será el mismo grupo durante las 6 jornadas para crear un vínculo.

Entrenadores/as:

- 6 personas.
- Entrenadores de La Liga Genuine.
- Se encargarán de preparar las sesiones de entrenamiento.

Psicopedagogo/a:

- 1 persona.
- Su función será encargarse de desarrollar la propuesta, estar pendiente de las necesidades que surjan durante el desarrollo y de llevar a cabo las evaluaciones y atender los resultados.

3.1.3 Objetivos

Los objetivos se diferencian entre el objetivo general y los objetivos específicos.

Objetivo general:

- Mejorar las habilidades sociales de las personas con discapacidad intelectual a través del fútbol teniendo como referentes a jugadores de La Liga Genuine.

Objetivos específicos:

- Aumentar la autoestima, integración y habilidades de personas con discapacidad intelectual.
- Facilitar la participación en la práctica deportiva en personas con discapacidad intelectual.
- Trasladar las habilidades obtenidas a las actividades de la vida.
- Evaluar el grado de satisfacción tras cada jornada de convivencia y al finalizar la propuesta.

3.1.4 Metodología

La metodología de esta propuesta pretende ser participativa y activa. Los usuarios y los jugadores de La Liga Genuine serán actores del proceso de enseñanza – aprendizaje. De esta manera, los entrenadores y el/la psicopedagogo entrarán en un segundo plano para controlar que la propuesta siga un desarrollo correcto. Se pretende que durante los entrenamientos surjan los aprendizajes y el desarrollo y adquisición de las habilidades sociales.

Por otra parte, la intervención tendrá una metodología basada en el modelo de aprendizaje entre iguales. Se busca que los usuarios tengan un modelo de iguales (serán los jugadores de La Liga Genuine) para aprender y desarrollar las habilidades sociales. Esta metodología se desarrollará a través de jornadas de convivencia.

La figura del psicopedagogo será una guía para dar forma y evaluar todo el proceso de intervención.

3.1.5 Recursos y Espacios

En este apartado se presentan los recursos y espacios en los que se podría desarrollar la propuesta.

Recursos materiales: como materiales se utilizará el material deportivo necesario en cada sesión de entrenamiento.

Recursos espaciales: en este caso son instalaciones hipotéticas de equipos que participan en La Liga Genuine y, según las circunstancias se podrían cambiar las ciudades. Para el fin de semana es necesario que la intervención se desarrolle en una ciudad deportiva con al menos 3 campos de fútbol 8. Las sedes se han pensado teniendo en cuenta que cada jornada se acerque a una parte del país y que sea fácil de llegar (avión, tren o autobús) ya que participan personas de todo el territorio español. Las ciudades y sedes que se han planteado son:

- Comunidad de Madrid – Ciudad Deportiva Fernando Santos de la Parra (Getafe CF)
- Comunidad Valenciana – Ciudad Deportiva del Valencia CF (Valencia CF)

- Castilla y León – Anexos al Estadio José Zorrilla (Real Valladolid CF)
- Andalucía – Ciudad Deportiva Luis Del Sol (Real Betis Balompié)
- Cataluña – Ciutat Esportiva Joan Gamper (FC Barcelona)
- País Vasco – Instalaciones de Lezama (Athletic Club)

Recursos humanos:

- Entrenadores de La Liga Genuine.
 - Se encargarán de preparar las sesiones de entrenamiento.
- Psicopedagogo:
 - Su función será encargarse de desarrollar la propuesta, estar pendiente de las necesidades que surjan durante el desarrollo y de llevar a cabo las evaluaciones y analizar los resultados.

3.1.6 Temporalización

Se harán 6 jornadas durante el desarrollo de toda la temporada. La separación de las jornadas servirá para que los participantes puedan acudir a otras actividades externas a la intervención sin interrumpir la rutina en demasía. Cada jornada será en una sede diferente de las mencionadas anteriormente.

Las fechas de las jornadas pueden variar teniendo en cuenta cuando se hicieran los partidos de La Liga Genuine para que no coincidieran. Esto permitirá garantizar la participación concreta de las personas que juegan en la Liga Genuine y de los entrenadores, respetando siempre las competiciones oficiales (tabla 4).

Antes de las jornadas los mentores y los entrenadores se reunirán en una sesión de formación para conocer en profundidad el desarrollo de la propuesta y las funciones que llevarán a cabo en ella. Esta sesión se hará por videollamada.

Tabla 4: ejemplo de fechas y fases

1ª FASE	2ª FASE	3ª FASE	4ª FASE	5ª FASE	6ª FASE
---------	---------	---------	---------	---------	---------

Comunidad de Madrid	Comunidad Valenciana	Castilla y León	Andalucía	Cataluña	País Vasco
Ciudad Deportiva Fernando Santos de la Parra (Getafe CF)	Ciudad Deportiva del Valencia CF (Valencia CF)	Anexos al Estadio José Zorrilla (Real Valladolid CF)	Ciudad Deportiva Luis Del Sol (Real Betis Balompié)	Ciutat Esportiva Joan Gamper (FC Barcelona)	Instalaciones de Lezama (Athletic Club)
28 – 29 – 30 Noviembre 2025	13 – 14 – 15 Febrero 2026	20 – 21 – 22 Marzo 2026	17 – 18 – 19 Abril 2026	15 – 16 – 17 Mayo 2026	12 – 13 -14 Junio 2026

Fuente: Elaborción propia

En la siguiente tabla se ofrece otra visión de cuando se llevará a cabo cada fase y las sesiones previas (tabla 5 y 6).

Tabla 5: indicadores temporalización

	SESIÓN DE FORMACIÓN MENTORES Y ENTRENADORES
	FASE 1
	FASE 2
	FASE 3
	FASE 4
	FASE 5
	FASE 6

Fuente: Elaborción propia

Tabla 6: temporalización

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
NOVIEMBRE																															
FEBRERO																															
MARZO																															
ABRIL																															
MAYO																															
JUNIO																															

Fuente: Elaborción propia

3.1.7 *Desarrollo de las Actividades*

Cada jornada va desde el viernes por la noche hasta el domingo por la mañana ya que esos dos días por la tarde estarán destinados a que todas las personas que participan vuelvan a sus ciudades. De esta manera, las jornadas quedarán divididas de la siguiente manera:

Viernes:

- Tarde: llegada de los participantes.
- Noche: sesión de bienvenida. Se harán las parejas de usuarios y mentores. Después de formaran los grupos y se explicará el funcionamiento de la jornada, los horarios y las normas.

Sábado:

- Mañana: sesión de entrenamientos por turnos.
- Tarde: sesión de entrenamiento.
- Noche: fiesta de convivencia entre los participantes.

Domingo:

- Mañana: evaluación por grupos
- Tarde: viaje de vuelta.

A continuación, se explican las actividades que se desarrollarían durante una jornada completa (de la tabla 7 a la 18):

Tabla 7: sesión de bienvenida

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Sesión de bienvenida
DURACIÓN: 2 horas
CARACTERÍSTICAS DE LA FORMACIÓN: Llevada a cabo por el psicopedagogo
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Presentar las jornadas. • Crear una relación usuario – mentor. • Favorecer la capacidad de iniciar, mantener y cerrar conversaciones.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:
<ul style="list-style-type: none"> • Se presentarán las jornadas, explicando en que van a consistir, los horarios y las normas. • Se formarán los grupos de participantes – mentor (5 participantes y 1 mentor por grupo) • Se harán dinámicas de presentación por parejas y luego por grupos.
Las parejas y los grupo se formarán solo la primera vez. El resto de las 5 jornadas se cambiarán solo los grupos.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 8: sesiones de entrenamiento

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Sesiones de entrenamiento
DURACIÓN: 6 horas al día (sábado mañana y tarde)
CARACTERÍSTICAS DE LA FORMACIÓN: Llevada a cabo por los entrenadores de La Liga Genuine.
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Adquirir formación sobre fútbol. • Impulsar el trabajo en equipo. • Fomentar el respeto por las normas. • Favorecer la capacidad de pedir ayuda. • Desarrollar la capacidad de seguir instrucciones.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Se harán ejercicios y entrenamientos de fútbol bajo la supervisión y planificación de los entrenadores de La Liga Genuine (ejemplos de ejercicios se explican en las siguientes tablas). • Habrá un entrenador de referencia por cada grupo. Es decir, seis entrenadores que siempre acompañarán a sus grupos.

- Los entrenamientos se dividirán en 3 horas por la mañana y 3 horas por la tarde. Durante las horas de entrenamiento se hará un descanso de 30 minutos a mitad de cada sesión para beber agua y tomar una pieza de fruta.
- Habrá 6 grupos de entrenamiento que estarán formados por 5 participantes y 1 mentor.
- Las sesiones de entrenamiento juntarán a 2 grupos. Cada jornada los grupos irán rotando para coincidir todos los grupos. Se hará de esta forma:
 - Jornada 1: G1 – G2 / G3 – G4 / G5 – G6
 - Jornada 2: G1 – G3 / G2 – G5 / G4 – G6
 - Jornada 3: G1 – G4 / G2 – G6 / G3 – G5
 - Jornada 4: G1 – G5 / G2 – G4 / G3 – G6
 - Jornada 5: G1 – G6 / G2 – G3 / G4 – G5
 - Jornada 6: G1 – G2 / G3 – G4 / G5 – G6

FUENTE: Elaboración propia

A continuación, se detalla un ejemplo de sesión de entrenamiento completa que se llevaría a cabo durante el sábado de una jornada. Estas actividades están relacionadas con los objetivos expuestos en la tabla anterior:

Tabla 9: ejercicio de “calentamiento”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Calentamiento
DURACIÓN: 30 minutos
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Preparar los músculos para la actividad deportiva.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Se realizarán ejercicios de calentamiento para evitar lesiones y preparar el cuerpo para el entrenamiento deportivo.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 10: ejercicio de “circuito de habilidad”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Circuito de habilidad
DURACIÓN: 60 minutos
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Adquirir formación sobre fútbol.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Se crearán estaciones en las que se trabajen diferentes habilidades básicas de fútbol como: controles, pases, tiros a portería, manejo de las dos piernas, posiciones de fútbol, normas básicas de fútbol, etc. • Se dividirán a los grupos en tantas estaciones como haya y todos participarán en todas las estaciones.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 11: ejercicio de “el pase del equipo”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: El pase del equipo
DURACIÓN: 30 minutos
HABILIDAD SOCIAL QUE SE TRABAJA: Trabajo en equipo <ul style="list-style-type: none"> • Para lograr el objetivo de este ejercicio se realiza una actividad en la que para que salga bien tienen que trabajar en equipo.
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Impulsar el trabajo en equipo.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • El grupo se situará en el campo formando un círculo.

<ul style="list-style-type: none"> • Los participantes tendrán que ir pasando el balón sin repetir al mismo jugador dos veces seguidas. • Se podrá ir aumentando la dificultad, por ejemplo, se puede poner a una o varias personas en el centro y jugar un rondo sin repetir el pase.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 12: ejercicio de “reglas sorpresa”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Reglas sorpresa
DURACIÓN: 60 minutos
HABILIDAD SOCIAL QUE SE TRABAJA: Respeto de las normas <ul style="list-style-type: none"> • Para lograr el objetivo de este ejercicio se realiza una actividad en la que para que salga bien tienen que entender y respetar las normas que impone el entrenador durante el ejercicio.
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Fomentar el respeto por las normas.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Se jugará un partido y el entrenador irá introduciendo y cambiando las normas del juego. Por ejemplo, solo se puede pasar con la pierna derecha o, solo se pueden dar dos toques, etc. • Se pueden ganar puntos o penalizar al equipo dependiendo de si están cumpliendo las normas o no.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 13: ejercicio de “marco polo”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Marco polo
DURACIÓN: 30 minutos
HABILIDAD SOCIAL QUE SE TRABAJA: Pedir ayuda <ul style="list-style-type: none"> • Para lograr el objetivo de este ejercicio se realiza una actividad en la que para que salga bien tienen que aceptar y pedir ayuda a otra persona para conseguir coger el balón.
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Favorecer la capacidad de pedir ayuda.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Un usuario o mentor del grupo tendrá los ojos tapados y tendrá que conseguir coger la pelota. • El resto de grupo estará dando pases, sin moverse de su sitio, con el balón intentando que la persona que tiene los ojos tapados no coja el balón. • Otro usuario o mentor tendrá que dar instrucciones para que la persona con los ojos tapados pueda coger el balón.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 14: ejercicio de “mi entrenador dice...”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Mi entrenador dice...
DURACIÓN: 45 minutos
HABILIDAD SOCIAL QUE SE TRABAJA: Seguir instrucciones <ul style="list-style-type: none"> • Para lograr el objetivo de este ejercicio se realiza una actividad en la que para que salga bien tienen que seguir las instrucciones que va dando el entrenador.

OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar la capacidad de seguir instrucciones.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Este ejercicio es similar al “Simón dice”. • Se formarán parejas dentro del grupo. • Se harán pases con las instrucciones que vaya diciendo el entrenador. Por ejemplo, se controla con la pierna derecha y se pasa el balón con la pierna izquierda.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 15: ejercicio de “mis pases”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Mis pases
DURACIÓN: 30 minutos
HABILIDAD SOCIAL QUE SE TRABAJA: Trabajo en equipo y coordinación con otra persona. <ul style="list-style-type: none"> • Para lograr el objetivo de este ejercicio se realiza una actividad en la que para que salga bien tienen que coordinarse con su pareja y con el grupo para que los balones no choquen entre sí.
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar la coordinación entre compañeros
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Se formarán parejas y cada pareja tendrá un balón. • Todo el grupo hará un círculo en el que cada participante tenga a su pareja enfrente en la medida de lo posible.

<ul style="list-style-type: none"> • Tendrán que pasar su balón sin que choque con los demás.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 16: ejercicio de “estiramientos”

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Estiramientos
DURACIÓN: 15 minutos
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Recuperar los músculos tras el ejercicio.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Se realizarán ejercicios de estiramiento para evitar lesiones y recuperar los músculos.
FUENTE: Elaboración propia

A continuación, se sigue explicando el desarrollo de la jornada:

Tabla 17: fiesta de convivencia

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Fiesta de convivencia
DURACIÓN: 2 horas (sábado noche 20:30 – 22:30)
CARACTERÍSTICAS DE LA FORMACIÓN: Llevada a cabo por el psicopedagogo y los entrenadores de La Liga Genuine.
OBJETIVOS: Aumentar los vínculos de convivencia.
HABILIDAD SOCIAL QUE SE TRABAJA: Iniciar, mantener y cerrar una conversación.

<ul style="list-style-type: none"> • En este espacio de convivencia se pretende que los participantes se relacionen entre ellos y con el resto de las personas que intervienen en la propuesta.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • La fiesta consistirá en una cena de picoteo de pie mientras hay música y los participantes pueden bailar, hablar y relacionarse con otras personas que han acudido a las jornadas. • Se pretende crear un espacio de convivencia donde todas las personas participantes se relacionen tanto entre ellos como con los mentores.
FUENTE: Elaboración propia

Tabla 18: sesión de evaluación

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Sesión de evaluación
DURACIÓN:
CARACTERÍSTICAS DE LA FORMACIÓN: Llevada a cabo por el psicopedagogo y los entrenadores de La Liga Genuine
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Expresar el grado de satisfacción de la experiencia. • Favorecer la escucha activa entre los participantes.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • La evaluación se hará por grupos. Es decir, los integrantes de cada uno de los seis grupos harán una evaluación conjunta. • La evaluación será sobre la jornada de convivencia en general, los grupos de entrenamiento, los entrenamientos y las parejas formadas. • Los entrenadores se encargarán de las evaluaciones de cada grupo teniendo en cuenta los cuestionarios del siguiente apartado.

FUENTE: Elaboración propia

3.1.8 Presupuesto

El presupuesto (tabla 19) se ha elaborado teniendo en cuenta el precio medio del transporte y el alojamiento en cada sede, del material, los convenios de los recursos humanos y el coste medio de los seguros en España. Es una estimación hipotética y aproximada de lo que podría costar la propuesta de intervención.

El material deportivo necesario para las sesiones de entrenamiento (balones, conos, petos, etc.) será proporcionado por el club que acoja cada jornada en sus instalaciones. Esas instalaciones serán cedidas por los clubes seleccionados.

El presupuesto se ha ajustado a 43 participantes (30 usuarios, 6 mentores y 7 profesionales). Para elaborar el presupuesto se ha recurrido a la Inteligencia Artificial (OpenAI. 2025) que lo ajustara a las características de la propuesta tomando como referencia precios orientativos:

Tabla 19: presupuesto

TRANSPORTE Y ALOJAMIENTO				
Concepto	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Transporte	Ida y vuelta	70	43 x 6	18.060
Alojamiento	2 noches por jornada	50	2 x 43 x 6	25.800
Dietas	5 comidas por jornada	30	43 x 6	7.740
Subtotal				51.600 €
MATERIAL Y ALIMENTACIÓN				
Concepto	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Fruta y agua	Descansos de entrenamientos	3	43 x 6	774

Botiquín	Uno en cada sede	30	6	180
Subtotal				954 €
RECURSOS HUMANOS				
Profesional	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Entrenadores	6 entrenadores durante las 6 jornadas	300	6 x 6	10.800
Psicopedagogo/a	1 profesional durante las 6 jornadas	400	6	2.400
Subtotal				13.200 €
EQUIPACIONES Y MATERIAL EVALUACIÓN				
Concepto	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Equipaciones	2 (camisetas) por participante	8	43 x 2	688
Material vario	Cuestionarios, encuestas, etc.	4	43 x 6 x 4	1.032
Subtotal				1.720 €
SEGUROS E IMPREVISTOS				
Concepto	Detalle	Precio (€)	Cantidad	Total (€)
Seguro	Accidentes y responsabilidad civil	6	43 x 6	1.548
Imprevistos	5% del total	-	-	3.601
Subtotal				5.149 €
TOTAL				72.623 €

Fuente: Elaborción propia

A continuación se presenta como se financiará la propuesta. Se hará a través de los 6 patrocinadores de La Liga Genuine (EA Sports Puma, Panini, El Corte Inglés, Solán de Cabras y Port Aventura World), una ayuda pública del Consejo Superior de Deportes y una aportación de La Fundación de La Liga.

La aportación de ayuda pública del Consejo Superior de Deportes está publicada en el Boletín Oficial del Estado y está dedicada a la promoción del deporte entre las personas con discapacidad y del deporte inclusivo (BOE-B-2025-5050). Esta partida está destinada a cubrir parcialmente el transporte y el seguro. Con las características de la propuesta y del presupuesto se le ha pedido a la Inteligencia Artificial (OpenAI. 2025) que aproximara una cifra que pudieran conceder a dicha propuesta y, la cantidad que ha valorado han sido 10.000 €. Por lo que, la financiación (tabla 20) de la propuesta quedaría de la siguiente forma:

Tabla 20: financiación

FINANCIACIÓN	IMPORTE (€)
Patrocinadores <ul style="list-style-type: none"> • Dietas (7.740) • Alojamiento (25.800) • Fruta y agua (774) • Botiquines (180) • Material vario (1.032) 	35.526 (5.921 € por patrocinador)
Ayuda estimada del CSD	10.000 €
Aportación Fundación La Liga	27.097 €
TOTAL	72.623 €

Fuente: Elaboración propia

3.1.9 Evaluación

La evaluación de las jornadas será diferente para los usuarios y los mentores, para los entrenadores y para el psicopedagogo. Los usuarios tendrán una evaluación individual tanto al principio de la jornada como al final.

Evaluación inicial usuarios (tabla 21): se hará mediante un cuestionario con el objetivo de conocer el contexto de los participantes y su relación con experiencias parecidas a la propuesta y las expectativas que tienen.

Tabla 21: cuestionario inicial para los usuarios

CUESTIONARIO INICIAL PARA LOS USUARIOS	
¿Has practicado algún deporte de equipo en alguna ocasión? (Rodea) SÍ NO	Si ha contestado SÍ escribe cual ha sido:
¿Qué deportes te gustan o conoces?	
¿Con que frecuencia haces ejercicio? (Rodea) Nunca Menos de una vez a la semana Una o dos veces a la semana	
¿Cómo te sientes en las actividades con más personas? (Marca o añade las que quieras) Muy bien, me gusta. Bien, pero me cuesta un poco. Regular, me pongo un poco nervioso Mal, prefiero hacer actividades solo.	
¿Cómo te gustaría que fuera tu mentor?	
¿Qué esperas de estas jornadas?	

Fuente: Elaboración propia

Evaluación final usuarios (tabla 22) y mentores (tabla 23): durante la mañana del domingo cada grupo hablará sobre como han vivido la experiencia. También harán un cuestionario individual tanto los usuarios como los mentores:

Tabla 22: cuestionario final para los usuarios

CUESTIONARIO FINAL PARA LOS USUARIOS	
Con una nota del 1 al 10, ¿cómo calificarías la experiencia?	¿Por qué?
¿Te ha gustado practicar deporte con otras personas? ¿Por qué?	
¿Cómo te has sentido con tu mentor?	
¿Has hecho más amigos durante la jornada?	
¿Crees que has aprendido con los entrenamientos?	
¿Qué ha mejorado en ti desde que empezaron las jornadas?	
¿Repetirías la experiencia?	
¿Qué cambiarías para la próxima vez?	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 23: cuestionario final para los mentores

CUESTIONARIO FINAL PARA LOS MENTORES	
Con una nota del 1 al 10, ¿cómo calificarías la experiencia?	¿Por qué?
¿Te has sentido cómodo actuando de mentor? ¿Por qué?	
¿Cómo ha sido la relación con tu usuario?	
¿Siento que he mejorado en...? (Marca o añade las que quieras) <ul style="list-style-type: none"> • Escuchar a otras personas • Animar a otras personas • Trabajar en equipo • Ser paciente • Se un buen ejemplo para otra persona 	
¿Qué ha sido lo más difícil de ser mentor?	
¿Qué ha sido lo más fácil de ser mentor?	
¿Repetirías la experiencia?	
¿Qué cambiarías para la próxima vez?	

Fuente: Elaboración propia

Evaluación de los entrenadores (tabla 24): se hará una evaluación después de cada sesión de entrenamiento en cada jornada. Se tendrán en cuenta los ejercicios realizados. Tomando ejemplo de la sesión entrenamiento desarrollada se ha elaborado el siguiente instrumento de evaluación. Cada entrenador evaluará su grupo de referencia.

La valoración de cada indicador se hace a través de una escala en la que 1 = no observado, 2 = parcialmente logrado, 3 = logrado. También se reserva un espacio para los comentarios que los entrenadores crean necesarios.

Tabla 24: evaluación entrenadores

ACTIVIDAD	INDICADOR	1	2	3	COMENTARIOS
Circuito de habilidad	Los participantes muestran interés y atención				
	Sigue las normas básicas del ejercicio				
El pase del equipo	Participa en el ejercicio activamente respetando al grupo				
	Favorece el trabajo con los compañeros para el desarrollo de la actividad				
Reglas sorpresa	Adopta las normas interpuestas por el entrenador				
	Entiende las normas de la actividad				
Marco polo	Acepta la ayuda de quien le guía				

	Se comunica con el guía para conseguir el objetivo de la actividad				
Mi entrenador dice...	Comprende correctamente las normas que pone el entrenador				
	Trabaja con su pareja de forma coordinada				
Mis pases	Mantiene la concentración para conseguir el objetivo del ejercicio				
	Respeto el ritmo del ejercicio y a su pareja				

Fuente: Elaboración propia

Evaluación del psicopedagogo (tabla 25): durante el desarrollo de las jornadas este profesional será un observador de todo el proceso. Por último, se encargará de analizar las evaluaciones realizadas por los usuarios, los mentores y los entrenadores. Con ello, realizará los cambios o mejoras que crea oportuno.

Tabla 25: evaluación del psicopedagogo

ESCALA DE OBSERVACIÓN PSICOPEDAGOGO
Participación de los usuarios
Relación entre usuarios y mentores
Actitud de los usuarios en las sesiones de entrenamiento
Evolución del grupo durante la jornada
Mejora en las habilidades de los usuarios
Adaptabilidad de los ejercicios
Actitud de los mentores frente a los usuarios
Propuestas de mejora

Fuente: Elaboración propia

3.2 Fase 2: Validación de la IA sobre la propuesta inicial

En este apartado se ha creado un instrumento sencillo y comprensible para que la IA valore la propuesta para obtener un análisis preliminar del trabajo presentado. Se ha considerado necesario el apoyo de la IA para, posteriormente, enriquecer la propuesta introduciendo algunos cambios que se crean necesarios.

Tras la cumplimentación del instrumento y la recogida de los datos se persigue mejorar y perfeccionar la propuesta al máximo. Se llevará a cabo una revisión y reestructuración de la propuesta incluyendo las nuevas modificaciones aportadas por la IA. El objetivo de esto es desarrollar nuevamente la propuesta incluyendo algunos cambios para enriquecer la propuesta y que sea más realista.

El proceso de contraste de la propuesta consiste en proporcionarle una serie de instrucciones y características que debe tener en cuenta de la propuesta. Esta validación se ha hecho a través de Chat GPT 4º y las instrucciones que ha tenido en cuenta son las siguientes:

- Para rellenar el cuestionario se utilizarán unos valores del 1 al 4 para calificar cada ítem y, tendrán el siguiente valor:
 - 1 – Muy en desacuerdo.
 - 2 – En desacuerdo.
 - 3 – De acuerdo.
 - 4 – Muy de acuerdo.
- En cada ítem hay un espacio reservado para hacer los comentarios que se crean pertinentes para cada indicador concreto.
- Por último, hay un espacio para hacer comentarios generales de la propuesta.
- Debe tener en cuenta todos los apartados que se encuentran dentro de la propuesta de intervención.
- Debe tener en cuenta que se dirige a personas con discapacidad intelectual.
- Debe tener en cuenta que se desarrolla dentro de la Liga Genuine.
- Debe contestar a todos los apartados que aparecen en la “tabla 26: cuestionario para contrastar la propuesta”.

Tabla 26: cuestionario para contrastar la propuesta

ÍTEM	1	2	3	4	Comentarios
La propuesta responde a una necesidad de las personas con discapacidad intelectual					
Los objetivos son coherentes					
Los objetivos son realistas					
La temporalización es viable					
Las actividades están bien detalladas					
Las actividades se comprenden bien					
Las actividades están ajustadas a los objetivos					
Las actividades están ajustadas al colectivo al que se dirige					
Los recursos materiales, son adecuados con la propuesta					
Los recursos humanos son adecuados con la propuesta					
El presupuesto podría ser viable en la realidad					

El plan de evaluación de los participantes es adecuado					
El plan de evaluación de los entrenadores es adecuado					
Qué añadirías o cambiarías para que la propuesta fuera viable:					

Fuente: Elaboración propia

La IA ha valorado la propuesta de la siguiente forma (tabla 28):

Tabla 27: valoración de la IA

ÍTEM	1	2	3	4	Comentarios
La propuesta responde a una necesidad de las personas con discapacidad intelectual				✓	La propuesta aborda de forma específica la falta de participación deportiva y social en este colectivo.
Los objetivos son coherentes				✓	El objetivo general y los específicos están bien conectados con las actividades y la estructura del programa.
Los objetivos son realistas			✓		Son ambiciosos pero alcanzables si se cuenta con la implicación de las entidades colaboradoras.
La temporalización es viable		✓			Seis jornadas en distintas sedes es realista, pero implica una alta carga organizativa y logística.

Las actividades están bien detalladas				✓	Se especifican tiempos, objetivos, materiales y metodología para cada sesión.
Las actividades se comprenden bien				✓	Son claras y accesibles para todos los perfiles involucrados.
Las actividades están ajustadas a los objetivos				✓	Cada una está diseñada para desarrollar habilidades sociales concretas.
Las actividades están ajustadas al colectivo al que se dirige			✓		Algunas actividades pueden requerir adaptación adicional según el nivel de apoyo que necesiten los participantes.
Los recursos materiales son adecuados con la propuesta				✓	El material deportivo descrito es suficiente y adecuado para los objetivos planteados.
Los recursos humanos son adecuados con la propuesta			✓		Se cuenta con personal especializado, aunque un solo psicopedagogo para todo el grupo podría resultar insuficiente.
El presupuesto podría ser viable en la realidad	✓				El presupuesto está bien estimado, pero depender de múltiples fuentes de financiación simultáneas añade incertidumbre.
El plan de evaluación de los participantes es adecuado				✓	Hay evaluaciones individuales y grupales que permiten recoger información significativa.
El plan de evaluación de los entrenadores es adecuado		✓			Aunque hay evaluación para mentores y entrenadores, se podría profundizar en la recogida sistemática de observaciones durante las sesiones.

Qué añadirías o cambiarías para que la propuesta fuera viable:

- Ampliar el equipo profesional: sería conveniente contar con al menos otro/a psicopedagogo/a o profesional de apoyo para garantizar atención individualizada si surgen dificultades.
- Reformula algunos objetivos específicos para hacerlos más medibles y alcanzables en un corto plazo.
- Reduce el número de sedes (por ejemplo, 3 sedes con 2 jornadas cada una) para facilitar desplazamientos y planificación
- El presupuesto depende de múltiples financiadores a la vez, lo cual es arriesgado. Presenta posibles alianzas con entidades locales o regionales
- Evalúa a los participantes 2 meses después de haber acabado todas las jornadas.

Fuente: OpenAI (2025).

3.3 Versión mejorada de la propuesta

Teniendo en cuenta la valoración anterior de la IA, la nueva propuesta quedaría de la siguiente forma:

3.3.1 *Personas destinatarias*

El cambio que se ha realizado en este apartado es que se ha añadido un profesional con la titulación de psicopedagogía. Este cambio mejora el funcionamiento de la propuesta ya que reparte el trabajo del psicopedagogo en dos personas. También, es un profesional de apoyo para los imprevistos o las necesidades que puedan surgir durante el desarrollo de la propuesta.

En este apartado se diferencian 2 grupos: los usuarios a los que se dirige la propuesta concreta y las personas que participarán en ella. A continuación se detallarán las características y funciones que tendrán las personas participantes.

Usuarios:

- 30 personas entre 18 y 64 años.
- Sin experiencias deportivas o con escasa participación social.
- De diferentes ciudades del país.
- Que se encuentre dentro de alguna asociación o fundación.
- Se contará con la ayuda de Fundación Asprona para conseguir participantes.

Jugadores/as de La Liga Genuine:

- 6 personas
- Apoyar a su grupo de referencia para ayudar a mejorar las habilidades sociales de las personas participantes
- Será el mismo grupo durante las 6 jornadas para crear un vínculo.

Entrenadores/as:

- 6 personas.
- Entrenadores de La Liga Genuine.
- Se encargarán de preparar las sesiones de entrenamiento.

Psicopedagogos/as:

- 2 personas.
- Sus funciones serán encargarse de desarrollar la propuesta, estar pendiente de las necesidades que surjan durante el desarrollo y de llevar a cabo las evaluaciones y atender los resultados.

3.3.2 *Objetivos*

Los objetivos se diferencian entre el objetivo general y los objetivos específicos.

Objetivo general:

- Mejorar las habilidades sociales de las personas con discapacidad intelectual a través del fútbol teniendo como referentes a jugadores de La Liga Genuine.

Objetivos específicos:

- Aumentar la autoestima, integración y habilidades de personas con discapacidad intelectual.
- Facilitar la participación en la práctica deportiva en personas con discapacidad intelectual.
- Fomentar la práctica de habilidades sociales en contextos deportivos.
- Evaluar el grado de satisfacción tras cada jornada de convivencia y al finalizar la propuesta.
- Evaluar la evolución de los participantes a los 2 meses de haber terminado las jornadas.

3.3.3 *Metodología*

En este caso, la metodología, se seguirá manteniendo la de la propuesta original ya que es la base del trabajo y se pretende continuar con ella.

3.3.4 *Recursos y Espacios*

En este apartado se presentan los recursos y espacios en los que se podría desarrollar la propuesta. Los cambios que se han realizado con la propuesta anterior son la reducción del número de jornadas y, por consecuencia, el número de las sedes.

Recursos materiales: como materiales se utilizará el material deportivo necesario en cada sesión de entrenamiento.

Recursos espaciales: en este caso son instalaciones hipotéticas de equipos que participan en La Liga Genuine y, según las circunstancias se podrían cambiar las ciudades. Para el fin de semana es necesario que la intervención se desarrolle en una ciudad deportiva con al menos 3 campos de fútbol 8. Las sedes se han pensado teniendo en cuenta que cada jornada se acerque a una parte del país y que sea fácil de llegar (avión, tren o autobús) ya que participan personas de todo el territorio español. Las ciudades y sedes que se han planteado por su accesibilidad desde distintos puntos del país son:

- Comunidad de Madrid – Ciudad Deportiva Fernando Santos de la Parra (Getafe CF)
- Comunidad Valenciana – Ciudad Deportiva del Valencia CF (Valencia CF)
- Cataluña – Ciutat Esportiva Joan Gamper (FC Barcelona)

Recursos humanos:

- Entrenadores de La Liga Genuine.
 - Se encargarán de preparar las sesiones de entrenamiento.
- Psicopedagogos/as :

Sus funciones serán encargarse de desarrollar la propuesta, estar pendiente de las necesidades que surjan durante el desarrollo y de llevar a cabo las evaluaciones y analizar los resultados.

3.3.5 Temporalización

Al reducir el número de jornadas la propuesta se hace más viable y accesible ya que el dinero que se destina a la propuesta es menor. Por otra parte, se han seleccionado tres ciudades entre las seis anteriores teniendo en cuenta la accesibilidad y facilidad para llegar desde todo el país.

Las fechas de las jornadas pueden variar teniendo en cuenta cuando se hicieran los partidos de La Liga Genuine para que no coincidieran. Esto permitirá garantizar la participación concreta de las personas que juegan en la Liga Genuine y de los entrenadores, respetando siempre las competiciones oficiales (tabla 4).

Antes de las jornadas los mentores y los entrenadores se reunirán en una sesión de formación para conocer en profundidad el desarrollo de la propuesta y las funciones que llevarán a cabo en ella. Esta sesión se hará por videollamada.

Tabla 28: ejemplo de fechas y fases nueva propuesta

1ª FASE	2ª FASE	3ª FASE
Comunidad de Madrid	Comunidad Valenciana	Cataluña
Ciudad Deportiva Fernando Santos de la Parra (Getafe CF)	Ciudad Deportiva del Valencia CF (Valencia CF)	Ciutat Esportiva Joan Gamper (FC Barcelona)
13 – 14 – 15 Febrero 2026	17 – 18 – 19 de Abril de 2026	12 – 13 – 14 Junio 2026

Fuente: Elaboración propia

En la siguiente tabla se ofrece otra visión de cuando se llevará a cabo cada fase y las sesiones previas (tabla 5 y 6).

Tabla 29: indicadores temporalización nueva propuesta

	SESIÓN DE FORMACIÓN MENTORES Y ENTRENADORES
	FASE 1
	FASE 2
	FASE 3

Fuente: Elaboración propia

Tabla 30: temporalización nueva propuesta

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
NOVIEMBRE																															
FEBRERO																															
ABRIL																															
JUNIO																															

Fuente: Elaborción propia

3.3.6 Desarrollo de las Actividades

Se considera que las actividades se adaptarán en cualquier caso a la situación de aplicación real y, por tanto, se mantienen el diseño de actividades de la primera propuesta como punto de referencia.

3.3.7 Presupuesto

En el caso del presupuesto, al reducir el número de jornadas, se ha reducido considerablemente el precio de la propuesta. Por otra parte, en la financiación se ha añadido la aportación económica de una fundación. Estos dos factores hacen que el dinero que destinan los patrocinadores y las fundaciones sea menor.

Tabla 31: presupuesto nueva propuesta

TRANSPORTE Y ALOJAMIENTO				
Concepto	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Transporte	Ida y vuelta	70	44 x 3	9.240
Alojamiento	2 noches por jornada	50	2 x 44 x 3	13.200
Dietas	5 comidas por jornada	30	44 x 3	3.960
Subtotal				26.400 €
MATERIAL Y ALIMENTACIÓN				
Concepto	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Fruta y agua	Descansos de entrenamientos	3	43 x 3	387
Botiquín	Uno en cada sede	30	3	90
Subtotal				477 €
RECURSOS HUMANOS				

Profesional	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Entrenadores	6 entrenadores durante las 6 jornadas	300	6 x 3	5.400
Psicopedagogo/a	2 profesional durante las 6 jornadas	400	2 x 3	2.400
Subtotal				7.800 €
EQUIPACIONES Y MATERIAL EVALUACIÓN				
Concepto	Detalle	Precio Unidad (€)	Cantidad	Total (€)
Equipaciones	2 (camisetas) por participante	8	44 x 2	704
Material vario	Cuestionarios, encuestas, etc.	4	44 x 3	528
Subtotal				1.232 €
SEGUROS E IMPREVISTOS				
Concepto	Detalle	Precio (€)	Cantidad	Total (€)
Seguro	Accidentes y responsabilidad civil	6	44 x 3	792
Imprevistos	5% del total	-	-	1.825
Subtotal				2.617 €
TOTAL				38.526 €

Fuente: Elaborción propia

Tabla 32: financiación nueva propuesta

FINANCIACIÓN	IMPORTE (€)
Patrocinadores <ul style="list-style-type: none"> • Dietas (3.960) • Alojamiento (13.200) • Fruta y agua (387) • Botiquines (90) • Material vario (528) 	18.165 (3.027,5 € por patrocinador)
Ayuda estimada del CSD	10.000 €
Aportación Fundación La Liga	8.000 €
Fundación Asprona	2.361 €
TOTAL	38.526 €

Fuente: Elaborción propia

3.3.8 Evaluación

Las evaluaciones de los participantes, mentores, entrenadores y psicopedagogos seguirían igual y se añadiría una evaluación a los participantes a los dos meses de haber terminado las jornadas para conocer la evolución que han tenido sus habilidades sociales en otros contextos que no sean en los que se ha trabajado en las jornadas. Esta evaluación posterior facilitaría saber si la propuesta ha funcionado tras un periodo en contextos diferentes.

Tabla 33: evaluación posterior participantes nueva propuesta

Evaluación participantes (2 meses después)
¿Cómo te sientes después de haber participado en las jornadas?

Sientes que has mejorado en...			
Habilidad	Mucho	Poco	Nada
Iniciar y mantener conversaciones			
Escuchar a otras personas			
Pedir ayuda			
Trabajo en equipo			
Respetar las normas			
Seguir instrucciones			
¿Sigues manteniendo el contacto con tu mentor y/o tus compañeros?			

Fuente: Elaborción propia

4 CONCLUSIONES

El proceso de elaborar esta propuesta de intervención ha sido muy enriquecedor. Desde el principio me gustaba la idea de unir el deporte con el ámbito de la psicopedagogía. Diseñar una propuesta que acerque el fútbol a personas con discapacidad intelectual y, que además mejorara otros aspectos de la vida de las personas me ha permitido reflexionar sobre como el deporte puede ser una herramienta educativa.

La propuesta que he plasmado en este trabajo siempre ha tenido el objetivo y la voluntad de llevarse a cabo en la realidad. Por ello, se ha utilizado la IA generativa, para mejorarla y hacerla más realista. En este caso, la IA ha sido un herramienta muy útil para dar otra visión a la propuesta. Posteriormente, existe la necesidad de acercar la propuesta a expertos y profesionales que guardan relación la Liga Genuine para adaptar de forma aun más realista la propuesta.

El trabajo se desarrolla teniendo en cuenta como el papel del psicopedagogo/a puede influir de manera muy positivo durante el impulso de una propuesta en el ámbito no formal. En este caso, este perfil profesional, garantiza adaptar la propuesta a las necesidades del colectivo al que se dirige, asegurar la calidad del proceso y que se desarrolle en un entorno de aprendizaje significativo y transformador. Por otra parte, asegura el seguimiento de los usuarios después de haber participado en la propuesta.

Durante todo el desarrollo de la propuesta se pretende promover la adquisición de habilidades sociales y generar momentos de aprendizaje entre iguales. Todo ello a través del deporte que, durante los últimos años se ha convertido en un espacio de aprendizaje más allá de la competición.

Por último, me gustaría destacar la repercusión y visibilidad que tendría desarrollar una propuesta como esta enfocada en mejorar la vida de las personas con discapacidad intelectual e impulsada por un órgano tan potente como es la Liga y su fundación. La Liga Genuine es una liga pionera en el mundo, con unos fuertes valores y un gran compromiso social.

Este trabajo me ha servido para aprender, unir diferentes ámbitos que me apasionan y mejorar con distintas herramientas que son muy útiles, como la IA y, que pueden facilitar el aprendizaje de los alumnos y alumnas si se hace un uso correcto.

5 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abellán García, A., & Hidalgo Checa, R. M. (2011). Definiciones de discapacidad en España.

<https://digital.csic.es/bitstream/10261/36728/1/pm-definiciones-01.pdf>

Alania Contreras, Rubén Darío, Márquez Álvarez, Gianino Luis, Gutiérrez Gala, Zayuri Karim, De La Cruz, Mauro Rafaele, & Dayan Ortega Révolo, Daniela Isabel. (2019). Scale of advanced social skills for students of Communication Sciences. *Conrado*, 15(69), 96-103. Recuperado en 10 de junio de 2025, de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400096&lng=es&tlng=en

Asociación Americana de Psiquiatría, (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM-5), 5a Ed. Arlington, VA, Asociación Americana de Psiquiatría. <https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>

Bandura, A. (1977). *Teoría del aprendizaje social*. Ed: Prentice Hall.

Beledo, J. F. (2018). La comprensión actual de la discapacidad intelectual. *Sal Terrae*, tomo 106, núm. 1234. Págs. 479-492. [Archivo PDF]. <http://www.lacuseraragon.org/wp-content/uploads/2018/07/AQUÍ.pdf>

BOE-B-2025-5050. Extracto de la Resolución de 12 de febrero, de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se convocan ayudas a las Federaciones Deportivas Españolas para el programa Mujer y Deporte y para proyectos de Deporte Inclusivo en el año 2025. 12 de febrero 2025. Sec. V-B. Pág. 7745. No. 39.

Cagigal, J. (1963). Psicopedagogía del deporte. *Archivo histórico de la Revista Española de Educación Física y Deportes (REEFD)*, 15(166-167).

- Caballo, V. E. (2002). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (2.^a ed.). Siglo XXI Editores.
- Calenti, J. C. M. (2003). *Inclusión socio-laboral y envejecimiento en las personas con discapacidad intelectual*. Instituto Gallego de Iniciativas Sociales y Sanitarias. ISBN: 84-932482-4-X
- Carrión, F. (2006). El fútbol como práctica de identificación colectiva. *Quito: FLACSO*.
- Castañón Rodríguez, J. (2018). *Hinchas del idioma: El fútbol como fenómeno lingüístico*. Madrid, Pie de Página. <https://doi.org/10.18002/ehf.v0i41.5867>
- Devís, J., & Peiró, C. (1992). *Actividad física, deporte y salud*. INDE Publicaciones.
- Dinkbit, S. (2024). El fútbol como deporte de socialización | ONDA F.C. *ONDA F.C.* <https://www.ondafc.es/es/el-futbol-como-deporte-de-socializacion/>
- Dongil Collado, E., y Cano Vindel, A. (2014). *Habilidades sociales*. (p.4) Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS) [Archivo PDF]. <https://www.lineaprevencion.com/uploads/lineaprevencion/contenidos/files/guia-habilidades-sociales.pdf>
- Fundación Juan XXIII, (2022). ¿Qué tipos de discapacidades existen? <https://blog.fundacionjuanxxiii.org/que-tipos-de-discapacidades-existen>
- Granados, S. H. B., & Cuéllar, Á. M. U. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, (25), 141-160.

- Giulianotti, R. y Robertson, R. (2007). *Globalization and football*. SAGE Publications.
Recuperado el 8 de junio de 2025, de: https://www.researchgate.net/publication/263460938_Globalization_and_football
- IFAB (2024). *Reglas de juego 2024/2025*. International Football Association Board.
Recuperado el 8 de junio de 2025, de <https://www.theifab.com/es/laws-of-the-game-documents/?language=all&year=2024%2F25>
- Leveresen, J. S., Haga, M., & Sigmundsson, H. (2012). *Physical activity and motor competence in individuals with intellectual disabilities: A review of the literature*. *Research in Developmental Disabilities*, 33(4), 1027–1037.
<https://doi.org/10.1016/j.ridd.2012.01.013>
- Lizama, V. V. (2012). Los modelos de la discapacidad: un recorrido histórico. *Revista empresa y humanismo*, 115-136.
- Mansilla, M. E. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Revista de investigación en Psicología*, 3(2), 105-116.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8176557>
- Márquez, S. (1995). Beneficios psicológicos de la actividad física. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 48(1), 185-206
- MedlinePlus (2021). Discapacidad intelectual. *Enciclopedia Médica*.
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001523.htm>
- Medina, S. S., y Sánchez, J. A. A. (2023). Fútbol formativo sin violencia, propuesta de evaluación del proyecto Plataforma 090. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 45. <https://doi.org/10.1590/rbce.45.e20230043>

- Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 (2023). Base estatal de datos de personas con valoración del grado de discapacidad. *Ed. Subdirección general de planificación, ordenación y evaluación*. https://imserso.es/documents/d/global/bdepcd_2023
- Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes (2025). *Anuario de Estadísticas Deportivas* 2025. [Archivo PDF]. <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/dam/jcr:696669e4-e0c0-4c93-9fa9-c961a6c17cb5/aed-2025.pdf>
- Moran, M. (2024, 30 enero). *Salud - Desarrollo sostenible*. Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/>
- Moran, M. (2024a, enero 26). *Igualdad de género y empoderamiento de la mujer - Desarrollo Sostenible*. Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/gender-equality/>
- Moran, M. (2024b, enero 26). *Reducir las desigualdades entre países y dentro de ellos - Desarrollo Sostenible*. Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/inequality/>
- Muñoz García, C., Crespí Rupérez, P., & Angrehs, R. (2011). *Habilidades sociales*. Ediciones Paraninfo. ISBN: 978-84-9732-825-8
- Observatorio de la Discapacidad Física. (s. f.). La discapacidad física: ¿qué es y qué tipos hay?. <https://www.observatoridiscapacitat.org/es/la-discapacidad-fisica-que-es-y-que-tipos-hay/>
- ONU (2008). Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Nueva York, Estados Unidos. *Organización Mundial de la Salud*. [Archivo PDF]. <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

- Organización Mundial de la Salud (2024). *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- OpenAI. (2025). ChatGPT (versión 15 de julio) [Modelo de lenguaje de gran tamaño]. <https://chatgpt.com>
- Palacios, A. (2008). *El modelo social de discapacidad: orígenes, caracterización y plasmación en la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*. Cermi.
- Pantano, L. (2012). Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF): La versión en lengua española. <http://hdl.handle.net/11181/3052>
- Piaget, J. (1970). *Psicología y pedagogía*. Ed: Morata.
- Plena inclusión España. (2021,). Discapacidad sensorial - Plena inclusión. *Plena Inclusión*. <https://www.plenainclusion.org/discapacidad-intelectual/recurso/discapacidad-sensorial/>
- Plena inclusión España. (2021). *Modelos de la discapacidad*. Plena Inclusión. <https://www.plenainclusion.org/discapacidad-intelectual/recurso/modelos-de-la-discapacidad/>
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Barcelona: Paidotribo.
- Parry, J. (2019). *Sport and Olympism: Philosophical aspects*. Routledge.
- Real Decreto 888/2022, de 18 de octubre de 2022, por el que se establece el procedimiento para el reconocimiento, declaración y calificación del grado de discapacidad, (2022.) *Boletín Oficial del Estado*, núm. 252.
- Sánchez, R. E., y Obiols, M. P. (2024). *Habilidades sociales*. (p.15) MacMillan Profesional.

- Seoane, J. A. (2011). ¿Qué es una Persona con Discapacidad?. *ÁGORA – Papeles de Filosofía*. Vol. 30, núm.1, pág. 143 – pág. 161.
https://minerva.usc.es/xmlui/bitstream/handle/10347/7386/pg_144-%20163_agora30_1.pdf?sequence=1
- Tremblay, M. S., Aubert, S., Barnes, J. D., Saunders, T. J., Carson, V., Latimer-Cheung, A. E., ... & Chinapaw, M. J. M. (2017). *Sedentary Behavior Research Network (SBRN) – Terminology Consensus Project process and outcome*. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 75.
<https://doi.org/10.1186/s12966-017-0525-8>
- Tovar, H. (2019). El trabajo en equipo y la ACE. *Revista Colombiana de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo*, 6(3). (p. 1).
- UNESCO. (2015). *El deporte como herramienta para el desarrollo sostenible*. Secretaría General Iberoamericana (SEGIB). Recuperado de <https://www.segib.org/wp-content/uploads/SEGIB-CID-Deporte-y-ODS-Librillo-1.pdf>
- Unobravo. (2025). *Habilidades sociales: ¿qué son y para qué sirven?*. Recuperado el 10 de junio de 2025 de: <https://www.unobravo.com/es/blog/habilidades-sociales>
- Vigotsky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Ed: Crítica, 136.
<https://terciario.ememoa.esc.edu.ar/biblioteca/psico%20%20desarrollo%20proceso%20psicologicos%20superiores,%20VIGOTSKI.pdf>
- Viñuales, M. A. (2019). Habilidades sociales en la discapacidad intelectual. *Educación y Futuro Digital*, (19), 95-118.
- WHO (2023). Discapacidad. *World Health Organization*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>