

**REPÚBLICA DEL ECUADOR**  
**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI**  
**FACULTAD DE EDUCACION FÍSICA DEPORTES Y RECREACION**



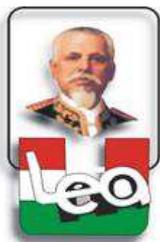
**TEMA: PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO PARA LA  
PRÁCTICA DEL VOLEIBOL SENTADO DIRIGIDO A LAS PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD FÍSICA MANTA-ECUADOR 2016**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de licenciado en Educación  
Física Deportes y Recreación

**AUTOR:**

Darwin Alfredo Conforme Albuja

**Manta, Septiembre 2016**



**REPÚBLICA DEL ECUADOR**  
**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI**  
**FACULTAD DE EDUCACION FÍSICA DEPORTES Y RECREACION**



**TEMA: PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO PARA LA  
PRÁCTICA DEL VOLEIBOL SENTADO DIRIGIDO A LAS PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD FÍSICA MANTA-ECUADOR 2016**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de licenciado en Educación  
Física Deportes y Recreación

**TUTOR:**

Prof. Miguel Ángel Cartaya Olivares, PhD

**Manta, Septiembre 2016**

## **CERTIFICADO DEL TUTOR**

Yo, Miguel Ángel Cartaya Olivares en calidad de tutor del trabajo de grado titulado: **PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, PARA LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL SENTADO, DIRIGIDO A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA MANTA-ECUADOR 2016**, elaborado por el bachiller Darwin Alfredo Conforme Albuja, cedula **131255718-2** egresado de la carrera de educación física, deportes y recreación de la universidad laica Eloy Alfaro de Manabí, previo a la obtención del título de licenciado en educación física, deportes y recreación, me permito declarar que luego de haber orientado, estudiando y revisado, considero que dicho trabajo está apto para su presentación en público, ante el tribunal que la universidad designe.

**Atentamente:**

Prof. Miguel Ángel Cartaya Olivares, PhD

TUTOR

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA

En correspondencia con las orientaciones recibidas he desarrollado el trabajo de grado: Miguel Ángel Cartaya Olivares en calidad de tutor del trabajo de grado titulado: **PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, PARA LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL SENTADO, DIRIGIDO A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA MANTA-ECUADOR 2016**, en el cual plasmo criterios propios acerca de un Programa de entrenamiento deportivo en correspondencia se realizó una propuesta válida para la práctica del Voleibol Sentado dirigido a personas con discapacidad, siendo todos los criterios emitidos de mi plena responsabilidad. Además de la condición de autoría que declaro, manifiesto que la Universidad Laica “Eloy Alfaro” De Manabí (ULEAM) puede ser uso del documento para su lectura o publicación según las regulaciones de la Institución, en todos los casos citando la fuente.

Atentamente

---

Darwin Alfredo Conforme Albuja

131255718-2

## **AGRADECIMIENTO.**

Para empezar le daré gracias a dios por cada día de vida y de todos esos momentos de batallas difíciles y siempre salir delante, También quiero agradecer a mi familia en especial mi madre mi padre quienes en cada momento han demostrado el apoyo sin pedir nada a cambio, sobre todo estos días de dedicación y trabajo, dándome todas las facilidades necesarias.

Agradezco infinitamente a cada profesor/as que ha impartido su conocimiento para comprender y conocer de las cosas en esta especialidad y mención de entrenamiento deportivo como profesión, y que me han ayudado a comprender los valores del deporte y me han instruido como alumno y como persona en estos maravillosos 6 años de estudio.

Agradezco a los que dirigen principalmente la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí seguidamente a mi prestigiosa y querida Facultad de Educación Física Deportes y Recreación, por brindarme y acogerme durante este periodo de estudio y sentirme como en familia, darme la oportunidad del aprendizaje y conocer nuevas metas y retos a cumplir.

Agradezco a todos las personas que brindaron su apoyo en lo laboral y en lo académico en todas las personas que confiaron en mi para emprender largar horas de labor en instituciones públicas y privadas, y agradecer a las personas que me han echado una mano para comenzar a realizar este trabajo de investigación como en el campo laboral al Dr. Jhonny de León director de deportes de Manta y el Presidente del Comité Paraolímpico Bayron López.

Especialmente quien hizo posible la corrección y el desarrollo correcto de esta investigación al Dr. Miguel Cartaya, PhD Tutor de mi investigación quien habría sido imposible en realizar este trabajo de investigación.

Gracias a todos

## ÍNDICE GENERAL

RESUMEN .....	1
INTRODUCCIÓN .....	2
Situación problemática .....	4
Pregunta científica .....	6
Objetivo General:.....	6
Objetivos Especificos: .....	6
Justificación de la Investigación.....	7
Tipo de Investigación.....	8
Tipo de Investigación Documental .....	8
Tipo de Investigación de campo.....	9
Nivel de investigación .....	9
Modalidad de la Investigación .....	9
Modalidad de Proyecto Factible.....	10
Enfoque de la Investigación.....	10
Método de la Investigación .....	10
Técnicas e Instrumentos de Investigación .....	11
Técnica .....	11
Instrumento .....	11
Técnica de Interpretación de Datos .....	11
Población y Muestra .....	12
Población .....	12
Muestra.....	12
Etapas de la Investigación.....	12
Etapa exploratoria .....	12
Etapa documental .....	13
Etapa Descriptiva.....	13
Etapa Técnica .....	13
Etapa de redacción .....	13
Operalización de variable. ....	14
CAPITULO I.....	16
DISEÑO TEORICO .....	16
Programa de Entrenamiento Deportivo.....	16
Programa de Entrenamiento.....	17
Programa Deportivo .....	18
Características de un Programa Deportivo. ....	19
Tipos De Programa Deportivo .....	20
Discapacidad Física .....	22
Tipos de Discapacidad y Clasificación de Discapacidad Física o Amputada. .....	23
Discapacidad física .....	24
Discapacidad sensorial .....	24
Discapacidad intelectual .....	24

Clasificación de la Discapacidad Física o Motriz .....	24
Sistema de clasificación basado en amputaciones. ....	24
Código básico de clasificación. ....	24
Sistema de clasificación basado en amputaciones. ....	25
Abreviaciones: .....	25
Voleibol Sentado .....	26
Código Paralímpico para la Clasificación de atletas en el Voleibol Sentado.	27
Clasificación Funcional .....	27
Las Categorías de discapacidad o de motoras son las siguientes: .....	28
Clasificación del Voleibol Sentado .....	28
Deportes para personas con Discapacidad Física .....	30
Bases Legales de la investigación. ....	32
De La Cultura, Deporte, Recreación Y Turismo .....	32
Plan Nacional Del Buen Vivir Objetivo 2 .....	33
Federaciones Nacionales De Deporte Adaptado Y/O Paralímpico .....	34
Del Deporte Adaptado y/o Paralímpico .....	35
Clubes De Deporte Adaptado Y/O Paralímpico .....	36
CAPITULO II .....	37
PRESENTACION DE LOS RESULTADOS .....	37
Diagnostico que Sustenta la Propuesta .....	56
CAPÍTULO III .....	57
LA PROPUESTA .....	57
Nombre de la Propuesta: La Net de la Inclusión. ....	57
Introducción de la Propuesta.....	57
Justificación de la Propuesta .....	58
Factibilidad Económica.....	59
Factibilidad Social.....	59
Matriz FODA.....	60
Presupuesto .....	61
Recomendaciones para la aplicación de la Propuesta.....	61
Estructura de la Propuesta.....	62
Cronograma de aplicación de la propuesta.....	67
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	68
Conclusiones .....	68
Recomendaciones.....	69
BIBLIOGRAFÍA .....	71
ANEXO A.....	75
Cuestionario.....	75

## ÍNDICE DE CUADROS

Tabla 1. Características de un programa deportivo.....	19
Tabla 2 Tipos de Programa Deportivos.....	21
Tabla 3 Planificación para el logro de metas deportivas.....	37
Tabla 4 Programa deportivo a lograr sus metas personales.....	38
Tabla 5 Organización de actividades.....	39
Tabla 6 Actividades destinadas a la actividad física.....	40
Tabla 7 Practica de la actividad física.....	41
Tabla 8 Programas de actividad en la comunidad.....	42
Tabla 9 Actividades deportivas competitivas.....	43
Tabla 10 Equipo Deportivo.....	44
Tabla 11 Personal Técnico para la realización de actividades deportivas.....	45
Tabla 12 Infraestructuras aptas en su comunidad para la realización de actividad deportiva.....	46
Tabla 13 Programa deportivo gubernamental.....	47
Tabla 14 Registro de atletas en organización deportiva.....	48
Tabla 15 Registro en una organización deportiva.....	49
Tabla 16 Equipo Deportivo de Voleibol Sentado.....	50
Tabla 17 Participación de eventos deportivos de voleibol sentado.....	51
Tabla 18 Participación en eventos o competencia deportivas.....	52
Tabla 19 Trabajo en la actualidad.....	53
Tabla 20 Bono de desarrollo social.....	54
Tabla 21 Transporte de movilización propio.....	55
Tabla 22 FODA.....	60
Tabla 23 Presupuesto.....	61

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Grafico 1. Tipos de discapacidad .....	24
Grafico 2 Clasificación de acuerdo al grado de Amputación.....	25
Grafico 3 Deportes para Discapacidad Física .....	31
Grafico 4 Planificación para el logro de metas deportivas .....	37
Grafico 5 Programa deportivo a lograr sus metas personales .....	38
Grafico 6 Organización de actividades .....	39
Grafico 7 Actividades destinadas a la actividad física .....	40
Grafico 8 Practica de la actividad física.....	41
Grafico 9 Programas de actividad en la comunidad .....	42
Grafico 10 Actividades deportivas competitivas .....	43
Grafico 11 Equipo Deportivo .....	44
Grafico 12 Personal Técnico para la realización de actividades deportivas....	45
Grafico 13 Infraestructuras aptas en su comunidad para la realización de actividad deportiva .....	46
Grafico 14 Programa deportivo gubernamental.....	47
Grafico 15 Registro de atletas en organización deportiva .....	48
Grafico 16 Registro en una organización deportiva.....	49
Grafico 17 Equipo Deportivo de Voleibol Sentado.....	50
Grafico 18 Participación de eventos deportivos de voleibol sentado .....	51
Grafico 19 Participación en eventos o competencia deportivas.....	52
Grafico 20 Trabajo en la actualidad.....	53
Grafico 21 Bono de desarrollo social.....	54
Grafico 22 Transporte de movilización propio .....	55

**REPUBLICA DEL ECUADOR  
UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI  
FACULTAD DE EDUCACION FISICA, DEPORTES Y RECREACION**

**PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO PARA LA PRÁCTICA DEL  
VOLEIBOL SENTADO DIRIGIDO A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD  
FÍSICA MANTA-ECUADOR 2016.**

**Autor:** Darwin Conforme

**Fecha:** Septiembre 2016

**RESUMEN**

La práctica del voleibol es uno de las disciplinas empleadas de forma recreativa y competitiva, este deporte aporta salud y bienestar, fortaleciendo lazos de valores y de capacidades físicas que se desarrollan en el proceso de entrenamiento. Su práctica ajustada a las necesidades de las personas con discapacidad física, representa una alternativa de inclusión social. Es por ello, que el propósito del presente trabajo es elaborar un programa de entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física Manta-Ecuador 2016. Cabe destacar, que para realizar este trabajo se utilizó una metodología con enfoque cuantitativo, la población objeto de estudio estuvo conformada por 50 sujetos y la muestra fue de tipo poblacional, a quienes se les aplicó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario de preguntas cerradas, el cual fue elaborado producto de la operacionalización de las variables, para la interpretación de los resultados se utilizó estadística básica mediante la aplicación de porcentajes, promedios y gráficos. Una vez realizado el análisis de los resultados se puede concluir en la ciudad de Manta, se hace necesario ampliar las políticas de inclusión social mediante la práctica deportiva, de igual forma la clasificación funcional de los involucrados es directamente relacional con el propósito del programa que se pretende ejecutar, de igual forma el municipio cuenta con personal capacitado y estructura deportiva para ejecutar el programa.

**Palabras clave:** Entrenamiento, Voleibol Sentado, Discapacidad física.

## INTRODUCCIÓN

El Deporte, visto desde la discapacidad física, representa en la actualidad una alternativa ideal para fomentar no solo la salud física de sus participantes, sino también como un medio social para la inclusión. Las personas con discapacidad física, encuentran en la actividad deportiva una vía de escape para mejorar tanto su condición emocional como social. Debido a su importancia, fue necesario desarrollar conceptualmente las variables como: Deporte, Discapacidad Física, Voleibol Sentado, Entrenamiento Deportivo, entre otras, lo cual permitió establecer las bases teóricas para sustentar las ideas del trabajo de investigación.

Para una mejor comprensión se hizo necesario estructurarlo en capítulo, el primer capítulo se presenta el planteamiento del problema y objetivos generales y específicos a cumplirse mediante el tema propuesto de la investigación como es la elaboración de un programa de entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física manta que pondrá en práctica competencias y vivencias a las personas con discapacidad mediante el deporte.

En el Segundo capítulo se presenta el marco teórico completo en base su investigación aportando un concepto básico de lo que es un entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física y se mencionara una conceptualización básica referida por el autor. Como efecto de este trabajo, el voleibol sentado se dio a raíz de la II Guerra Mundial que ocasionó que muchas personas, en la Europa Central y Oriental, quedaran gravemente heridas. Duramente ese tiempo el doctor judío, Sir Ludwing Guttman, empezó a introducir deportes adaptados a fin de ayudarles a su rehabilitación. En ese momento, sobre los años 50 del siglo XX, surgió esta variante del voleibol. Escrito por (Romero A. M.) Y explica que en 1957 se sitúa la primera competición conocida del voleibol sentado. Se compitió en Holanda.

En la década de los 70, del siglo XX, se disputaron las primeras competencias internacionales oficiales. En 1978 se aceptó el voleibol sentado como deporte para minusválidos por la Federación Internacional de Deportes para Minusválidos (ISOD). En la década de los 80, el voleibol sentado se convirtió en deporte paralímpico oficial, debutando en los Juegos Paralímpicos de Arnhem, de 1980

Actualmente es uno de los deportes más practicados por los deportistas minusválidos, y se ha convertido en uno de los platos principales de las últimas ediciones de las Paralimpiadas, siendo el evento en el que más espectadores acuden. Teniendo en cuenta la inclusión como deporte para personas con discapacidad física o minusválida, el voleibol sentado es uno de las proyecciones que se pretende lograr empezar a jugarlo en la ciudad de Manta. Se hablara en el trabajo de investigación de la realización de un programa de entrenamiento la cual cumple muchas actividades deportivas en el campo del entrenamiento general o especial en base de la preparación del deportista hacia el deporte señalado que es el voleibol sentado y todo lo referido a programa de entrenamiento y deportivo.

En la discapacidad física no solo tendremos como práctica deportiva el voleibol sentado ya que no también veremos las diversas disciplinas deportivas como son el Fútbol, Baloncesto, atletismo, natación, rugby entre otros. Que estarán situados en el marco teórico como investigación del proyecto. Ya que el voleibol será el que tendremos que más detallados y conocerlos como punto específico. Se desarrolló la metodología que sirvió de guía al investigador para la búsqueda de los datos así como las elaboraciones los instrumentos, se señala también la población la muestra el tipo de investigación entre otros. Posteriormente en el capítulo II se presenta el análisis de la descripción de los resultados, los cuales fueron tomados como base para la construcción de la propuesta

Por último se presenta la propuesta, el resultado del análisis y la evaluación de la situación problemática en la cual se espera que contribuya de la mejor manera en lo planteado en el capítulo I. así como un listado con la bibliografía utilizada para el desarrollo de esta investigación.

## **Situación problemática**

El deporte y recreación están concebidos en la constitución de la República del Ecuador y el Plan Nacional del Buen Vivir como una política social y de inclusión, la cual se ejecuta a través del Ministerio del Deporte y el Ministerio de Educación. Estos principios, respaldan la necesidad que tienen todas las personas de practicar un deporte y actividades recreativas o simplemente utilización de su tiempo libre e la mejor manera posible.

Cabe destacar, que una prioridad del gobierno nacional es la participación activa e inclusión de las personas con discapacidad en todos los programas tanto social, económico, cultural, deportivo, etc. En tal sentido, los gobiernos autónomos descentralizados, (Alcaldías) deben contar con una planificación y un equipo de trabajo que garanticen las políticas sociales, deportivas y recreativas, mencionada arriba, dentro de las cuales se debe incluir a todas las personas con discapacidad física.

Ahora bien, en la provincia de Manabí, en el cantón Manta existe de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadísticas y Censo (INEC) y el CONADIS un total de 1.689 *Femeninas* 2.012 *Masculino en condición de discapacidad física, teniendo* un total de 3.701 en el Cantón Manta. En consecuencia, existe un significativo número de personas con discapacidad física que se beneficiarían de manera directa con la aplicación del programa que se pretende elaborar.

Por otra parte, en la actualidad la Dirección de Deportes del Municipio de Manta, posee falencias en la aplicación de políticas deportivas de inclusión, específicamente para personas con discapacidad física por amputación y es por eso esta investigación ayudara a fortalecer estas debilidades, aportando con el conocimiento de lo investigado y de lo elaborado, programado y ejecutado con base científica y legible para la mejor aplicación de deporte adaptado y recreativo en este campo.

Ahora bien, en la Dirección de Deportes del Municipio de Manta en la actualidad no posee un programa de Entrenamiento Deportivo que practiquen

personas de este rango de edad. Es por ello, que con esta investigación se pretende hacer un aporte significativo para incorporar a las personas con

Discapacidad Física la práctica del Deporte y la Recreación. En este caso específico se propone comenzar con la Disciplina del Voleibol Sentado.

El Voleibol Sentado llega a Ecuador-Manta gracias al profesor Lauro Meza en el año 2015 .esta modalidad de Voleibol Sentado se considera una actividad por excelencia para incorporar a las personas con Discapacidad Física a la práctica deportiva. En consecuencia el propósito de esta investigación es ofrecerle al Municipio mediante la Dirección de Deporte un programa que ofrezca una alternativa diferente del Deporte y la Recreación y que sirva como medio de Inclusión para las personas con Discapacidad Física. Por tal motivo el Autor de esta investigación se hace las siguientes preguntas:

¿Cuál es la situación de las personas con Discapacidad Física por amputación en la ciudad de Manta para la práctica del Deporte y la Recreación del voleibol sentado?

¿Qué alternativas ofrece el municipio para las personas con discapacidad física por amputación para la práctica Deportiva-Recreativa del voleibol sentado?

¿Cuáles son las condiciones de las personas con Discapacidad Física para la iniciación deportiva en el Voleibol Sentado?

¿Qué características debe poseer un programa de entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física?

Para darle respuesta a estas preguntas se plantearan los siguientes objetivos de la investigación:

## **Pregunta científica**

¿Qué elementos deberá contener un programa de entrenamiento deportivo destinado a las personas con discapacidad física en el área de voleibol sentado?

### **Objetivo General:**

Elaborar un programa de entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física manta-ecuador 2016

### **Objetivos Específicos:**

- 1.- Diagnosticar la situación actual de las personas con discapacidad física con relación a la para la práctica del deporte y la recreación en el Cantón Manta.
- 2.- Precisar las necesidades e intereses de las personas con discapacidad física para la práctica de actividades deportivas y recreativas.
- 3.- Clasificar según el grado de discapacidad física a las personas que participaran en el programa de entrenamiento deportivo del voleibol sentado.
- 4.- Evaluar las condiciones de las estructuras deportivas municipales que pueden servir como escenarios para la práctica del deporte y recreación en el voleibol sentado
- 5.- Elaborar un programa de entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física manta-ecuador 2016

## **Justificación de la Investigación**

La Educación Física, como parte de las ciencias de educación, está considerada como un medio por excelencia para la inclusión de personas con discapacidad física, ya que ofrece estrategias y metodologías específicas para el trabajo corporal, es por ello, que se ha evidenciado en los últimos años un interesante desarrollo en esta disciplina. En consecuencia, la educación física ha venido haciendo aportes interesantes para la atención de cualquier tipo de persona indiferentemente de su condición física.

En tal sentido, el voleibol sentado es una disciplina paraolímpica, que está dirigida a personas con discapacidad física (específicamente personas amputadas del miembro inferior), esta actividad que en la actualidad se practica en unos 50 países ; El voleibol sentado comenzó producto de las secuelas de la II guerra mundial de 1939 en algunos soldados la cual se tenían que adaptar al deporte para la realización de actividades y rehabilitaciones a estas personas, tanto así, fue dando realce al voleibol sentado, llegando a convertirse en juego paraolímpico en el mundo como deporte competitivo y recreativo. Desde ahí, se ha masificado y se está practicando en ciudades del Ecuador, tanto así que se realizara en el cantón Manta para beneficios de los deportistas y como competencia deportiva en el Ecuador.

El Voleibol Sentado se lleva a cabo desde lo Deportivo como entrenamiento hasta la conformación de clubes y de un modelo de competición a futura, dando diversidad a lo que es el deporte en el Ecuador y en Manta, tomando en cuenta las políticas que ejercen la constitución y los organismos gubernamentales con la ejecución de actividades sociales, culturales, deportivas, entre otras, mediante la inclusión a personas con discapacidad física, no siendo esta un impedimento a realización de actividad deportiva o entrenar el deporte adaptado y o paralímpico.

Se aspira entonces, que esta actividad contribuya de manera significativa a mejorar las condiciones físicas y emocionales de las personas con discapacidad física, se proyecta que se beneficiaran de manera directa unas 50 personas y de manera indirecta más de 200 personas, es de hacer notar, que

este proyecto de investigación se enmarca dentro de las políticas deportivas del Ecuador y concuerda con el objetivo 2 del Plan Nacional del Buen Vivir. En tal sentido, se espera elaborar un programa de entrenamiento deportivo, para la práctica del Voleibol Sentado, dirigido a las personas con discapacidad física en manta-ecuador del 2016 así como fomentar y masificar el deporte adaptado o paralímpico incluyendo a las personas con discapacidad física a la competición y dándole un estilo de vida diferente en esta disciplina deportiva como es el voleibol sentado.

El diseño de la metodología en su concepto es el conjunto de procedimientos para dar respuesta a la pregunta de investigación y comprobar la hipótesis. Según el autor (Bernal, 2000). Es un plan o estrategia concebida para dar respuesta al problema y alcanzar los objetivos de investigación. El diseño está determinado por el tipo de investigación que se va a realizar. Es de vital importancia para la planificación y el futuro desarrollo de la investigación, lo que se conoce en como diseño metodológico. A esta parte también se le denomina material y métodos o procedimientos. A continuación se concretara todo lo referente al desarrollo del diseño metodológico.

### **Tipo de Investigación**

Sobre el tipo de investigación, (Canales, 1996) señala: "Hay diferentes tipos de investigación, los cuales se clasifican según distintos criterios..." (p. 53). Los criterios empleados establecen los diferentes tipos, son el nivel de investigación el diseño de investigación. El tipo de esta investigación, se expresó de forma documental y de campo en la cual se presentan la definición de cada tipo de investigación.

*Tipo de Investigación Documental:* De manera de investigación científica, la cual tiene que apuntar a las inquietudes, dudas, incógnitas para su entendimiento y conocimiento de lo investigado, la documentación investigada existente se manifiesta en forma directa e indirectamente, aportando con lo que se quiso buscar en el proyecto de investigación.

*Tipo de Investigación de campo:* Es aquel que a través de la investigación se comprende todo lo nivel social y lugares a emplear la ejecuciones del proyecto.

## **Nivel de investigación**

El nivel de investigación según (Cudemos, 2008) la define como:

Esta investigación plantea los siguientes niveles de investigación como objeto de estudio. A continuación presentamos el tipo de investigación por el nivel de investigación: **Documental** que trata en la información que desea por medio de fuentes documentales, procedimiento de los más útiles el investigador comete errores carece de Metodología. Utiliza el método documental que consta de los siguientes pasos: Plan o diseño de la investigación, recopilación de la información en fichas, organización y análisis de la información, redacción de un borrador y presentación final. **Descriptiva** cuando el investigador desea conocer y responde a planteamientos como quién, qué, dónde, cuándo y cómo; también se le conoce como investigación estadística, por lo que sus procesos metodológicos están regidos por una validez interna.

## **Modalidad de la Investigación**

Según (Hernández, 2000) es aquella que mide de manera más bien independiente los conceptos o variables a los que se refiere, aunque desde luego pueden entregar las mediciones de cada una de dichas variables para decir cómo es, y cómo se manifiesta el fenómeno de interés, su objeto no es indicar como se relacionan las variables, sino en medirla con mayor precisión posible". (Pag.2)

## **Modalidad de Proyecto Factible**

En relación a la Modalidad de proyecto factible (Fidias, 2006) manifiestas que consiste en la investigación, elaboración y desarrollo de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos necesidades de organizaciones o grupos sociales que pueden referirse a la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos, o procesos. (p.16)

## **Enfoque de la Investigación**

El enfoque es cuantitativo porque se utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población. Expresadas por (Frida, 2011:en línea).

## **Método de la Investigación**

Los métodos utilizados en del presente trabajo de investigación se pueden enunciar de la siguiente manera:

**A.-Método analítico**, porque permitió establecer las relaciones entre las variables, la problemática y los objetivos para llegar a las conclusiones y a la propuesta.

**B.-Métodos de razonamientos**, para poder elaborar los argumentos y hacer el análisis tanto de la información como de los resultados se utilizó el método deductivo, inductivo,

**métodos de búsqueda**, porque se necesitó datos científicos de información, para conocer base concreta y verificable de toda información que se pretende buscar.

**C.-Método documental**, en el cual se utilizó para la búsqueda de la clasificación y organización de los documentos que sirvieron como elaboración del trabajo.

## **Técnicas e Instrumentos de Investigación**

### *Técnica*

La técnica sirve para la obtención de la información necesaria para conocer la necesidad de un programa de entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física en manta del 2016, la cual se hará uso del siguiente técnica de investigación:

**Encuesta.-** Esta técnica de investigación, aportó en obtener la información del objeto de estudio, proporcionando la información sobre sus opiniones, actitudes o sugerencias indicadas mediante la encuesta. La técnica permite conocer y obtener la información concreta sugerida de las personas que fueras encuestada.

### *Instrumento*

**Cuestionario.-** Se utilizó este instrumento como un formulario impreso, mediante preguntas planteadas y destinadas a obtener respuestas en razón de búsqueda para resolver el problema de estudio y que el encuestado la llena por sí mismo. El cuestionario se le aplicara a cada persona con discapacidad física, tomada como muestras en la investigación, la cual se observara el cuestionario (ver anexo A).

## **Técnica de Interpretación de Datos**

La técnica que se va a emplear es de forma Estadística descriptiva porque consiste en la selección de base informáticas en base del cuestionario y expresados con la utilización de gráficos y lo cuadros estadísticos que se obtuvieron con la encuesta al objeto de estudio de esta investigación, la cual se observara en anexos de la investigación.

## **Población y Muestra**

### *Población*

La población de esta investigación va dirigida a todas las personas con discapacidad física teniendo en cuenta el total del CONADIS 1.689 Femeninas 2.012 Masculino en condición de discapacidad física en Manabí, la cual se realizara un programa de entrenamiento de voleibol sentado en manta del año 2016 con la muestra a continuación.

### *Muestra*

La muestra utilizada para este trabajo fue de tipo poblacional, es decir si tomaron los mismo sujetos de la población, 50 personas con Discapacidad Física de Manta.

## **Etapas de la Investigación**

Para realizar la presente investigación, se siguieron las etapas que se describe a continuación:

### *Etapas exploratoria*

Es aquella que se efectúa sobre un tema u objeto desconocido o poco estudiado, por lo que sus resultados constituyen una visión aproximada de dicho objeto, es decir, un nivel superficial de conocimiento expresadas por el autor. (Morales, 2019)

Comprende en la búsqueda o exploración de la problemática de la investigación, la cual se refleja en un programa de entrenamiento deportivo para la práctica del voleibol sentado dirigido a las personas con discapacidad física en manta en el año 2016, mediante la formulación del planteamiento de problema y las hipótesis de la investigación

### *Etapa documental*

La investigación documental consta de las siguientes etapas:

- Selección del Tema de investigación.
- Delimitación del Problema de investigación.
- Elaboración de una Guía de trabajo.
- Establecer un Calendario de actividades.
- Recolección de la Información.
- Registro en Fichas bibliográficas.
- Análisis de la información.
- Lectura de la Bibliografía.
- Elaboración de Fichas de contenido.
- Redacción del trabajo. <sup>1</sup>

### *Etapa Descriptiva*

En esta investigación se presentaron las siguientes Etapas Descriptivas:

- Se elaboró la problemática,
- Se establecieron los objetivos,
- Se construyó el marco teórico

### *Etapa Técnica*

En esta investigación se presentaron las siguientes Etapas Técnicas:

- Se elaboró la Operalización de las variables,
- Se recogió la información y
- La aplicación de los instrumentos
- 

### *Etapa de redacción*

La etapa de redacción consiste en expresar por escrito los pensamientos e ideas previamente ordenadas. El propósito de la redacción es combinar palabras, frases, textos, entre otras para que a través de ellos, producir un escrito que pueda ser debidamente comprendido por (Romero D. , 2014)

Esta etapa solo deja en claro la elaboración del trabajo completo de la investigación en todos sus capítulos.

---

<sup>1</sup> [http://www.ecured.cu/Metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_investigaci%C3%B3n\\_documental](http://www.ecured.cu/Metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3n_documental)

## Operalización de variable.

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES
Programa de entrenamiento deportivo	Los programas constituyen el conjunto de actividades y servicios deportivos, coordinados e integrados, que partiendo de los planes fijados y de los recursos disponibles, pretenden alcanzar los objetivos determinados de una manera simultánea o sucesiva, de tal forma que se satisfagan las necesidades deportivas que los motivaron	1.planificación 2.deportivo 3.disponibilidad de recursos	1.1Cumplimientos de objetivos y metas 1.2Organización de Actividades 1.3Programación Temporal. 2.1 Actividades Competitivas 2.2 Sesiones de Entrenamiento 2.3 Formación u Organización de equipos. 2.4 Personal Técnico. 3.1 Infraestructura. 3.2 Materiales Deportivos. 3.2 Entrenadores. 3.3 Apoyo gubernamental.
Voleibol sentado	El Voleibol Sentado es una de las muchas disciplinas deportivas paraolímpica, adaptada a la realización de deportes dirigida a las personas con discapacidad física en el mundo.	1.Paralimpico	1.1 Registro de Atletas de discapacidad física. 1.2 Organizaciones deportivas especiales 1.3 Participación en competencias
Discapacidad física	deficiencia física, mental o sensorial que puede ser de naturaleza permanente o temporal, causada o agravada por el entorno físico, económico y social, que limita la capacidad de ejercer una o más actividades de la vida diaria”	1. Deficiencia física 2. Calidad de vida	1.1limitación de la movilidad. 1.2 tipo de limitación. 1.3 porcentaje de limitación. 1.4 condición social. 1.5 acceso a servicios.  -

INDICADORES	ÍTEM	FUENTE
1.1 Cumplimientos de objetivos y metas 1.2 Organización de Actividades 1.3 Programación Temporal. 2.1 Actividades Competitivas 2.2 Sesiones de Entrenamiento 2.3 Formación u Organización de equipos. 2.4 Personal Técnico. 3.1 Infraestructura. 3.2 Materiales Deportivos. 3.2 Entrenadores. 3.3 Apoyo gubernamental.	1. ¿Existe en su comunidad una planificación deportiva que le ofrezca lograr metas? 2. ¿Le gustaría participar en un programa deportivo que lo estimule a lograr sus metas personales? 3. ¿Existe en su comunidad organización de actividad para personas con discapacidad física. 4. ¿Ha participado en actividades destinadas a la actividad física? 5. ¿Practica usted actividad física? 6. ¿Conoce usted la existencia de un programa de actividades en su comunidad destinada a las personas con discapacidad física? 7. ¿Participan usted en alguna actividades deportiva competitiva? 8. ¿Forma usted parte en un equipo deportivo? 9. ¿Cuenta usted con el apoyo de un personal técnico para la realización de su actividad deportiva? 10. ¿Cree usted que las infraestructuras en su comunidad están aptas para la realización de actividades deportivas para personas con discapacidad física? 11. ¿Conoce usted de la existencia de un programa deportivo gubernamental dirigido a personas con discapacidad física?	1. Atletas, dirección deporte 2. Atletas. 3. Atletas, dirección deporte 4. Atletas. 5. Atletas. 6. Atletas. 7. Atletas. 8. Atletas. 9. Atletas. 10. Atletas. 11. Atletas. 12. Atletas. 13. Atletas. 14. Atletas. 15. Atletas. 16. Atletas. 17. Atletas. 18. Atletas. 19. Atletas.
1.1 Registro de Atletas de discapacidad física. 1.2 Organizaciones deportivas especiales 1.3 Participación de competencias	12. ¿Existe un registro actualizado de atletas de una organización deportiva? 13. ¿Se encuentre usted registrado como atleta en una organización deportiva? 14. ¿Le gustaría pertenecer al equipo deportivo del voleibol sentado? 15. ¿Ha participado usted últimamente en evento deportivos como el voleibol sentado? 16. ¿Le gustaría participar en eventos o competencias deportivas?	
1.1 Limitación de la movilidad. 1.2 Tipo de limitación. 1.3 Porcentaje de limitación. 1.4 Condición social. 1.5 Acceso a servicios.	17 ¿Cuenta usted con un trabajo en la actualidad 18 ¿Recibe usted el bono de desarrollo social 19 ¿Cuenta usted con un medio de transporte propio para su movilización?	

## CAPITULO I

### DISEÑO TEORICO

El marco teórico o marco de referencia permite presentar las referencias conceptuales y teóricas que guiarán al investigador en el desarrollo argumental de su trabajo, que posteriormente servirán como base para interpretar los resultados. En consecuencia, se presenta a continuación de manera esquematizada y concreta las variables conceptuales implícitas en el tema de investigación

#### **Programa de Entrenamiento Deportivo**

Es recomendable, antes de entrar al proceso de definición de cada una de las variables, establecer primero la terminología implícita, en tal sentido, se comenzara por definir los siguientes términos: Programa, Programa de entrenamiento y Programa Deportivo. El termino Programa vienen del latín *programma*<sup>2</sup> que significa, “planificación de actividades organizadas” y a su vez, de *programma* viene de verbo *prografo*; *pro* que significa “antes” y *grafo* “escribir”. Es decir, los griegos la utilizaban para designar aquellas actividades o eventos que se escribían antes de ejecutarlas. En la actualidad, se conoce como un conjunto de actividades que se realizan de manera simultaneas, y por lo general en equipo, la idea de todo programa es cumplir una meta u objetivo. Con respecto a la definición de este término, se tienen las siguientes

Inicialmente, (Mestre, 2004) sostiene que,

Los programas constituyen el conjunto de actividades y servicios deportivos, coordinados e integrados, que partiendo de los planes fijados y de los recursos disponibles, pretenden alcanzar los objetivos determinados de una manera simultánea o sucesiva, de tal forma que se satisfagan las necesidades deportivas que los motivaron. (Pág. 154)

---

<sup>2</sup> Extraído de <http://etimologias.dechile.net/?programa>

Por su parte, (Zhelyazkov, 2001) expresa que:

Los programas de deportes para todos se relacionan con gran frecuencia con las actividades de educación y mejora de la calidad de vida, estimulando la conducta y modo de actuar que prestan ayuda a la salud, al equilibrio físico, moral y psíquico, a la lucha contra el consumo de alcohol, cigarrillo, drogas etc., mediante la divulgación de conocimientos sobre los valores del medio ambiente y la herencia cultural. (En línea)

Mientras que para, (Alegsa, 2010) manifiesta que “Un programa es un conjunto de instrucciones escritas en algún lenguaje de programación. El programa debe ser compilado o interpretado para poder ser ejecutado y así cumplir su objetivo”

Como se puede apreciar, los dos primeros autores coinciden en que un programa es esencialmente un conjunto de ideas o actividades que un equipo o persona se ejecuta para cumplir objetivos o una meta, por su parte (Alegsa, 2010) lleva la definición al campo de la informática, es decir que programa tiene varias aplicaciones. Para efecto de este trabajo se entenderá programa como varias actividades planteadas por una persona o varias que tendrán que cumplir metas y objetivos. Esto ocurre en el campo deportivo, cuando los equipos guiados por su entrenador, a través de un programa bien sea de entrenamiento o preparación deportivo, se unen para cumplir metas dentro de la cancha.

### **Programa de Entrenamiento**

Los programas de entrenamiento parten de la integridad de las personas, ajustando a diversas necesidades de su tiempo libre, donde el programa tiene que tener actividades de forma de entrenamiento en grupo o de manera individual de forma perfeccionada y planificada y estructurada con un objetivo en cual se propone en cumplir o conseguir al final de un temporada, con todo lo referido veremos las definiciones de los siguientes autores:

Inicialmente, (Verhoshansky & Siff, 2000) expresa que;

La programación del entrenamiento como una forma más perfeccionada de planificación y estructuración del mismo, ya que está fundamentada en aspectos más objetivos y con mayor conocimiento científico, y consideran que la programación moderna es una ciencia y un arte que requiere creatividad,

flexibilidad, individualidad, especificidad, muchos conocimientos, y que implica estructurar planes de contingencia para enfrentarse a situaciones inesperadas como las lesiones, pérdida de motivación, estancamiento prematuro, cambios en las reglas, novedades en la competición y traumas o acontecimientos personales.

Seguidamente (Soledad, 2013) manifiesta que “un programa de entrenamiento sobre todo es muy importante el planteamiento de los objetivos, ya que son las metas que nos proponemos conseguir al final de la temporada” (pág. 66)

Por ultimo (Lagardera, 1999) indica que un programa de entrenamiento es la “Determinación previa de la estrategia, contenidos y de las formas de construcción (estructuración) del proceso de entrenamiento deportivo” (pág.1760)

Como se pudo entender mediante el criterio de los autores e investigado, un programa de entrenamiento es una base de planteamientos, estrategias, estructuraciones, contenidos que se construyen con el fin de llevar un objetivo ya que estas son las metas a cumplir o proponer mediante un proceso individual o colectivo mediante etapas o procesos de actividades deportivas de entrenamiento.

## **Programa Deportivo**

En el terreno deportivo, el termino programa tiene sus aplicaciones específicas y se tiene como actividades que se les entrega a los individuos con el fin de ganar o adquirir cualidades física ya sea a niños, jóvenes y adultos sin inclusión alguna, mediante eventos deportivos durante el año con un modelo de educación física; a continuación, se presenten algunas definiciones propias del programa en relación al deporte.

Inicialmente, (Mendoza, 2010) lo define así, “los programas deportivos como un conjunto de actividades planificadas las cuales se les entrega a un individuo o grupo, con la finalidad de desarrollar y alcanzar progresivamente sus cualidades físicas y mentales” (En línea)

De igual forma, (Moreno, 2011) Manifiesta que en

Esta área tiene por objetivo promover el deporte social, de iniciación, de desarrollo y de alto rendimiento en niños, jóvenes y adultos con discapacidad intelectual, motriz y sensorial. Esto nos permite impulsar la organización de eventos deportivos y la participación de nuestros jóvenes en diferentes actividades durante todo el año. (En línea)

Por su parte (Mazza, 2011) recalca que “un programa de desarrollo deportivo, implica un proceso a muy largo plazo, que comprende la integración de un modelo de educación física.” (En línea)

Como se puede apreciar los autores arribas citados coinciden en que un programa deportivo se realiza de manera sistemática, que puede ser dirigido de manera individual o grupal y distribuido en un lapso de tiempo en las metas que se vayan a cumplir. En tal sentido se aspira que el programa que se elaborara con esta investigación cumpla con estos principios

### **Características de un Programa Deportivo.**

Un programa, bien sea deportivo, social, económico, etc., debe ser equilibrado, tener diversidad de actividades, ser flexible, entre otras. En tal sentido, se aprecia en el siguiente cuadro las características que debe tener un programa deportivo mediante lo citado de los autores.

**Tabla 1. Características de un programa deportivo.**

<b>Autor</b>	<b>Características</b>
(Fernandez, 2004)	<p><b>EQUILIBRIO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Entre las diferentes actividades: El programa debe ofrecer en lo posible la misma cantidad de actividades en las áreas de música, teatro, deportes, campamentos, etc.</li> <li>-Entre las distintas edades: Posibilidad de participación de niños, jóvenes, adultos y adultos mayores.</li> <li>-Entre los sexos: Dar la oportunidad de que participen hombres y mujeres.</li> <li>-Entre las actividades formales e informales.</li> </ul> <p><b>DIVERSIDAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El programa debe comprender un amplio espectro de actividades para todos los gustos y necesidades.</li> <li>-Referida a la organización y la presentación de la actividad en forma distinta.</li> <li>-Diversidad de niveles de acuerdo al grado de habilidades de cada participante.</li> </ul> <p><b>VARIEDAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Al presentar actividades especiales que rompen la rutina y motivan la participación.</li> <li>-Al complementar el programa con otras actividades.</li> </ul>

	<p><b>FLEXIBILIDAD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Para responder a las necesidades cambiantes de los participantes.</li> <li>-Para adicionar actividades nuevas que respondan a demandas especiales.</li> </ul>
(Torres, 2013)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Titularidad: Es la entidad que lo tutela, que puede ser pública o privada.</li> <li>-Intereses: Aunque nunca se dan de forma aislada, siempre hay alguno que la entidad prima sobre los demás: económicos, deportivos, sociales, educativos, etc.</li> <li>-Naturaleza: Lo que incluye opciones de todo tipo: competición, recreación, promoción, espectáculo, etc.</li> </ul>
(Roo & Bohórque, 2014)	<p><b>Equilibrio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Proporciona actividades en distintas áreas de la recreación.</li> <li>-En las actividades pueden participar tanto hombre como mujeres.</li> </ul> <p><b>Diversidad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Contempla diferentes actividades para todos los gustos y necesidades.</li> <li>-El participante elige de acuerdo a su grado de habilidad el nivel en cual integrarse.</li> </ul> <p><b>Variedad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Muestra actividades especiales que acaban con la monotonía y motivan la participación.</li> <li>-Se consideran las diversas áreas de la recreación para desarrollar las actividades.</li> </ul> <p><b>Flexibilidad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Reconoce las necesidades cambiantes de los participantes.</li> <li>-Complementa actividades para responder a las demandas especiales.</li> </ul>

Fuente: elaborado por el autor.

De acuerdo a lo referido, las características de un programa deportivo nos indica que lo primordial de un programa debe ser de las siguiente característica flexible, cuyo reconoce la necesidades y responde las demandas especiales de las actividades, otra característica que posee es el equilibrio ya que cuenta con variedades de actividades de recreación tanto hombre como mujer, y por último el programa deportivo debe poseer una diversidad y variedad en todos los tipos de actividades y que esta no puede ser monótona en las actividades dadas en el deporte. En la cual (Torres, 2013) aporta que se caracteriza de tres maneras distintas pero que tiene relación en lo anterior.

### **Tipos De Programa Deportivo**

Un programa bien sea deportivo, informático, educativo constara de varios tipos, en la tabla de a continuación se observara los tipos de programas en el ámbito deportivo, según su naturaleza, según su rendimiento, según su

recreación, y entre otros, citados por los diferentes autores que aportan con su entendimiento y comprensión de lo que se va a tratar.

Tabla 2 Tipos de Programa Deportivos

Autor	Tipos
(Torres, 2013) (Pag.18-23)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Según su naturaleza</b> Deporte de alto rendimiento Finalidad Realizar hazañas deportivas: Batir Marcas, conseguir récords, vencer al adversario, etc.</li> <li>- <b>Deporte Profesional</b> Este tipo de práctica se fundamenta en que las hazañas deportivas producen espectáculo que gusta y atrae al público, obteniéndose así los necesarios beneficios económicos, obtener ganancias y hacer rentable la empresa de comerciar con el Deporte.</li> <li>- <b>Deporte de base</b> Finalidad Adquirir una formación motriz suficiente que capacite para responder mejor a los estímulos físicos que impone la vida diaria.</li> <li>- <b>Deporte - Contemplación</b> Finalidad Identificación a través del deporte con determinados valores (sociales, regionales, Políticos, étnicas, etc.) A la par que entretenimiento y ocupación del tiempo libre</li> <li>- <b>Deporte para todos, recreativo o salud.</b> También llamado popular, de tiempo libre, de participación, de ocio, de entretenimiento Finalidad Mejorar la salud y divertirse. Consiguientemente alcanzar mayor nivel de bienestar, confort y calidad de vida.</li> </ul>
(Lagardera, 1999) (Pag.1758-1760)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Programa libre.</li> <li>- Programa obligatorio.</li> <li>- Programa olímpico.</li> <li>- Programa original.</li> <li>- Programa libre.</li> <li>- Programa de entrenamiento.</li> <li>- Programa de intervención psicológica.</li> <li>- Programa corto.</li> <li>- Programa de competición.</li> <li>- Programa de descomprensión.</li> </ul>
(Ochando, 2000) (En Línea)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deporte de Rendimiento</li> <li>- Deporte Profesional.</li> <li>- Deporte de Alto Rendimiento.</li> <li>- Deporte de otros Niveles de Rendimiento.</li> <li>- Deporte de Base e Iniciación</li> <li>- Actividad Física y Deporte Escolar y Universitario.</li> <li>- Deporte Comunitario.</li> <li>- Deporte de Ocio, Salud y Tiempo Libre (Juego y Recreación)</li> <li>- Deporte para todos.</li> <li>- Deporte para poblaciones con necesidades especiales (minusvalías, tercera edad, marginación).</li> </ul>

Fuente: elaborado por el autor.

## **Discapacidad Física**

La discapacidad como definición es considerada como cualquier funcionalidad ya sea intelectual, física, auditiva o visual diferencial a cualquier persona en el cual se aportara la consideración interpretada por cada autor en las siguientes definiciones:

Inicialmente mediante (Aceña, 2006) define discapacidad como “una deficiencia física, mental o sensorial que puede ser de naturaleza permanente o temporal, causada o agravada por el entorno físico, económico y social, que limita la capacidad de ejercer una o más actividades de la vida diaria”(Pag.9)

Por parte de (Muñoz & Antón, 2006) Entendemos por discapacidad a:

Toda restricción o ausencia (debido a una deficiencia) de la capacidad de realizar una actividad dentro de lo que se considera "normal" para el ser humano. La discapacidad puede venir tanto por el exceso como por la insuficiencia de la realización de una actividad rutinaria y puede tener un carácter temporal o permanente. La discapacidad puede surgir como consecuencia de la deficiencia o como respuesta del individuo a nivel psicológico ante deficiencias físicas, sensoriales o de otro tipo.(sitio web)

Según (López, 2012) nos manifiesta que “se entiende por Discapacidad a cualquier restricción o impedimento de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para el ser humano” (sitio web)

Mediante la conceptualización de los autores, podremos entender o decir que Discapacidad es una alteración a funciones ya sea física, intelectual, auditiva y visual que tiende a la dificultad de realizaciones de actividades consideradas normales para el ser humano, o también como una limitación de una o varias capacidades de ejercer las actividades durante su labor común diario.

La discapacidad física adquirida o congénita, transitoria o permanente es la que impide la movilidad completa en toda su funcionabilidad de hacer o realizar una actividad; En relación a lo mencionado, a continuación se manifiestan las siguientes definiciones de los autores:

Para (López, 2012), la Discapacidad Física “está Referida a la destreza motora o capacidad física, produciéndose un compromiso en la movilidad.” (En Línea)

Según (Aceña, 2006) indica que “La discapacidad física se evidencia en las personas que tienen problemas de locomoción (falta o deterioro de uno o varios miembros del cuerpo) puede ser: brazos o piernas, mutilación de miembros superior o inferior (o de ambos). No debe tomarse como una discapacidad a las personas que por causa accidental han sufrido fracturas o esguinces”. (Pag.22)

A la vez (Altamirano, 2013) manifiesta que “La discapacidad física se puede definir como una desventaja, resultante de una imposibilidad que limita o impide el desempeño motor de la persona afectada. Esto significa que las partes afectadas son los brazos y/o las piernas” (En Línea)

Como se puede entender, lo antes mencionado de los autores, se afirma que La Discapacidad Físicas es toda aquella afectación ya sea adquirida o congénita que se afecta cualquier parte del cuerpo siendo este una dificultad para la realización común de las actividades que la realiza con normalidad las personas según lo mencionado y lo investigado estas discapacidad física puede ser en cualquier parte del cuerpo y la más frecuencia son un miembro tanto en la parte superior o inferior o amputación siendo esta adquiriera utilizando una silla de rueda o muletas para desplazarse.

### **Tipos de Discapacidad y Clasificación de Discapacidad Física o Amputada.**

La discapacidad física como hemos entendido anteriormente, se clasifica mediante tipos de discapacidad de acuerdo con el CONADIS y como lo expresara el autor mencionado, también se mencionara la clasificación de la discapacidad física que se enfocara nuestro proyecto de investigación mediante la práctica del voleibol sentado que viene siendo la discapacidad física. En el cuadro se puede observar los cuatro tipos de discapacidad expresada por su representación y simbología que se representa

La discapacidad se puede clasificar según el Real Decreto 1972/1999, de 23 de Diciembre, por el que se determina el reconocimiento, declaración y clasificación del grado de minusvalía expresada por (Sánchez, 2008).

*Discapacidad física.-* Este tipo de discapacidad está relacionada con el cuerpo, miembros y órganos en general. Pueden ser originados en músculos o huesos, nervios, aparato respiratorio, sistema cardiovascular, aparato digestivo, etc.

*Discapacidad sensorial.-* Está relacionada con los sentidos tanto de la vista como del oído. El aparato visual, oído, garganta y lengua. Podríamos englobar en este tipo de discapacidad a personas sordas, ciegas, mudas etc.

*Discapacidad intelectual.-* Esta existe en el individuo tanto en las habilidades cognitivas como en las intelectuales una disminución. Algunos ejemplos serían el Retraso Mental, el Síndrome de Down. (En Línea)



**Gráfico 1. Tipos de discapacidad**

## **Clasificación de la Discapacidad Física o Motriz**

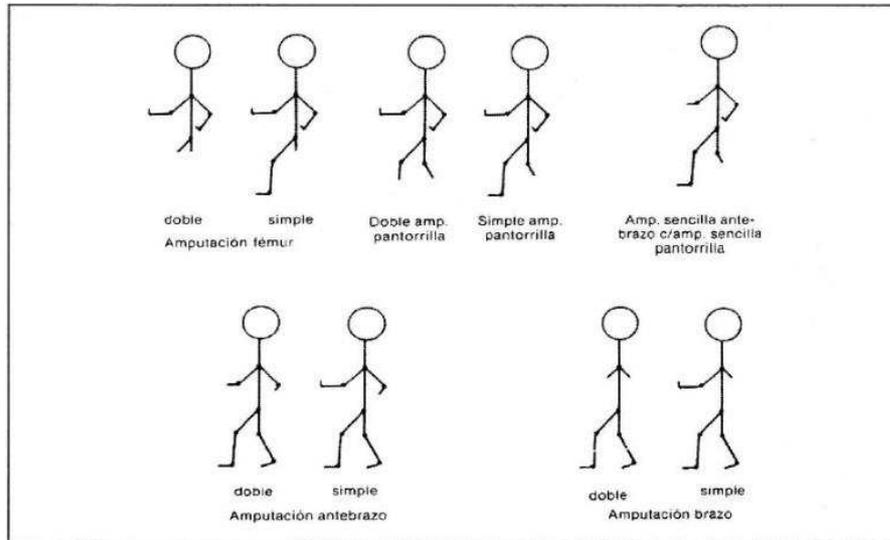
*Sistema de clasificación basado en amputaciones.*

Mediante lo citado por el autor (González, 2010) conoceremos los diferentes códigos de clasificación basados en amputaciones. (En Línea)

*Código básico de clasificación.*

- Clase A1: AK doble.
- Clase A2: AK simple.
- Clase A3: BK doble.
- Clase A4: BK simple.
- Clase A5: AE doble.
- Clase A6: AE simple.

- Clase A7: BE doble.
- Clase A8: BE simple.
- Clase A9: Combinación de amputaciones en extremidades inferiores y superiores.



**Gráfico 2 Clasificación de acuerdo al grado de Amputación**

*Sistema de clasificación basado en amputaciones.*

El sistema se basa en amputaciones no congénitas y amputaciones congénitas que se asemejen a la dismelia.

*Abreviaciones:*

- AK: Amputación por encima de la rodilla, o en la articulación de la rodilla.
- BK: Amputación por debajo de la rodilla, pero en o por encima de la articulación talo-crural.
- AE: Amputación por encima del codo, o en la articulación del codo.
- BE: Amputación por debajo del codo, pero en o por encima de la articulación de la muñeca

## Voleibol Sentado

El voleibol sentado es una de las muchas disciplinas deportivas que se adaptan a la realización de actividades deportivas para las personas con discapacidad física en el mundo tanto así veremos la conceptualización de lo referido a lo que es voleibol sentado mediante los diferentes autores:

Inicialmente (Moya Cuevas, 2014) manifiestes el concepto como:

El voleibol sentado nació en Holanda en los años 50, al combinar el voleibol con un juego alemán llamado Sitzbal. Su popularidad comenzó a extenderse una década más tarde y, a día de hoy, lo practican deportistas de más de 50 países.

El debut del voleibol sentado en el programa paralímpico se produjo en los Juegos de Arnheim 1980 para los hombres y en los de Atenas 2004 para las mujeres. Esta disciplina enfrenta a dos equipos de seis jugadores en una cancha cubierta de 10 x 6 metros, dividida por una red de 1,15 centímetros de altura para los hombres y 1,05 para las mujeres. Cada equipo debe conseguir que el balón bote dentro del campo contrario y dispone de tres toques antes de que la pelota cruce la red.

Todos los partidos se juegan al mejor de cinco sets. En los cuatro primeros gana el equipo que alcance los 25 puntos, siempre y cuando haya dos de diferencia, mientras que en el quinto, si se llega, vence el primero que llegue a 15.

Por su parte (Mafe, 2012) también nos indica que el voleibol sentado es:

El juego y la técnica es la misma que la de voleibol, salvo en los aspectos relativos a la movilidad de los jugadores:

Se exige a los jugadores que conforman el equipo unos grados de discapacidad mínimos.

Los jugadores tienen que permanecer sentados, manteniendo la pelvis en contacto con el suelo, y la elevación en el momento de jugar el balón es falta.

El campo y las distintas zonas coinciden con las de voleibol, salvo por sus dimensiones:

10 m de largo y 6 m de ancho.

La línea de ataque se adelanta a 2 m de la red.

La altura de la red es menor: 1,15 para hombres y 1,05 mujeres<sup>3</sup> (sitio web)

---

<sup>3</sup> <http://blogdevolei.blogspot.com/2012/03/voleibol-para-discapacitados.html>

Mientras que (Castro, 2010) manifiesta que el Voleibol Sentado:

No necesita una clasificación médica, existiendo un grado mínimo de minusvalía para practicarlo. Es obligatorio que el jugador/a esté siempre en pista sin levantar los glúteos del suelo, sobre todo cuando contacta con el balón. (Sitio web)

Lo primero que debemos conocer son las posibles adaptaciones sobre:

- Movilidad
- Alcance
- Funciones de los miembros superiores.

Con las definiciones de lo que es voleibol sentado mediante los autores citados se puede decir que el voleibol sentado es una disciplina deportiva realizada nacional e internacional en el campo deportivo pero adaptado a las condiciones de la discapacidad física en el mundo escribiendo (Moya Cuevas, 2014) su origen y su reseña histórica dejando mucha importancia lo que es el Voleibol Sentado y dando a conocer las medidas de cancha y su juego claramente compartida con los diferentes autores y dando a conocer que es lo mismo q el volibol para personas normales pero adaptada a las condiciones físicas de las personas con discapacidad.

### **Código Paralímpico para la Clasificación de atletas en el Voleibol Sentado.**

En el Voleibol Sentado como disciplina competitiva o no competitiva, se valora la siguiente clasificación de acuerdo a su Funcionalidad o Limitación Motriz correspondiente a cada persona que practique la actividad deportiva, esta evaluación o clasificación del deportista, la realizara un especialista en el tema, la cual tendrá el título de Doctor.

#### *Clasificación Funcional*

La clasificación funcional cuyo propósito es de reducir al mínimo el impacto de las deficiencias de los atletas o deportistas que practican el voleibol sentado como disciplina deportiva. A continuación (Cruz, 2016) manifiestas la clasificación funcional mediante procesos a la competencias y quienes podrán ser legible y no legible, temporales o permanentes en esta competición.

Proceso de Clasificación Funcional se considera:

- La Fuerza muscular,
- El rango de movimiento,
- El Nivel de amputación,
- De los Miembros la Longitud de discrepancia,
- Otros sistemas de clasificación para PC: CP-ISRA.

1. El atleta se introduce para la competencia y es llamado a la clasificación,

2. El atleta entrevistado deberá ser examinado antes de la competencia:

- Presentar la acreditación vigente y Documento con foto
- Presentará las Pruebas y / o informes adicionales del atleta para su fácil clasificación,

3. En dependencia de las pruebas anteriores se le dará un status:

- D / MD / no elegibles Nuevo (PNS) / Temporal (PRS) / Permanente (PPS).

4. Los atletas con clasificación Media Temporal se les observara en el primero juego que el equipo tenga estando ahí un clasificador,

5. Protesta:

- El atleta puede protestar formalmente contra la decisión de los clasificadores pasada 1 hora después de su clasificación,
- Cualquier equipo puede protestar formalmente contra la decisión de los clasificadores, relacionados con cualquiera de sus atletas, dentro de 1 hora después del final del primer juego.

*Las Categorías de discapacidad o de motoras son las siguientes:*

- D - Elegible,
- MD - Requisitos mínimos o discapacidad mínima de la siguiente manera:
- 2 atletas por equipo, pero sólo uno de los jugadores en la cancha a la vez,
- No elegible.

## **Clasificación del Voleibol Sentado**

Con la clasificación del voleibol podremos conocer el nivel, la escala y la capacidad de movilidad que se caracteriza el jugador de voleibol sentado,

mediante esta investigación explica más definido la clasificación del voleibol sentado mediante estos autores:

Primeramente (Moya Cuevas, 2014) relata que la clasificación de:

Los atletas de voleibol sentado sólo necesitan cumplir los criterios de discapacidad mínima que se describen para la clasificación de voleibol. Al voleibol sentado juegan atletas amputados y atletas con otras (les autres) discapacidades. Cada equipo puede tener un máximo de un jugador con discapacidad mínima en la pista en cada momento; el resto del equipo debe tener un nivel más alto de discapacidad. (Pag.71)

Mientras que (MORALES, 2014) la Clasificación del voleibol sentado en función de competición nos indica: (Sitio web)

Para valorar la discapacidad de los jugadores se emplea una escala de 0 a 5 en función de la capacidad de movimiento de cada una de las articulaciones.

En competición, se admiten un máximo de dos jugadores con discapacidad mínima y tan sólo 1 en pista, los otros 5 que estén en pista deben ser jugadores clasificados con la clase funcional de discapacidad. Los jugadores pueden elegir jugar con una prótesis.

Escala:

Valor de 0: inexistencia de actividad muscular voluntaria.

Valor de 1: no hay capacidad de movimiento pero sí presencia de contracción muscular.

Valor de 2: existe la contracción muscular pero sin vencer la fuerza de la gravedad o sin conseguir el recorrido articular completo.

Valor de 3: existe contracción muscular, en este caso venciendo la fuerza de la gravedad.

Valor de 4: existe contracción muscular, venciendo la fuerza de la gravedad y ofrecen un cierto grado de resistencia.

Valor de 5: balance muscular normal.

El total del equipo debe sumar como mínimo un total de 80 puntos en extremidades superiores y 120 en inferiores. Teniendo en cuenta la definición antes dada, se representará la clasificación por escalas de 0 a 5 para el balance de los equipos en el campo de juego o cancha de voleibol, adaptada para personas con discapacidad, cada clasificación del 0 al 5 depende de la

movilidad de la persona o deportista como lo expresa (MORALES, 2014) y su totalidad para la participación de la realización del juego o competencia.

### *Deportes para personas con Discapacidad Física*

El deporte abarca un sinnúmero de actividades deportivas que sirve como inclusión recreativa y competitiva a personas con discapacidad. La creación de organismos paralímpicos como el comité paralímpico del Ecuador, aportan en la función de política mediante el deporte, que se debe regir para la participación y masificación deportiva a personas con discapacidad mediante el deporte. A continuación se planteará los deportes practicados y adaptados con frecuencia e populares a las personas con discapacidad física.

Por su parte (Solis, 2012) expresa que, la Discapacidad Física como pérdida o anomalía de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica, es la restricción debida a una deficiencia de la capacidad para realizar una actividad en la forma considerada normal. Entre las cuales se puede practicar los diferentes deportes adaptados:

Natación terapéutico, Balonmano en silla de ruedas, Fútbol en silla de ruedas, Bolos, Carrera de orientación, Gymkana, Danzas en silla de rueda, Billar, Freesbe, Malabares, Cometa, Pesca, Atletismo, Fútbol 7, Baloncesto en silla de ruedas, Halterofilia, Ciclismo, Natación, Carreras en sillas de rueda, Carreras a Pie, Ciclismo y Esquí.

De acuerdo con (Lopez, 2010) manifiesta que:

Existen prácticas deportivas de amplia aceptación como es el baloncesto o fútbol adaptado, y otros deportes que no son tan conocidos como puede ser la halterofilia, son muy positivos para mejorar la calidad de vida del usuario/a y optimizar su fondo y tono muscular. Aquí les mostramos algunos de los deportes adaptados que existen:

La Natación.-Es uno de los deportes más completos a todos los niveles, no lo iba a ser menos en el caso de la natación adaptada. Se trata de un deporte que puede ser practicado tanto por personas con discapacidad física como intelectual, y hace que se ejerciten la mayoría de músculos del cuerpo.

Baloncesto.-El baloncesto adaptado se refiere a la práctica que conocemos como baloncesto en silla de ruedas. Según los expertos las reglas del básquet en silla son similares a las del baloncesto tradicional. Lo que varía, por ejemplo, son los pasos: en básquet en silla el jugador con la pelota no puede dar a su silla más de dos impulsos seguidos sin pasar o botar dicha pelota.

Atletismo.-Es un deporte que permite desarrollar la capacidad deportiva del ser humano al máximo en donde se mezclan tanto la fuerza y capacidad como la habilidad física y mental.

Ciclismo.-El ciclismo para discapacitados físicos tiene dos vertientes, por un lado el ciclismo practicado desde una bicicleta convencional y por otro, el handcycling o "ciclismo manual". Para el primero de ellos, las cuatro clasificaciones funcionales que existen adaptan en mayor o menor medida las bicicletas a su discapacidad.

Halterofilia.-El Powerlifting o Press de banca es la adaptación de la halterofilia al mundo paralímpico. Consiste en una competición abierta con levantamiento en banco, los atletas participan en diez categorías basadas en el peso corporal de cada participante y nunca se basan en el grado de su discapacidad. La competición tiene las mismas reglas que la halterofilia practicada por personas sin discapacidad.

Esgrima en silla de ruedas.-Ludwig Guttmann, en 1953, introdujo la modalidad adaptada a personas en silla de ruedas en el hospital de Stoke Mandeville, en Inglaterra. Siete años más tarde, el deporte hace su debut paralímpico. Desde la primera edición de los Juegos, en Roma 1960, hombres y mujeres lo disputan.

Tenis en silla de ruedas.-El tenis en silla de ruedas se juega en las mismas canchas que el tenis convencional. El deporte sigue las mismas reglas, con la diferencia de que la esfera puede dar hasta dos piques antes de ser golpeada de vuelta (el primer pique debe darse siempre dentro de la cancha). (En Línea)



**Grafico 3 Deportes para Discapacidad Física**

El deporte es manera de mejora de nuestro cuerpo, aumente y fortaleza capacidades físicas mediante su funcionalidad activa de las actividades realizadas en el deporte. En el mundo se practica el deporte como ocio, recreación, como formación y como deporte competitivo, abriendo caminos e incluyendo personas con discapacidad las diferentes disciplinas deportivas mencionadas como el voleibol sentado, futbol, atletismo, natación, baloncesto.

## **Bases Legales de la investigación.**

### **De La Cultura, Deporte, Recreación Y Turismo**

**Artículo 42.-** Derecho a la cultura.- El Estado a través de la autoridad nacional competente en cultura garantizará a las personas con discapacidad el acceso, participación y disfrute de las actividades culturales, recreativas, artísticas y de esparcimiento; así como también apoyará y fomentará la utilización y el desarrollo de sus habilidades, aptitudes y potencial artístico, creativo e intelectual, implementando mecanismos de accesibilidad.

El Consejo Nacional de Igualdad de Discapacidades en coordinación con la autoridad nacional competente en *cultura* formulará las políticas públicas con el fin de promover programas y acciones para garantizar los derechos de las personas con discapacidad.

**Artículo 43.-** Derecho al deporte.- El Estado a través de la autoridad nacional competente en deporte y los gobiernos autónomos descentralizados, dentro del ámbito de sus competencias, promoverán programas y acciones para la inclusión, integración y seguridad de las personas con discapacidad a la práctica deportiva, implementando mecanismos de accesibilidad y ayudas técnicas, humanas y financieras a nivel nacional e internacional.

El Consejo Nacional de Igualdad de Discapacidades en coordinación con la autoridad nacional competente en deporte formulará las políticas públicas con el fin de promover programas y acciones para garantizar los derechos de las personas con discapacidad.

**Artículo 44.-** Turismo accesible.- La autoridad nacional encargada del turismo en coordinación con los gobiernos autónomos descentralizados, vigilarán la accesibilidad de las personas con discapacidad a las diferentes ofertas turísticas, brindando atención prioritaria, servicios con diseño universal, transporte accesible y servicios adaptados para cada discapacidad. Además, los organismos mencionados vigilarán que las empresas privadas y públicas

brinden sus servicios de manera permanente, así como también que promuevan tarifas reducidas para las personas con discapacidad. (Pág. 10)

## **Plan Nacional Del Buen Vivir Objetivo 2**

### **Auspiciar la igualdad, la cohesión, la inclusión y la equidad social y territorial en la diversidad**

Generar condiciones y capacidades para la inclusión económica, la promoción social y la erradicación progresiva de la pobreza.

2.2 Garantizar la igualdad real en el acceso a servicios de salud y educación de calidad a personas y grupos que requieren especial consideración, por la persistencia de desigualdades, exclusión y discriminación.

2.3 Asegurar la (re)distribución solidaria y equitativa de la riqueza.

2.4 Democratizar los medios de producción, generar condiciones y oportunidades equitativas y fomentar la cohesión territorial.

2.5 Fomentar la inclusión y cohesión social, la convivencia pacífica y la cultura de paz, erradicando toda forma de discriminación y violencia.

2.6 Garantizar la protección especial universal y de calidad, durante el ciclo de vida, a personas en situación de vulneración de derechos.

2.7 Garantizar la protección y fomentar la inclusión económica y social de personas en situación de movilidad humana, así como de sus diversos tipos de familias.

2.8 Garantizar la atención especializada durante el ciclo de vida a personas y grupos de atención prioritaria, en todo el territorio nacional, con corresponsabilidad entre el Estado, la sociedad y la familia.

2.9 Garantizar el desarrollo integral de la primera infancia, a niños y niñas menores de 5 años.

2.10 Garantizar la protección y la seguridad social a lo largo del ciclo de vida, de forma independiente de la situación laboral de la persona.

2.11 Garantizar el Buen Vivir rural y la superación de las desigualdades sociales y territoriales, con armonía entre los espacios rurales y urbanos.

2.12 Promover la formación de una estructura nacional policéntrica de asentamientos humanos, que fomente la cohesión territorial. (Pág. 1)

Mediante (Asamblea Nacional del Ecuador, 2015) expresara todas las políticas y leyes del deporte que deben tener las personas con discapacidad en el régimen deportivo-competitivo y la asamblea nacional del ecuador mediante la constitución de la república del Ecuador las resalta con los siguientes artículos:

### **Federaciones Nacionales De Deporte Adaptado Y/O Paralímpico**

**Art. 42.- Federaciones Nacionales de Deporte Adaptado y/o Paralímpico.-** Son organizaciones deportivas que desarrollan el deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad, con la finalidad de participar en competencias de carácter nacional e internacional de ciclo paralímpico y campeonatos nacionales, regionales y mundiales.

**Art. 43.- Constitución.-** Las Federaciones Nacionales de Deporte Adaptado y/o Paralímpico para

Personas con Discapacidad estarán constituidas por los clubes de deporte Adaptado y/o Paralímpico por discapacidad, siendo éstos:

- a) Clubes de deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad física;
- b) Clubes de deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad visual;
- c) Clubes de deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad auditiva y/o de habla y lenguaje; y,

d) Clubes de deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad intelectual.

**Art. 44.- Deberes.-** Son deberes de las Federaciones Nacionales de Deporte Adaptado y/o

Paralímpico para Personas con Discapacidad los siguientes:

a) Capacitar integralmente a sus técnicos a través del Comité Paralímpico Ecuatoriano, Internacional y sus similares de la región y el mundo;

b) Planificarán y ejecutarán una vez al año Juegos Nacionales de Deporte Adaptado y/o Paralímpico; y,

c) Las demás establecidas en esta Ley y normas aplicables

*Del Deporte Adaptado y/o Paralímpico*

**Art. 66.- Deporte Adaptado y/o Paralímpico.-** Este deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad, es una de las formas de expresión deportiva de la igualdad a la que tienen derecho todos los seres humanos, indistintamente de sus capacidades psicomotrices e intelectuales.

**Art. 67.- De los tipos y clasificación de deporte Adaptado y/o Paralímpico.-** Se entiende como deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad a toda actividad físico deportiva, que es susceptible de aceptar modificaciones para posibilitar la participación de las personas con discapacidades físicas, mentales, visuales y auditivas.

El deporte Adaptado y/o Paralímpico se clasifica en:

a) Deporte formativo;

b) Deporte de alto rendimiento;

c) Deporte profesional; y,

d) Deporte recreativo.

**Art. 68.- Estructura del Deporte Adaptado y/o Paralímpico.-** Este deporte Adaptado y/o Paralímpico

Para personas con discapacidad, se estructurará de la siguiente manera:

- a) Clubes Deportivos de Deporte Adaptado y/o Paralímpico para Personas con Discapacidad; y,
- b) Federaciones Nacionales de Deporte Adaptado y/o Paralímpico para Personas con Discapacidad.

*Clubes De Deporte Adaptado Y/O Paralímpico*

**Art. 69.- De los Clubes de deporte Adaptado y/o Paralímpico.-** Son aquellos orientados a la práctica de deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidades físicas, visuales, auditivas e intelectuales, los mismos se integrarán respetando el tipo de discapacidad y se permitirá también la integración de personas sin discapacidad que cumplan las funciones de ayudantes o auxiliares de las y los deportistas con discapacidad.

**Art. 70 Constitución.-** Estará constituido por personas naturales y podrán contar con el apoyo económico y/o la participación en su directorio de personas jurídicas, y deberá cumplir los siguientes requisitos para obtener personería jurídica:

- a) Estar conformado por 15 socios como mínimo;
- b) Estar orientado a la práctica del deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad;
- c) Fijar un domicilio;
- d) Justificar la práctica de al menos un deporte;
- e) Afiliarse al organismo deportivo nacional por tipo de discapacidad; una vez conformado; y,
- f) Los demás requisitos que determine la Ley y su Reglamento.

## CAPITULO II

### PRESENTACION DE LOS RESULTADOS

**Pregunta 1** ¿Existe en su comunidad una planificación deportiva que le ofrezca lograr metas?

Tabla 3 Planificación para el logro de metas deportivas

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	10	20
NO	40	80
Total	50	100

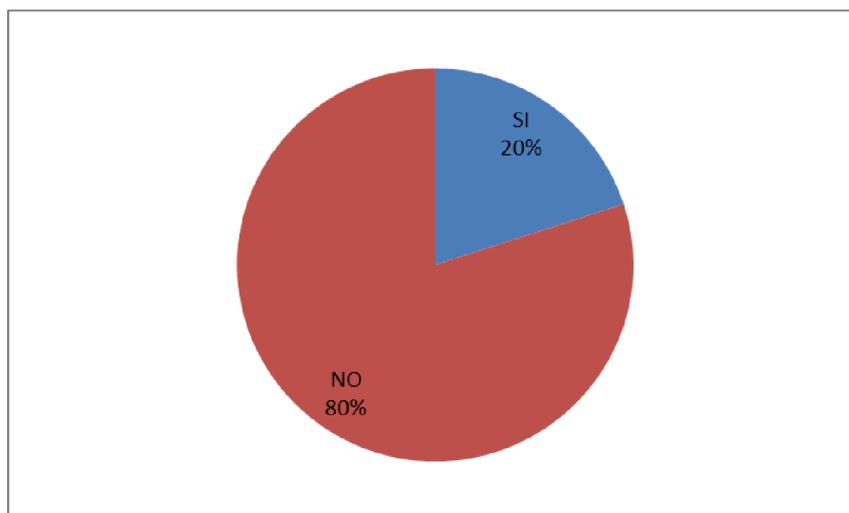


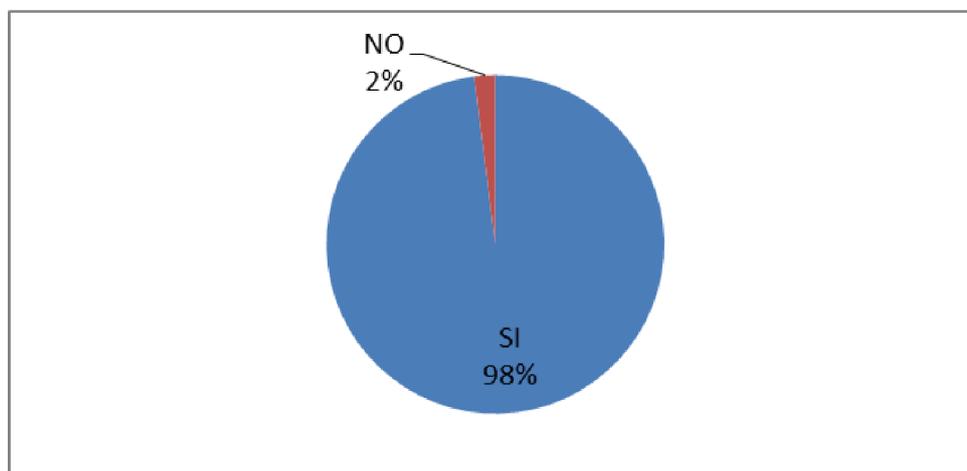
Gráfico 4 Planificación para el logro de metas deportivas

En la gráfica se observa que los encuestados, el 80% sostuvo que no existe en su comunidad una planificación deportivas que les ayude al cumplir sus metas, mientras que el 20% dijo que sí. Este coincide con lo planteado por (Verhoshansky & Siff, 2000) sostiene que La programación del entrenamiento como una forma más perfeccionada de planificación y estructuración del mismo. Se manifiesta entonces la necesidad que tienen los más de 50 atletas de la ciudad de manta de contar con un programa de deporte.

**Pregunta 2** ¿Le gustaría participar en un programa deportivo que lo estimule a lograr sus metas personales?

**Tabla 4 Programa deportivo a lograr sus metas personales**

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	49	98
NO	1	2
Total	50	100



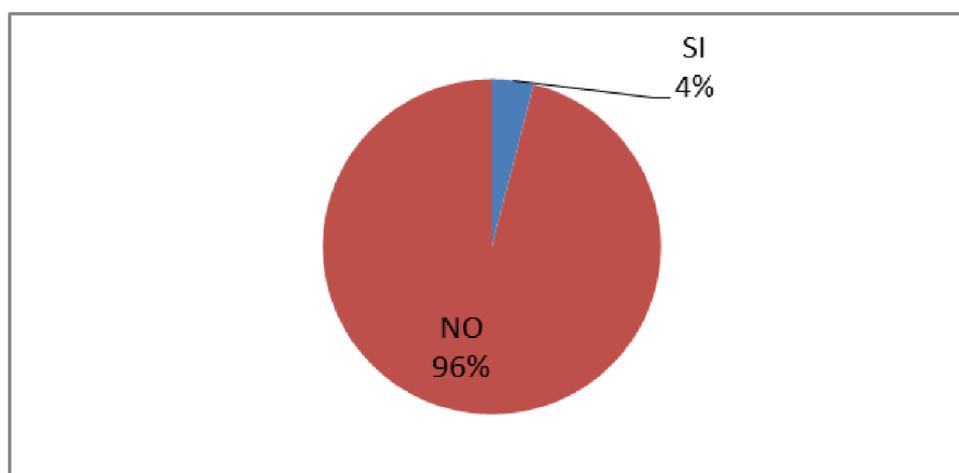
**Gráfico 5 Programa deportivo a lograr sus metas personales**

Como se puede apreciar, con los encuestados, el 98% sostiene que si quiere y le gustaría participar en programas deportivos que estimulen a lograr sus metas personales, mientras que el 2% dijo que no. Este coincide con lo planteado por (Moreno, 2011) cuando sostiene que esta área tiene por objetivo promover el deporte social, de iniciación, de desarrollo y de alto rendimiento en niños, jóvenes y adultos con discapacidad intelectual, motriz y sensorial. Se manifiesta entonces la necesidad de participar en un programa deportivo los más de 50 atletas de la ciudad de Manta.

**Pregunta 3** ¿Existe en su comunidad organización de actividad para personas con discapacidad física?

**Tabla 5 Organización de actividades**

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	2	4%
NO	48	96%
Total	50	100



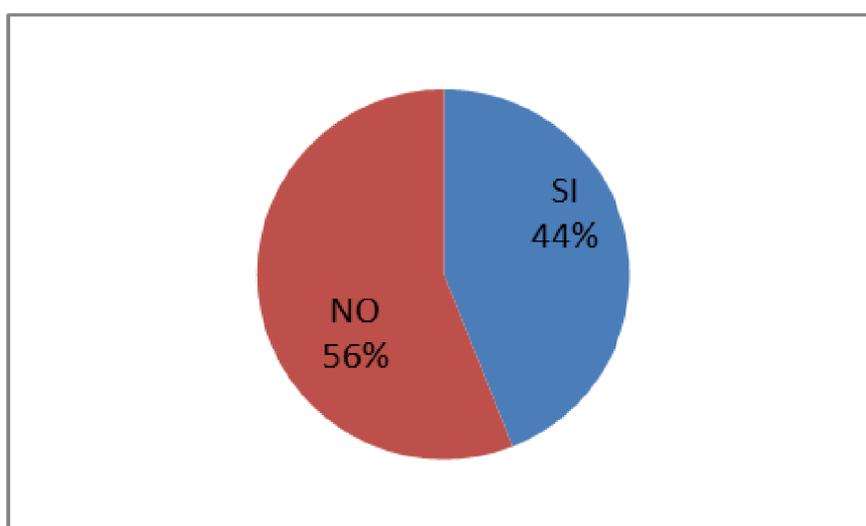
**Gráfico 6 Organización de actividades**

La grafica muestra que los encuestados, el 96% expresa que no existen en su comunidad organizaciones de actividades para la discapacidad física, mientras que el 4% dijo que sí. Este coincide con lo planteado por El Consejo Nacional de Igualdad de Discapacidades en coordinación con la autoridad nacional competente en deporte formulará las políticas públicas con el fin de promover programas y acciones para garantizar los derechos de las personas con discapacidad. Se manifiesta entonces la necesidad para que haya organizaciones de actividad en las comunidades en la ciudad de manta.

**Pregunta 4** ¿Ha participado en actividades destinadas a la actividad física?

**Tabla 6** Actividades destinadas a la actividad física

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	22	44
NO	28	56
Total	50	100



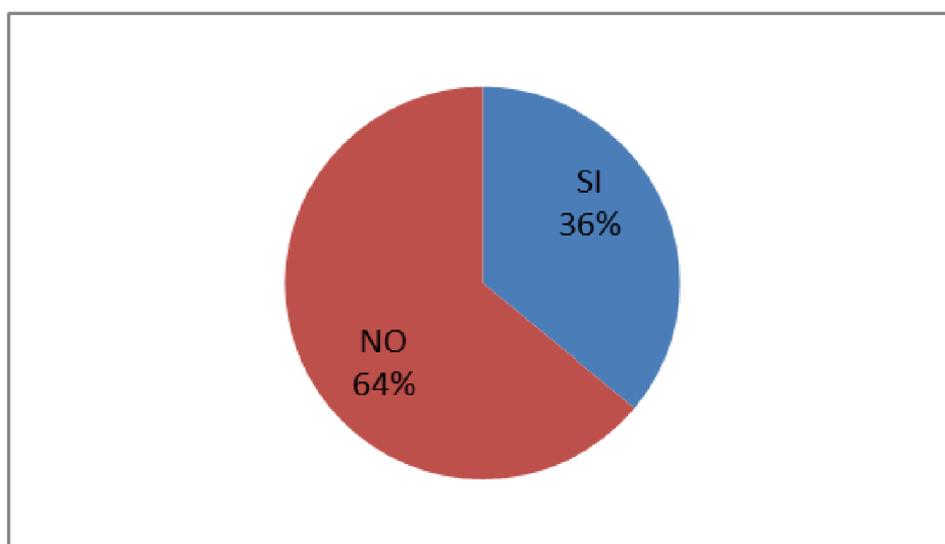
**Gráfico 7** Actividades destinadas a la actividad física

Los resultados muestran que los encuestados, el 56% expresa que no han participado en actividades destinadas a la actividad física, mientras que el 44% dijo que sí. Este coincide con lo mencionado de la cultura, deporte, recreación y turismo con el Artículo 42 del Derecho a la cultura; El Estado a través de la autoridad nacional competente en cultura garantizará a las personas con discapacidad el acceso, participación y disfrute de las actividades culturales, recreativas, artísticas y de esparcimiento; así como también apoyará y fomentará la utilización y el desarrollo de sus habilidades, aptitudes y potencial artístico, creativo e intelectual, implementando mecanismos de accesibilidad. Se manifiesta entonces que hay un porcentaje menos a la participación de actividades en la ciudad de manta

**Pregunta 5** ¿Practica usted actividad física?

**Tabla 7** Practica de la actividad física

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	18	36
NO	32	64
Total	50	100



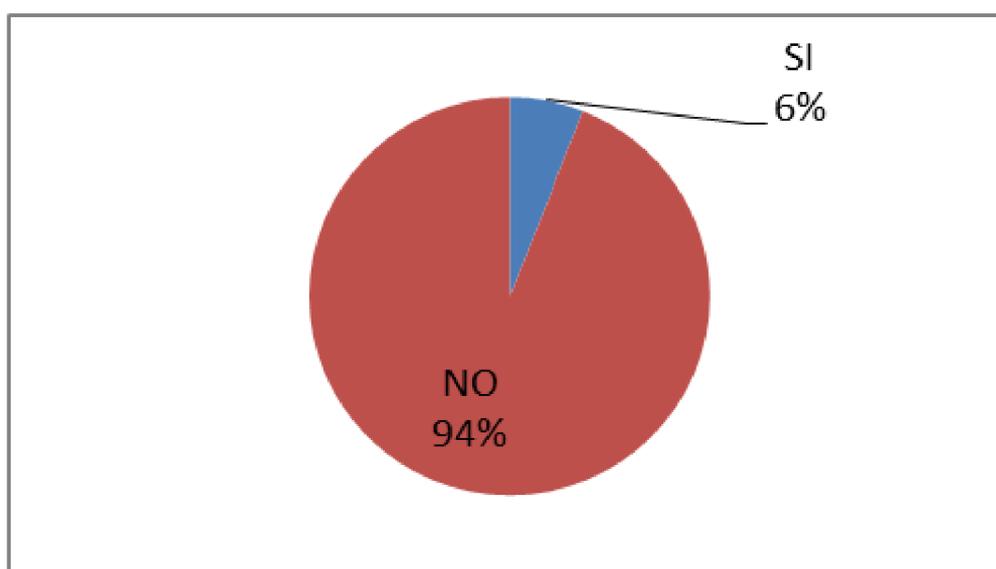
**Gráfico 8** Practica de la actividad física

Se aprecia que los encuestados, el 64% expresa que no practica actividad física, mientras que el 36% dijo que sí. Entonces la práctica de actividades físicas y el deporte como tal como es El voleibol sentado es una de las muchas disciplinas deportivas que se adaptan a la realización de actividades deportivas para las personas con discapacidad física. Se manifiesta entonces que muchos de ellos no practican actividad física y deportiva en la ciudad de Manta.

**Pregunta 6** ¿Conoce usted la existencia de un programa de actividades en su comunidad destinada a las personas con discapacidad física?

**Tabla 8** Programas de actividad en la comunidad

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	3	6
NO	47	94
Total	50	100



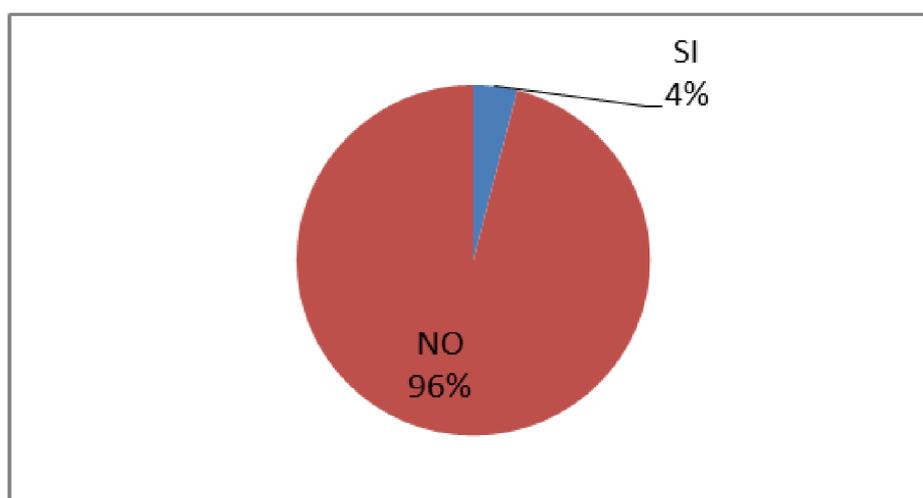
**Gráfico 9** Programas de actividad en la comunidad

Como se puede observar los encuestados, el 94% manifestó que no existen programas de actividades en su comunidad destinada a las personas con discapacidad física, mientras que el 6% dijo que sí. Se manifiesta entonces la baja organización de programas de actividad en comunidades para personas con discapacidad en ciudad de manta.

**Pregunta 7** ¿Participa usted en alguna actividades deportiva competitiva?

**Tabla 9** Actividades deportivas competitivas

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	2	4
NO	48	96
Total	50	100



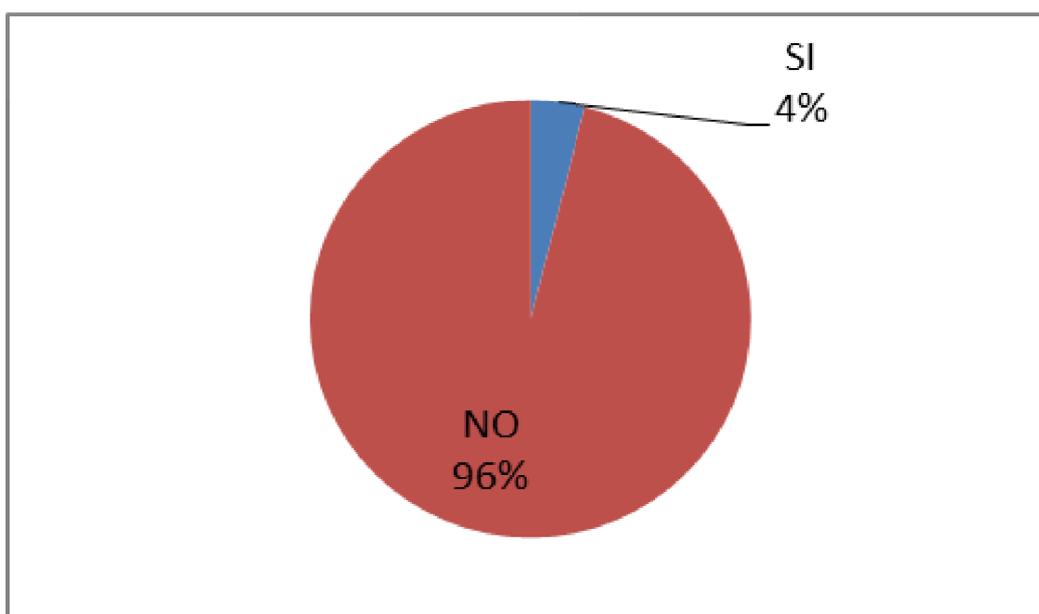
**Gráfico 10** Actividades deportivas competitivas

Los datos muestran que los encuestados, el 96% sostuvo que no practica ninguna actividad de competencia, mientras que el 4% dijo que sí práctica. Mediante esto se propone la práctica de competición en el voleibol sentado que no necesita una clasificación médica, existiendo un grado mínimo de minusvalía para practicarlo. Es obligatorio que el jugador/a esté siempre en pista sin levantar los glúteos del suelo, sobre todo cuando contacta con el balón expresado por (Castro, 2010). Se manifiesta que muchos de ellos no practican actividades y deportes competitivos en la ciudad de Manta.

**Pregunta 8** ¿Forma usted parte en un equipo deportivo?

**Tabla 10** Equipo Deportivo

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	2	4
NO	48	96
Total	50	100



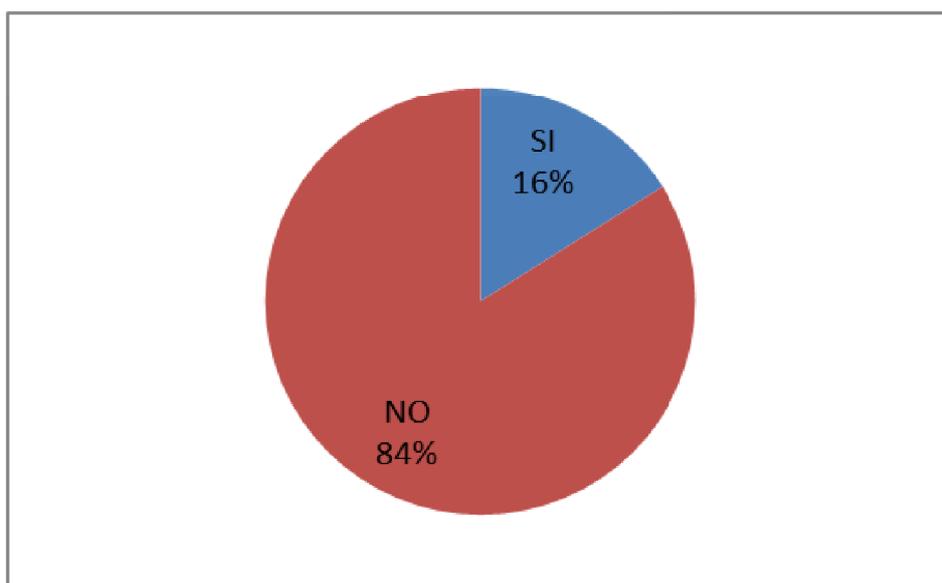
**Gráfico 11** Equipo Deportivo

De acuerdo con los encuestados, el 96% afirmó que no forma parte o pertenece a un equipo deportivo, mientras que el 4% dijo que sí práctica. Mediante la ley del deporte y lo expresado por el Art. 42.- Federaciones Nacionales de Deporte Adaptado y/o Paralímpico, son organizaciones deportivas que desarrollan el deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad, con la finalidad de participar en competencias de carácter nacional e internacional de ciclo paralímpico y campeonatos nacionales, regionales y mundiales. Se manifiesta entonces la necesidad que tienen los más de 50 atletas en formar parte de un equipo deportivo en la ciudad de Manta de contar con un programa de deporte.

**Pregunta 9** ¿Cuenta usted con el apoyo de un personal técnico para la realización de su actividad deportiva?

**Tabla 11 Personal Técnico para la realización de actividades deportivas**

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	8	16
NO	42	84
Total	50	100



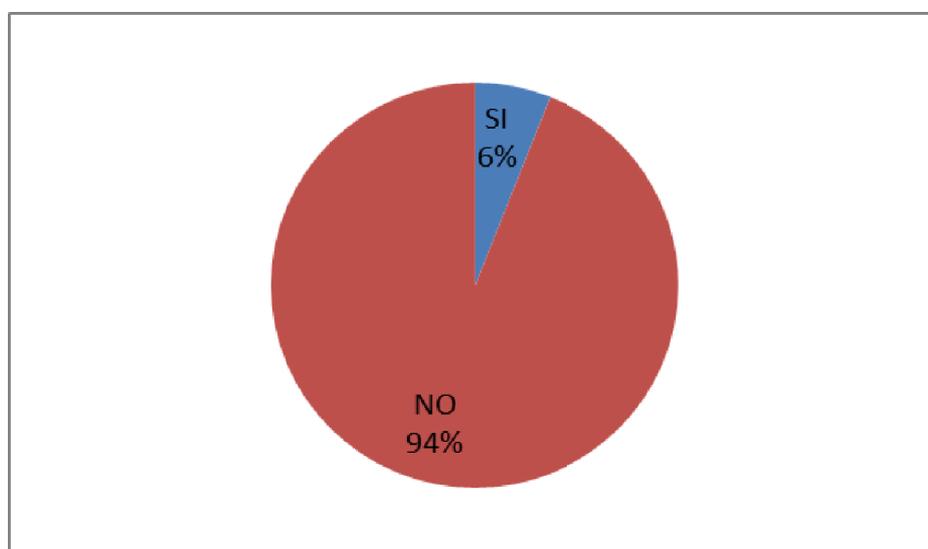
**Gráfico 12 Personal Técnico para la realización de actividades deportivas**

Como se aprecia los encuestados, el 84% afirmó que no cuenta con apoyo de un personal técnico para la realización de su actividad deportiva, mientras que el 16% dijo que sí. Mediante la ley del Plan nacional del buen vivir, Garantizar la protección y la seguridad social a lo largo del ciclo de vida, de forma independiente de la situación laboral de la persona. Se manifiesta la necesidad que tienen los 50 atletas en constar con un personal técnico para la realización de su actividad deportiva en la ciudad de Manta.

**Pregunta 10** ¿Cree usted que las infraestructuras en su comunidad están aptas para la realización de actividades deportivas para personas con discapacidad física?

**Tabla 12** Infraestructuras aptas en su comunidad para la realización de actividad deportiva

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	3	6
NO	47	94
Total	50	100



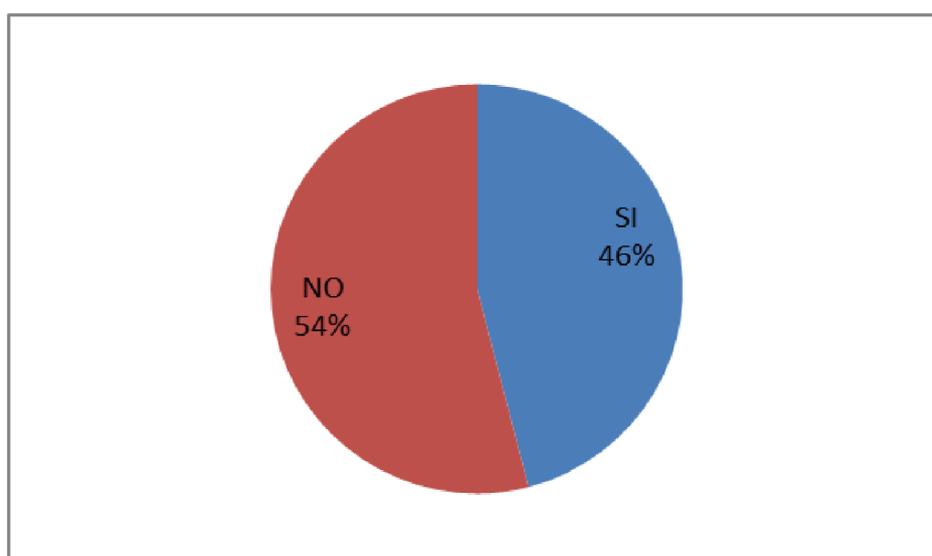
**Gráfico 13** Infraestructuras aptas en su comunidad para la realización de actividad deportiva

Se puede observar que los encuestados, el 84% afirmó que no cuenta con apoyo de un personal técnico para la realización de su actividad deportiva, mientras que el 16% dijo que sí. Mediante la ley del Plan nacional del buen vivir, Garantizar la protección y la seguridad social a lo largo del ciclo de vida, de forma independiente de la situación laboral de la persona. Se manifiesta la necesidad que tienen los 50 atletas en constar con un personal técnico para la realización de su actividad deportiva en la ciudad de Manta.

**Pregunta 11** ¿Conoce usted de la existencia de un programa deportivo gubernamental dirigido a personas con discapacidad física?

**Tabla 13 Programa deportivo gubernamental**

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	23	46
NO	27	54
Total	50	100



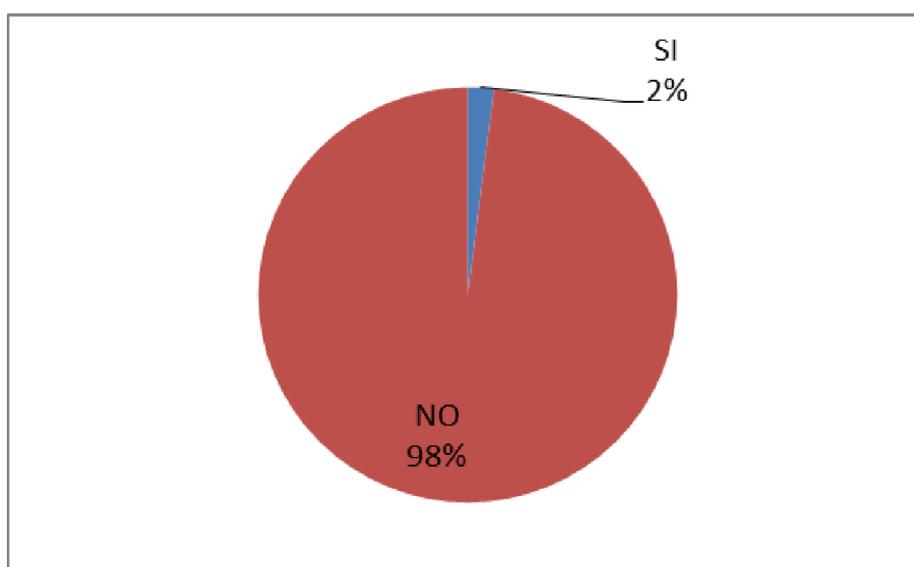
**Gráfico 14 Programa deportivo gubernamental**

De acuerdo con los encuestados, el 54% afirmó que no conoce de la existencia de un programa deportivo gubernamental dirigido a personas con discapacidad física, mientras que el 46% dijo que sí. En el cual lo relacionado por (Mestre, 2004) que Los programas constituyen el conjunto de actividades y servicios deportivos, coordinados e integrados, que partiendo de los planes fijados y de los recursos disponibles. Se manifiesta la necesidad que tienen los 50 atletas en que haya programas dirigidos a personas con discapacidad física en la ciudad de Manta.

**Pregunta 12** ¿Existe un registro actualizado de atletas de una organización deportiva?

**Tabla 14** Registro de atletas en organización deportiva

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	2
NO	49	98
Total	50	100



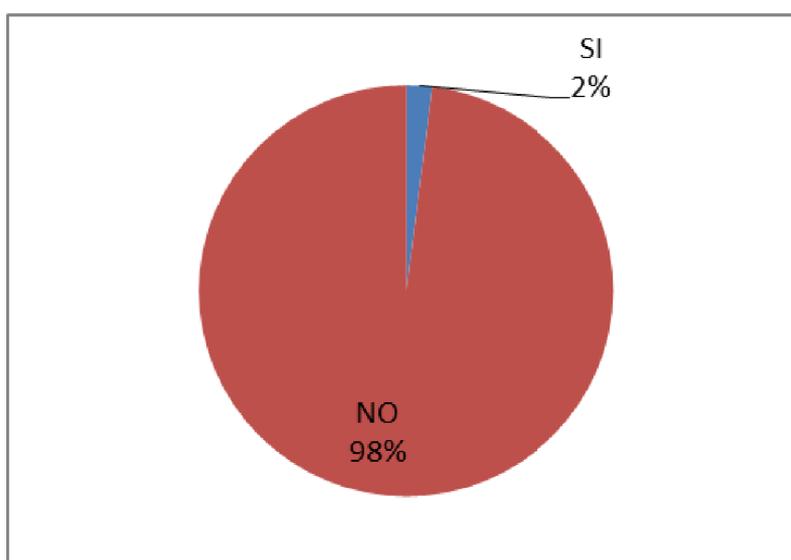
**Gráfico 15** Registro de atletas en organización deportiva

Los datos muestran que los encuestados, el 98% sostuvo que no existe registros actualizados de atletas de una organización deportiva para estas personas con discapacidad, mientras que el 2% dijo que sí. Con lo relacionado encontramos que un atleta con un nivel medio de discapacidad relacionado con las habilidades/funciones necesarias para jugar al voleibol, calificado para jugar dicha disciplina según (Castro, 2010). Se manifiesta la necesidad que tienen los encuestados no existen esos datos de registros en la ciudad de manta.

**Pregunta 13** ¿Se encuentre usted registrado como atleta en una organización deportiva?

**Tabla 15** Registro en una organización deportiva

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	2
NO	49	98
Total	50	100



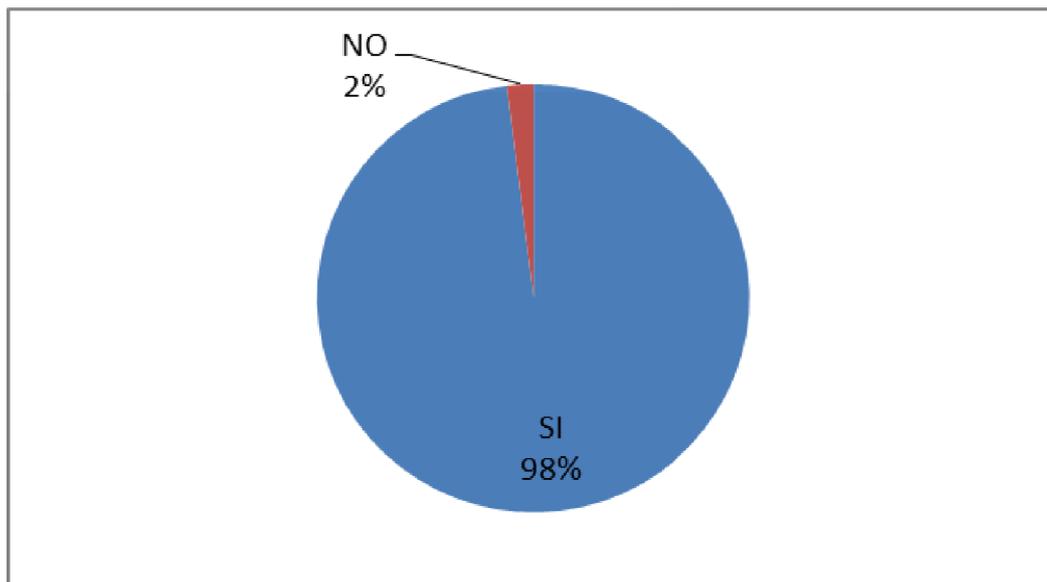
**Gráfico 16** Registro en una organización deportiva

Como se aprecia los encuestados, el 98% manifestó que no es un atleta de una organización deportiva, mientras que el 2% dijo que sí. Con lo relacionado encontramos el objetivo 2 del Plan nacional del buen vivir que consiste en Auspiciar la igualdad, la cohesión, la inclusión y la equidad social y territorial en la diversidad. Se manifiesta la necesidad que tienen los encuestados para formar parte de una organización deportiva en la ciudad de Manta.

**Pregunta 14** ¿Le gustaría pertenecer al equipo deportivo del voleibol sentado?

**Tabla 16** Equipo Deportivo de Voleibol Sentado

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	49	98
NO	1	2
Total	50	100



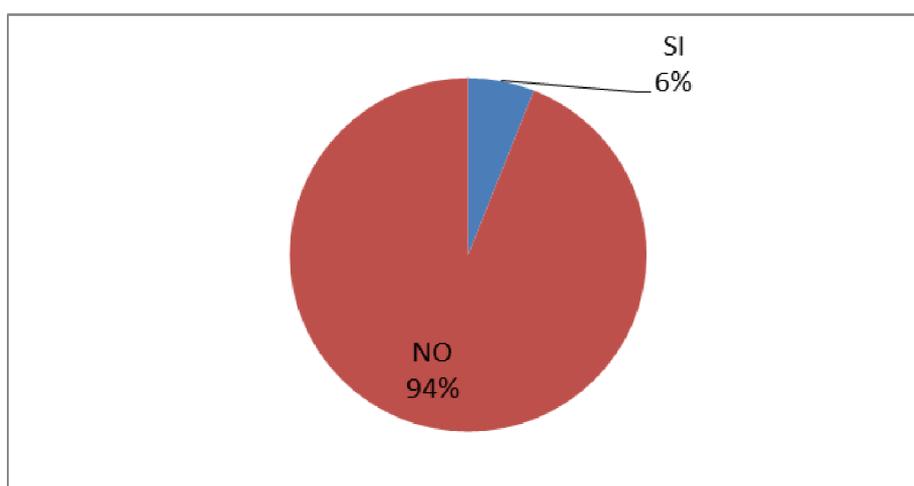
**Gráfico 17** Equipo Deportivo de Voleibol Sentado

La grafica muestra que los encuestados, el 98% planteo que si le gustaría pertenecer al equipo deportivo del voleibol sentado, mientras que el 2% dijo que no. Por parte de (Mafe, 2012) se hace referencia que el voleibol sentado que el juego y la técnica es la misma que la de voleibol, salvo en los aspectos relativos a la movilidad de los jugadores. Se manifiesta la necesidad que tienen los encuestados para pertenecer en un equipo de voleibol sentado en la ciudad de manta.

**Pregunta 15** ¿Ha participado usted últimamente en evento deportivos como el voleibol sentado?

**Tabla 17** Participación de eventos deportivos de voleibol sentado

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	3	6
NO	47	94
Total	50	100



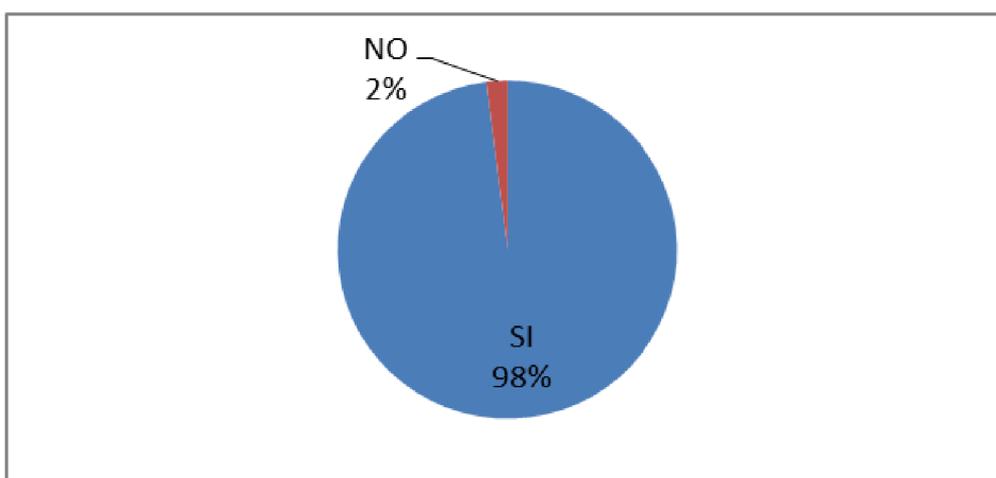
**Gráfico 18** Participación de eventos deportivos de voleibol sentado

Como se aprecia los encuestados, el 94% sostuvo que no ha participado en eventos deportivos como es el voleibol sentado, mientras que el 6% dijo que sí. Por parte de la ley del deporte en el Artículo 43 de los Derecho al deporte nos indica que el Estado a través de la autoridad nacional competente en deporte y los gobiernos autónomos descentralizados, dentro del ámbito de sus competencias, promoverán programas y acciones para la inclusión, integración y seguridad de las personas con discapacidad a la práctica deportiva, implementando mecanismos de accesibilidad y ayudas técnicas, humanas y financieras a nivel nacional e internacional. Se manifiesta la necesidad de participación en eventos deportivos como el voleibol sentado en la ciudad de manta.

**Pregunta 16** ¿Le gustaría participar en eventos o competencias deportivas?

**Tabla 18** Participación en eventos o competencia deportivas

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	49	98
NO	1	2
Total	50	100



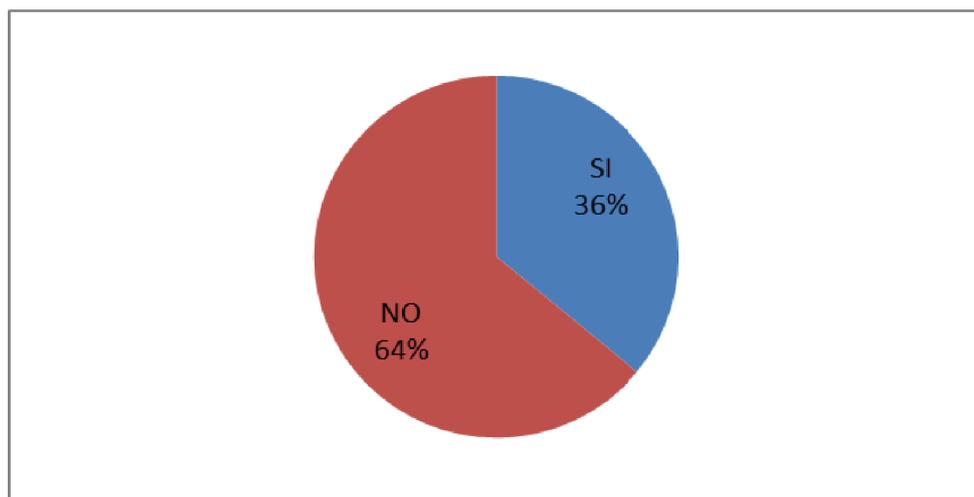
**Gráfico 19** Participación en eventos o competencia deportivas

Se observa que los encuestados, el 98% confirmo que le gustaría participar en eventos o competencias deportivas, mientras que el 2% dijo que no. Por parte de la ley del deporte en el Artículo 42 del Derecho a la cultura dice que el Estado a través de la autoridad nacional competente en cultura garantizará a las personas con discapacidad el acceso, participación y disfrute de las actividades culturales, recreativas, artísticas y de esparcimiento. Se manifiesta la necesidad de participar en eventos deportivos o de competencias en la ciudad de manta.

**Pregunta 17** ¿Cuenta usted con un trabajo en la actualidad?

**Tabla 19** Trabajo en la actualidad

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	18	36
NO	32	64
Total	50	100



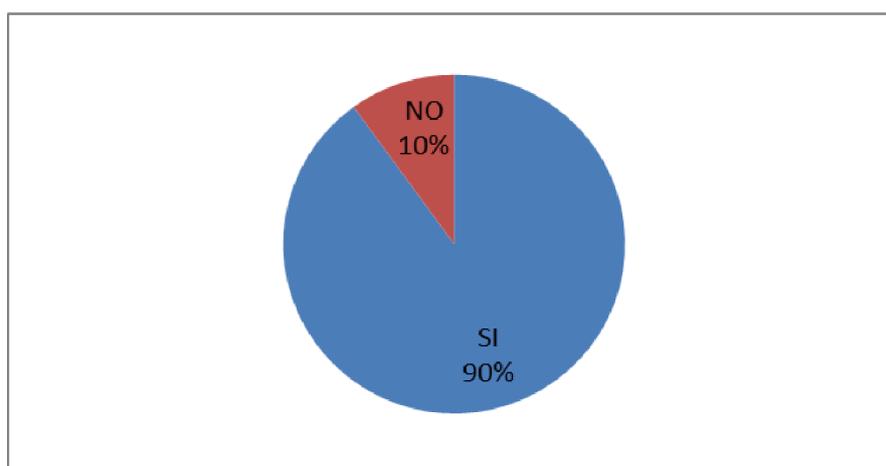
**Gráfico 20** Trabajo en la actualidad

De acuerdo con los encuestados, el 64% sostuvo que no cuenta con un trabajo en la actualidad, mientras que el 36% dijo que si trabaja. Por parte del plan del buen vivir señala en el objetivo 2 del 2.2 que se garantizara la igualdad real en el acceso a servicios de salud y educación de calidad a personas y grupos que requieren especial consideración, por la persistencia de desigualdades, exclusión y discriminación. Se manifiesta la necesidad de empleos laborales para personas con discapacidad en la ciudad de manta.

**Pregunta 18** ¿Recibe usted el bono de desarrollo social?

**Tabla 20** Bono de desarrollo social

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	45	90
NO	5	10
Total	50	100



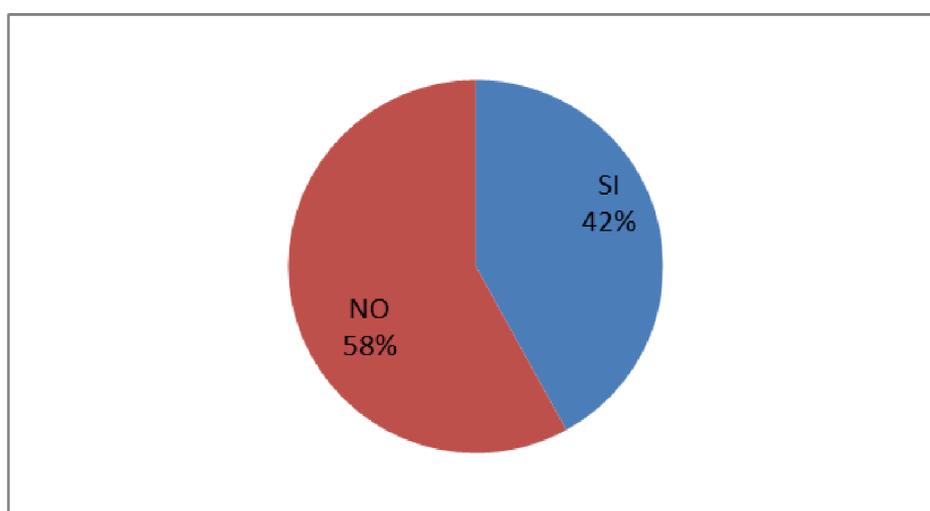
**Gráfico 21** Bono de desarrollo social

Los resultados muestran que los encuestados, el 90% sostuvo que si le aportan con el bono de desarrollo social de manta, mientras que el 10% dijo que no. Por parte del plan del buen vivir señala en el objetivo 2 del 2.7 Garantizar la protección y fomentar la inclusión económica y social de personas en situación de movilidad humana, así como de sus diversos tipos de familias.

**Pregunta 19** ¿Cuenta usted con un medio de transporte propio para su movilización?

**Tabla 21** Transporte de movilización propio

<b>Respuestas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
SI	21	42
NO	29	58
Total	50	100



**Gráfico 22** Transporte de movilización propio

De acuerdo con los encuestados, el 58% sostuvo que no cuenta con un medio de transporte propio para su movilización, mientras que el 42% dijo que sí. Se manifiesta que necesita primordialmente para su desplazamiento de lugares un transporte personal que son pocos los que lo poseen pero son de mucha ayuda y beneficios secundarios para ellos en la ciudad de Manta.

## **Diagnostico que Sustenta la Propuesta**

En la comunidad, objeto de estudio, no existe planificación deportiva, aunque la mayoría desea participar en programas que estimulen a lograr sus metas. Estas comunidades no poseen con organizaciones de actividades para el tipo de discapacidad destinadas a la realización de la práctica de actividades físicas en manta. La práctica de la actividad física se realizara mediante los programas planteados y esta misma se beneficiara a personas con discapacidad física con quien pretende realizar actividades deportivas y de competición, la cual podrán formar y pertenecer en grupos o equipo deportivos y de competencias, llamado clubes, tendrán la participación activa de un programa de entrenamiento, en este caso contaran con el apoyo de un personal técnico para la ejecución y realización de sus actividades cotidianas en base del deporte y la preparación física y técnica de la disciplina a entrenar como es el voleibol sentado. Hoy en día programas para la masificación del deporte adaptado viene dando influencia mediante los programas gubernamentales del cantón dirigido a las personas con discapacidad física con deficiencia en la realización y ejecución de aquellos programas, de tal manera que se le dará realce y la ejecución adecuada y correcta de un programa de entrenamiento del proyecto planteado.

En este objeto estudio, la comunidad sostuvo que no existen registros actualizados de atletas de organizaciones deportivas para personas con discapacidad, y en su totalidad no forman parte de un proceso como atletas o deportistas en estas organización deportivas, en la cual, no realizan una participación activa del voleibol sentado en conformación de equipo de competencia, mediante lo dicho y sostenido de los encuestados les gustaría formar y pertenecer a equipos para dichas competiciones, teniendo participaciones en eventos deportivos y competitivos en el voleibol sentado. En la actualidad un porciento de los encuestados cuenta con un trabajo ya que en muchos no pueden ejercer este empleo, en la parte económica no todos le brindan el apoyo del bono del desarrollo social, y en conclusión, siendo indispensable la transportación para su movilización, adaptando vehículos o motocicletas para recurrir con facilidad a lugares mediante sus necesidades

## CAPÍTULO III

### LA PROPUESTA

**Nombre de la Propuesta: La Net de la Inclusión.**



**VOLEIBOL SENTADOS**

#### **Introducción de la Propuesta**

Un programa de entrenamiento agrupa varias actividades que se realizan en la parte deportivas ya que cual este proyecto está basado para su ejecución correcta de las actividades deportivas en el entrenamiento planificadas y estructuras mediante lo investigación requerida la el conocimiento con base científica del proyecto.

El Deporte hoy en día es uno de muchos atractivos del mundo y siendo el más popular en las diversas disciplinas deportivas teniendo mucha expectación y apoyo. El deporte en si tomando la popularidad de los deportes más visto como el futbol, básquet, entre otros, llama la atención en conocer el mismo deporte en forma adaptada específica para personas con discapacidad

clasificando su tipo y su desenvolvimiento de capacidades en la disciplina. hoy en día el deporte adaptado o paralímpico tiene un realce mundial con potencias a nivel deportivas en los deportes dados, esta investigación, pondrá en conocimiento las practica de un deporte muy conocido como es el voleibol sentado que fue practica después de la II guerra mundial en el año de 1939 siendo este ejecutado como rehabilitación a los soldados que perdieron miembros inferiores o teniendo amputaciones en el cual el especialista tendría que adaptar sus necesidades de mejora mediante el voleibol sentado.

La discapacidad no es un impedimento ni dificultad en la realización de actividades motoras de la vida cotidiana, esto sin duda puede manifestarse de manera adquirida o congénita, teniendo en cuenta los diferentes tipos de discapacidad entre ellas está la discapacidad: Física, Intelectual, Auditiva y Visual. Hay muchas disciplinas que fueron estudiadas y adaptadas para la realización del deporte en personas con discapacidad. Este proyecto comprenderá con la realización del deporte como es voleibol sentado a personas con discapacidad física o amputaciones del miembro inferior y ejecutaremos los programas de entrenamiento inmersos a esta disciplina deportiva cuyo fin es darle realce al deporte adaptado en manta teniendo en consideración a futuras con un o dos equipos de competición.

### **Justificación de la Propuesta**

El deporte como alegría o como competición son dos campos diferentes pero se engloban en uno solo el esfuerzo a la realización de las actividades deportivas. Este proyecto de investigación trata de la formación de un programa deportivo de entrenamiento en una disciplina muy conocida pero ahora adaptada a personas con discapacidad física. Del punto de vista deportivo cambiaremos estilos de vida y se dará esa alegría de un mejoramiento en sus procesos de desenvolvimiento de cada cosa q realicen, esa satisfacción de sentirse igual que todos y de no ser excluidos de algo que no es una limitación sino una oportunidad de cambio de vida de los deportistas (personas con discapacidad física).

Del punto de vista Político, este proyecto cumplirá con las normas y parámetros planteados por el Gobierno Autónomo Descentralizado del Cantón Manta y su Dirección de Deporte en referencia al convenio de apoyo con el comité paraolímpico para su realización y ejecución de la misma, brindando el espacio y las maneras de accesos de escenarios, con el aporte de los eventos a realizarse para la mejor imagen del programa deportivo de entrenamiento en el voleibol sentado a personas con discapacidad del cantón Manta.

### **Factibilidad Económica**

Este trabajo de investigación, no se invertirá un gasto económico cuantitativo que no perjudique las ganas de entrenar, cuyo objetivo es darle la facilidad y el apoyo para su ahorro económico y beneficio de su disponibilidad de tiempo y recurso.

### **Factibilidad Social**

Este trabajo de investigación, tendrá un impacto social en lo deportivo y en lo de Inclusión, el deporte es muy visto, pero no es practicado y ejecutado como inclusión a personas con discapacidad en la sociedad, esto ganara afectividad y popularidad dependiendo la difusión y tendrá acogida para la realización de eventos deportivos en base del deporte adaptado y como no llevarlo a la competición.

### **Objetivos de la propuesta**

- 1.- Incorporar a la práctica deportiva a las personas con discapacidad física.
- 2.- Desarrollar cualidad y habilidades motoras a tras del deporte a las personas con discapacidad física.

3.- Mejorar la calidad de vida a las personas con discapacidad física mediante la actividad física

4.- Ofrecer nueva ideas para la práctica deportivas a las personas con discapacidad física

5.- Participar en eventos deportivos y competitivos relaciones a la discapacidad física como es el voleibol sentado

### **Matriz FODA.**

**Tabla 22 FODA**

<b>FORTALEZA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Personal dispuesto a colaborar con la propuesta</li><li>• Espacios que pueden ser utilizados para la práctica del voleibol sentado</li><li>• Apoyo del municipio</li><li>• Deportistas dispuestos a participar</li><li>• Políticas de inclusión por parte del Gobierno Central de Manta</li></ul>	<b>DEBILIDAD</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Falta de unidades de transporte para la movilización de los atletas</li><li>• Poco apoyo del personal medico</li><li>• Barreras arquitectónicas</li><li>• Falta de acondicionamiento de las estructuras.</li></ul>
<b>OPORTUNIDAD</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Masificar la inclusión mediante el deporte</li><li>• Oportunidades de formación y preparación a persona con discapacidad</li><li>• Ingresos y marketing deportivo</li><li>• Llegar al nivel paralímpico o selección de ecuador.</li></ul>	<b>AMENAZA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• La conformación de otros clubes</li><li>• Falta de presupuesto</li><li>• Falta de apoyo gubernamental en programas y eventos deportivos</li><li>• Lesiones deportivas.</li></ul>

## Presupuesto

El presupuesto es toda la recopilación de datos a utilización que se reflejaron en su concepto o cosa utilizada en este trabajo de investigación, más el valor que sirvió para su ejecución o su elaboración.

Tabla 23 Presupuesto

<u>CONCEPTO</u>	<u>VALOR</u>
Conos	\$ 20
Balones	\$ 50
Chalecos	\$ 25
Acceso a internet	\$ 30
Transporte	\$ 35
Impresión	\$ 20
Cosas imprevistas	\$ 10
<b>TOTAL</b>	<b>\$ 190</b>

Como se puede observar, se detalla el presupuesto de cada cosa a utilizarse mediante su expresión a su valor respectivo en el cual tuvo el total de \$ 190 la cual se utilizó en la ejecución y realización que se presentó en el trabajo de investigación.

## Recomendaciones para la aplicación de la Propuesta

Solicitar a los entes gubernamentales la facilitación del uso de espacios e infraestructura para la ejecución y realización de esta propuesta.

Socialización la propuesta con el apoyo del municipio de manta y comité paraolímpico con el

Buscar patrocinios en tiendas o locales deportivos para la realización de eventos en el voleibol sentado.

Organizar actividades de capacitación para la masificación del voleibol sentado para su práctica en los diferentes lugares del cantón.

### Estructura de la Propuesta

La presente propuesta está estructurada con base de los 5 objetivos los cuales se presentara a continuación.

**Objetivo 1.-** Incorporar a la práctica deportiva a las personas con discapacidad física.

Actividades	Descripción	Duración	Recursos	Responsable	Observación
1.- Socialización en entidades de asociaciones de discapacidad física y públicas del municipio	Informaremos para darle y conocer la cantidad de personas con ganas de participación	2 semanas	persona	Darwin Conforme	Ninguna
2.- Charla sobre la práctica deportiva en el ecuador a personas con discapacidad	Darle la capacitación y conocimiento sobre el deporte y la actividad física	1 semana	persona	Darwin Conforme	Ninguna
3.- Dar a conocer propuesta mediante la práctica deportiva a las personas con discapacidad física en el voleibol sentado	Enfoque mediante el deporte como actividad física	1 semana	persona	Darwin Conforme	Ninguna

**Objetivo 2.-** Desarrollar cualidad y habilidades motoras a tras del deporte a las personas con discapacidad física.

<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Duración</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>	<b>Observación</b>
1.- Trabajos en diferentes planos motores direccionados al entrenamiento deportivo	Trabajos básicos de fundamentos y lateralidad como preparación general	3 semana	Espacio físico  Conos	Darwin Conforme	Alegres contentos de la práctica del deporte
2.- Destrezas motora y Fundamentos Básicos	Saque Pase Acomodada Ataque Bloqueo Defensa	3 semana	Espacio físico  Personas  Implementos deportivos	Darwin Conforme	Mejoramiento de los deportista
3.- Trabajos físicos de movilidades, fuerza	Movilidad y fortalecimiento de miembro superior como preparación	2 semana	Balones  Conos  Espacio físico	Darwin Conforme	Ningún conocimiento de pate de los participantes.

**Objetivo 3.-** Mejorar la calidad de vida a las personas con discapacidad física mediante la actividad física

<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Duración</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>	<b>Observación</b>
1.- Practicar el deporte como recreación para mejora en su funcionamiento técnico	Juego de voleibol para mejorar su condición física y técnica	2 semana	Espacio físico Balones	Darwin Conforme	Ninguna
2.- juegos de integración entre compañeros median el deporte	Encuentros deportivos recreativos y competitivos	1 semana	Espacio físico Equipos Chalecos Balones	Darwin Conforme	Mejoramamiento de jugadores
3.- Topes deportivo en el voleibol sentado con otras clubes en forma de campeonato	Encuentros deportivos con otros equipos o personas que participen del voleibol sentado	2 semana	Espacio físico Equipos Chalecos Balones	Darwin Conforme	Colaboración de auspiciantes Gubernamentales

**Objetivo 4.-** Ofrecer nueva ideas para la práctica deportivas a las personas con discapacidad física.

<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Duración</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>	<b>Observación</b>
1.- Enseñanza del atletismo, futbol en forma General	Práctica deportiva del atletismo	3 semanas	Espacio físico Balones charlas	Darwin Conforme	Voleibol sentado como base. Atletismo y Futbol
2.- Realización de olimpiadas mediante varios.	Función motriz y desenvolvimiento de capacidades mediante el deporte	1 semana	Espacio físico Equipos Chalecos Balones	Darwin Conforme	Capacidades deportivas
3.- Torneos Nacionales o provinciales de voleibol sentado	Participaciones de lo preparado en el voleibol sentado como competencia	1 Semana	Espacio físico Equipos Chalecos Balones	Darwin Conforme	Colaboración de auspiciantes Gubernamentales

**Objetivo 5.-** Participar en eventos deportivos y competitivos relaciones a la discapacidad física como es el voleibol sentado

<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Duración</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>	<b>Observación</b>
1.- Contenidos del deporte como reglas del voleibol sentado.	Reglamento de voleibol sentado.	1 semana	Espacio físico  Balones  charlas	Darwin Conforme	Ninguna
2.- Charlas sobre el deporte competitivo y el nivel paraolímpico	La competencia nacional o internacional, clubes a nivel nacional, equipos de selección y juegos paraolímpicos	1 semana	Espacio físico  Equipos  Chalecos  Balones	Darwin Conforme	Ninguna
3.- Campeonatos, torneos, topes en función del entrenamiento y objetivo a cumplirse.	Masificación deportiva competitiva del deporte referente al proyecto de investigación	1 semana	Espacio físico  Equipos  Chalecos  Balones	Darwin Conforme	Colaboración de auspiciantes Gubernamentales y Comité Paralímpico

### Cronograma de aplicación de la propuesta.

Actividades	Junio			Julio				Agosto			Septiembre			Noviembre		
1.-Socialización en entidades de asociaciones de discapacidad física y públicas del municipio	X	X														
2.-Charla sobre la práctica deportiva en el ecuador a personas con discapacidad		X	X													
3.-Dar a conocer propuesta mediante la práctica deportiva a las personas con discapacidad física en el voleibol sentado		X	X	X												
4.-Trabajos en diferentes planos motores direccionados al entrenamiento deportivo			X	X	X											
5.-Trabajos físicos de movilidades, fuerza					X	X										
6.-Trabajos técnicos y tácticos en el voleibol sentado						X	X									
7.-Practicar el deporte como recreación para mejora en su funcionamiento técnico								X	X							
8.-juego de voleibol en forma de campeonato entre jugadores del equipo									X							
9.-Actividades físicas y toque deportivo en el voleibol sentado									X	X						
10.-El Deporte una razón a seguir.										X	X	X				
11.-El talento como deportista.												X				
12.-Actividades físicas y toque deportivo en el voleibol sentado												X				
13.-Contenidos del deporte como reglas a emplear en el voleibol sentado.													X			
14.-El deporte competitivo y el nivel paraolímpico													X			
15.-Campeonatos, torneos, toques en función del entrenamiento y objetivo a cumplirse.														X		

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Las conclusiones que este trabajo de investigación ha llegado, se expresaran a continuación según los objetivos específicos de la investigación.

### Conclusiones

De acuerdo con los objetivos específicos señalados en el capítulo I, se tienen las siguientes conclusiones:

Objetivo 1.- Diagnosticar la situación actual de las personas con discapacidad física con relación a la para la práctica del deporte y la recreación en el Cantón Manta.

- En actualidad en la ciudad de manta, según el CONADI, existe un aproximado de 1500 personas con discapacidad.
- Las personas con discapacidad física carecen de una orientación deportiva para la realización de sus actividades, a pesar de que en el municipio existen espacios e infraestructuras para su atención.
- Recientemente se están creando espacios recreativos destinados a las personas con discapacidad física.

Objetivo 2.- Precisar las necesidades e intereses de las personas con discapacidad física para la práctica de actividades deportivas y recreativas.

- Las persona con discapacidad sienten la necesidad de inclusión de acuerdo a las leyes que se rigen para la participación del deporte paralímpico.
- Las personas con discapacidad mediante la práctica del deporte comparten el interés de participar y la necesidad de superarse e incluirse al deporte.

Objetivo 3.- Clasificar según el grado de Discapacidad Física a las personas que participaran en el programa de entrenamiento deportivo del voleibol sentado.

- La Discapacidad mediante el deporte, esta expresada por grados según su clasificación, dicho por el capítulo II en las clasificaciones de discapacidad física amputaciones y también dentro del ámbito del voleibol sentado, las personas como objeto de estudio se clasificaran de acuerdo a su porcentaje para su práctica y participaciones del programa de entrenamiento de voleibol sentado del trabajo de investigación.

Objetivo 4.- Evaluar las condiciones de las estructuras deportivas municipales que pueden servir como escenarios para la práctica del deporte y recreación en el voleibol sentado.

Las condiciones de la infraestructura deportiva del municipio son las siguientes

- Son accesibles para la movilidad de las personas con discapacidad física a la infraestructura deportiva (canchas).
- El material en buenas condiciones ya que son canchas sintéticas nuevas.
- Siempre están en mantenimiento o limpieza para su mejor practica del voleibol.

## **Recomendaciones**

Estas recomendaciones se citaran a las entidades públicas que pueden favorecer el deporte adaptado o paralímpico a las personas con discapacidad mediante los siguientes puntos como recomendación:

### **Al Ministerio de Deportes**

- Crear instituciones deportivas para personas con discapacidad.
- Formaciones de clubes o escuelas de Formación mediante el deporte adaptado con el voleibol sentado.
- Realizar programas deportivos y recreativos a beneficio de las personas con discapacidad e inclusión.
- Realizar eventos para su competitividad deportiva.

### **Al Municipio de Manta**

- Brindar apoyo a programas de entrenamiento para personas con discapacidad
- Contar con entidades deportivas de inclusión para resaltar el deporte
- Aportar con capacitaciones a entrenadores su mejora y eficacia en el entrenamiento a personas con discapacidad
- Fomentar el deporte para personas con discapacidad mediante masificación tanto escuelas permanentes o programas de inclusión deportiva.

## **A la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación**

- Practicas involucradas a personas con discapacidad mediante el deporte paralímpico.
- Programar eventos de carácter recreativo o competitivo para fortalecer el deporte adaptado en las personas con discapacidad física.
- Aportar con capacitaciones o seminarios, talleres específicos al deporte adaptado o paralímpico, para los entrenadores que necesiten de actualizaciones.
- Realización de Seminarios, Talleres Deportivos en base del conocimiento pedagógico, mediante técnicas y formas del entrenamiento en el deporte del voleibol sentado y/o deporte paralímpicos a todos los entrenadores, estudiantes que quieran implementar un trabajo con personas con discapacidad.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aceña, M. d. (2006). *Manual de atención a las necesidades educativas especiales en el aula*. Guatemala: INEDUC.
- Alegsa, L. (12 de mayo de 2010). *Definición de Programa*. Recuperado el 2016 de junio de 17, de <http://www.alegsa.com.ar/Dic/programa.php>
- Altamirano, A. (18 de julio de 2013). *Discapacidad física y otras discapacidades*. Recuperado el 2016 de junio de 22, de <http://es.slideshare.net/AngelicaAltamirano/discapacidad-fsica-y-otras-discapacidades>
- Canales. (1996). *tipos de investigación*.
- Castro, S. (marzo de 2010). *Iniciación al voleibol sentados*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://www.efdeportes.com/efd142/iniciacion-al-voleibol-sentados.htm>
- Cruz, L. M. (2016). *VOLEIBOL SENTADO*. Manta : Conferencista-Seminario.
- Cudemos, R. (2 de Agosto de 2008). *Temas de Investigación; Ensayos, trabajos y otros de interes*. Recuperado el 28 de Agosto de 2016, de <http://rodecudemos.blogspot.com/2008/08/capitulo-iii-marco-metodologico.html>
- Dietrich, Klaus, & Lehnertz. (2001). *Manual de Metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo.
- Fernandez, D. (2004). *PLANEACION Y OPERACIÓN DE PROGRAMAS RECREATIVOS*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://www.funlibre.org/documentos/idrd/planeacion.html>
- Fidias. (2006). *El proyecto de investigación*. Caracas - Venezuela: Episteme.
- González, P. M. (Enero de 2010). *El voleibol para personas con discapacidad*. Recuperado el 25 de agosto de 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd140/el-voleibol-para-personas-con-discapacidad.htm>
- Hernández. (2000). *Modalidad de la investigación*.
- Lagardera, F. (1999). *diccionario paidotribo de la actividad física y el deporte*. barcelona: Paidotribo.
- Lopez, M. P. (22 de junio de 2010). *Deportes adaptados para discapacitados*. Recuperado el 29 de agosto de 2016, de <http://www.discapacidadonline.com/deportes-adaptados-discapacitados.html>
- López, R. (28 de mayo de 2012). *Qué es la Discapacidad y cómo entenderla*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://www.guioteca.com/discapacidad/que-es-la-discapacidad-y-como-entenderla/>

- Mafe. (23 de marzo de 2012). *VOLEIBOL PARA DISCAPACITADOS*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://blogdevolei.blogspot.com/2012/03/voleibol-para-discapacitados.html>
- Mazza, J. C. (08 de enero de 2011). *Filosofía y objetivos de un programa de desarrollo eportivo a corto, mediano y largo plazo: Aspectos científicos, metodológicos, estructurales,filosófico políticos, económico-sociales.....* Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://www.fecna.com/wp-content/uploads/2011/08/1-Filosof%C3%ADa-y-Objetivos-de-un-Programa-de-Desarrollo-Deportivo.pdf>
- Mendoza, N. (julio de 2010). *Programa de actividades físicas y recreativas dirigidas al personal administrativo de la Villa Olímpica*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://www.monografias.com/trabajos82/actividades-fisicas-personal-administrativo/actividades-fisicas-personal-administrativo2.shtml>
- Mestre, J. (2004). *Planificación deportiva: teoría y práctica*. España: Inde.
- MORALES, A. S. (2014). *Voleibol sentado, una lternativa en deportes para discapacitados*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de [http://oa.upm.es/31067/1/TFG\\_ALBERTO\\_SANZ\\_MORALES.pdf](http://oa.upm.es/31067/1/TFG_ALBERTO_SANZ_MORALES.pdf)
- Morales, F. (19 de septiembre de 2019). *Conozca 3 tipos de investigación: Descriptiva, Exploratoria y Explicativa*. Recuperado el 29 de agosoto de 2016, de <http://www.creadess.org/index.php/informate/de-interes/temas-de-interes/17300-conozca-3-tipos-de-investigacion-descriptiva-exploratoria-y-explicativa>
- Moreno. (2011). *Programa Deportivo*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://www.granjaandar.org.ar/tiempo-libre/programa-deportivo/>
- Moreno, E., Suarez, L., & Madrigal, A. (octubre de 2008). *Programa físico-recreativo para niños y adolescentes del Hogar de niños sin amparo, filial del municipio de Sancti Spíritus*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://www.efdeportes.com/efd125/programa-fisico-recreativo-para-ninos-y-adolescentes-sin-amparo.htm>
- Moya Cuevas, R. M. (2014). *Deporte Adaptado*. Madrid: Inserso.
- Muñoz, J., & Antón, M. (julio de 2006). *Las discapacidades físicas*. Recuperado el 15 de junio de 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd98/discap.htm>
- Ochando, F. S. (2000). *La Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. Recuperado el agosto de 30 de 2016, de <https://www.cop.es/perfiles/contenido/deporte.htm>
- Pacheco, D. (8 de junio de 2013). *Iniciación Deportiva en niños con disscapacidad*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://sap.org.ar/docs/congresos/2013/deporte/presentaciones/pachecoagrelainiciacion.pdf>
- Robert, & Antúnez. (septiembre de 2014). *Tiempo libre en eadolsecentes de 13 a15 años*. Recuperado el 15 de junio de 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd196/tiempo-libre-en-los-adolescentes-de-13-a-15.htm>
- Rodríguez, Y. A. (Julio de 2008). *Descripción básica de un proceso de planificación deportiva*. Recuperado el 17 de agosto de 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd122/proceso-de-planificacion-deportiva.htm>

- Romero, A. M. (s.f.). Obtenido de <http://deportes.about.com/od/Voleibol/a/Historia-Y-Fundamentos-Del-Voleibol-Sentado.htm>
- Romero, D. (8 de junio de 2014). *ETAPAS DE LA REDACCION*. Recuperado el 29 de agosto de 2016, de <https://prezi.com/sk72f3thoqqj/etapas-de-la-redaccion/>
- Roo, F., & Bohórque. (agosto de 2014). *Propuesta de un programa deportivo-recreativo para la adecuada inversion de tiempo libre en los liceos bolivarianos*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de [http://www.produccioncientifica.luz.edu.ve/index.php/encuentro/article/view File/19640/19597](http://www.produccioncientifica.luz.edu.ve/index.php/encuentro/article/view/File/19640/19597)
- Sánchez, Y. (2008). *Tipos de discapacidad y síntomas*. Recuperado el 31 de agosto de 2016, de <http://www.lifeder.com/tipos-discapacidad/>
- Solano, L. A. (2011). *monografias.com*. Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos83/programa-actividades-fisico-deportivas-recreativas-jovenes/programa-actividades-fisico-deportivas-recreativas-jovenes2.shtml>
- Soledad, C. (Febrero de 2013). *PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA LA ESCUELA DE GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA DE LA FEDERACION*. Recuperado el 17 de agosto de 2016, de <http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/6437/1/UPS-CT003068.pdf>
- Solis, D. (11 de junio de 2012). *Deportes para discapacitados fisicos*. Recuperado el 2016 de junio de 19, de <http://es.slideshare.net/DARIOSOLIS/deportes-para-discapitados-fisicos>
- Torralba, M. (2004). *Atletismo adaptado: para personas ciegas y deficientes visuales*. Barcelona: Paidotribo.
- Torres, J. (13 de agosto de 2013). *Elaboracion de programas deportivos*. Recuperado el 21 de agosto de 2016, de <http://es.slideshare.net/13822985/elaboracion-de-programas-deportivos>
- Verhoshansky, & Siff, y. (2000). *Superentrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Zhelyazkov, T. (2001). *BASES DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO*. Barcelona: Paidotribo.

## **ANEXOS**

## ANEXO A

### Cuestionario.

Estimado Señor /a.

El presente cuestionario tiene como fin recolectar información que servirá para la elaboración de un Programa Deportivo dirigido a las personas con Discapacidad Físicas para la práctica del Voleibol Sentado. Dicho programa forma parte de un trabajo de investigación para optar el título de licenciado en Cultura Física.

La información suministrada por usted se utilizará solo como insumo investigativo, por favor no coloque datos personales en el presente documento.

Edad: \_\_\_\_\_

Género: \_\_\_\_\_

Porcentaje de limitación: \_\_\_\_\_

#### **Instrucciones:**

A continuación se presenta una serie de preguntas, marque con una X la respuesta que mejor se refleje su opinión.

N°	Preguntas	Respuesta	
		Si	No
1	¿Existe en su comunidad una planificación deportiva que le ofrezca lograr metas?		
2	¿Le gustaría participar en un programa deportivo que lo estimule a lograr sus metas personales?		
3	¿Existe en su comunidad organización de actividad para personas con discapacidad física?		
4	¿Ha participado en actividades destinadas a la actividad física?		
5	¿Practica usted Actividad Física?		
6	¿Conoce usted la existencia de un programa de actividades en su comunidad destinada a las personas con discapacidad física?		
7	¿Participa usted en alguna Actividades Deportiva Competitiva?		
8	¿Forma usted parte en un equipo deportivo?		
9	¿Cuenta usted con el apoyo de un personal técnico para la realización de su actividad deportiva?		
10	¿Cree usted que las infraestructuras en su comunidad están aptas para la realización de actividades deportivas para personas con discapacidad física?		
11	¿Conoce usted de la existencia de un programa deportivo gubernamental dirigido a personas con discapacidad física?		
12	¿Existe un registro actualizado de atletas de una organización deportiva?		
13	¿Se encuentre usted registrado como atleta en una organización deportiva?		
14	¿Le gustaría pertenecer al equipo deportivo del voleibol sentado?		
15	¿Ha participado usted últimamente en eventos deportivos como el voleibol sentado?		
16	¿Le gustaría participar en eventos o competencias deportivas?		
17	¿Cuenta usted con un trabajo en la actualidad?		
18	¿Recibe usted el bono de desarrollo social?		
19	¿Cuenta usted con un medio de transporte propio para su movilización?		

Muchas gracias por su colaboración. El investigador.