

JORNADAS DE DEPORTE INCLUSIVO

El día 4 de Enero en Miraflores de la Sierra se va a celebrar, desde las 11:00 hasta las 14:00 en el Polideportivo Municipal, la I Jornada de deporte inclusivo. Queremos que sea un día especial en el que todos/as podamos practicar diferentes deportes independientemente de las capacidades que tengamos cada uno/a.

Para participar sólo necesitáis formar **equipos de al menos 5 jugadores/as**. Tenéis libertad para decidir quién compone el equipo (padres, madres, edades diferentes, mixtos, etc) Lo importante es decidir un nombre y en el caso de que el equipo esté formado exclusivamente por menores, que el equipo esté supervisado por un adulto.

Os dejamos una breve explicación de los deportes en los que podréis participar.

FUTBOL EN SILLA DE RUEDAS



Disciplina del fútbol que se practica en una silla de ruedas utilizando las manos para golpear a la pelota con unos pies artificiales que se incorporan a la silla. El manejo del balón se realiza con una guía que lleva la propia silla de ruedas. Deporte patentado en Cantabria por la Fundación ACCESIBILIDAD UNIVERSAL.

Se practica en un campo de fútbol sala con equipos de al menos 5 jugadores y con las reglas muy parecidas a las del fútbol tradicional.

GOALBALL



El Goalball se basa principalmente en el sentido auditivo para detectar la trayectoria de la pelota en juego (que lleva cascabeles en su interior) y requiere, además, una gran capacidad espacial para saber estar situado en cada momento en el lugar más apropiado, con el objetivo de interceptar o lanzar la pelota.

El objetivo es, mediante el lanzamiento con la mano del balón, introducirlo en la portería del equipo rival. Cualquiera de los tres miembros del equipo intentará que el balón no entre en la portería. Todos los jugadores llevan antifaces opacos para igualar la visibilidad de todos los participantes.

BOCCIA



La boccia se practica de forma individual, por parejas o equipos, sobre una pista rectangular en la que los jugadores tratan de lanzar sus bolas lo más cerca posible de la pelota blanca que sirve de objetivo, a la vez que intentan alejar las de sus rivales.

Cada jugador, pareja o equipo dispone de seis bolas en cada manga y gana aquel cuya bola termine más cerca de la blanca.

VOLEY SENTADO



El voleibol sentado nació en Holanda en los años 50. 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.

Para participar en las Jornadas tendréis que rellenar la **ficha de inscripción que tenéis por detrás** y hacémosla llegar por alguna de las siguientes vías:

- 1.- Por Mail a jornadasdiscapacidadlascanadas@gmail.com
- 2.- Por Whatsapp al tf 646561773
- 3.- Dejando la ficha en el Ayuntamiento, a la atención de la Concejalía de Bienestar Social.

NO OS LO PERDÁIS!!! Es una gran oportunidad de pasar una mañana en familia y con amigos practicando deporte y aprendiendo a convivir en la diversidad.

ORGANIZAN



PATROCINA



FICHA DE INSCRIPCIÓN JORNADAS DEPORTE INCLUSIVO

DATOS GENERALES

MUNICIPIO.-

ASOCIACIÓN O AGRUPACIÓN.-

TELÉFONO Y MAIL DE CONTACTO.-

EL EQUIPO QUIERE PRACTICAR LOS SIGUIENTES DEPORTES:

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| FUTBOL EN SILLA DE RUEDAS | <input type="checkbox"/> |
| BOCCIA | <input type="checkbox"/> |
| VOLEY SENTADO | <input type="checkbox"/> |
| GOALBALL | <input type="checkbox"/> |

DATOS DEL EQUIPO

NOMBRE.-

NOMBRES, APELLIDOS Y EDADES DE LOS/AS COMPONENTES DEL EQUIPO.-

1º.-

2º.-

3º.-

4º.-

5º.-

NOMBRE DEL RESPONSABLE/CAPITÁN.- (Si son sólo menores el responsable tendrá que estar en las jornadas.)

OBSERVACIONES A TENER EN CUENTA PARA LA REALIZACIÓN DEL DEPORTE

- 1.- Por Mail a jornadasdiscapacidadlascanadas@gmail.com
- 2.- Por Whatsap al tf 646561773
- 3.- Dejando la ficha en el Ayuntamiento, a la atención de la Concejalía de Bienestar Social.

ORGANIZAN



PATROCINA

