

# ALMERÍA JUEGA LIMPIO DEPORTE COHESIONA PROYECTO DEPORTE ADAPTADO



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



DEPORTE  
PARA TODOS  
ENTRE TODOS  
Y PARA *siempre*

DOSSIER

SEGUIMOS CONECTAD@S

2020/2021





Presentación



Objetivos



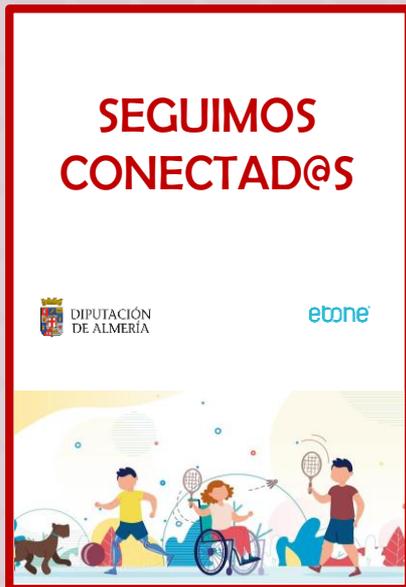
Actuaciones



+INFO



DIPUTACIÓN DE ALMERÍA



Seguimos Conectad@s 2020

Seguimos Conectad@s Yoga 2021



# PRESENTACIÓN

El Proyecto de Deporte Adaptado (PDA) se articula como un servicio deportivo de ámbito provincial que pretende ir hacia la inclusividad en el deporte adaptado, dotándolo de los mismos criterios de planificación, organización, recursos, presupuesto y evaluación, a través de procesos que deben orientarse al logro de objetivos; al considerar, que el deporte puede jugar un papel fundamental en la inclusión efectiva en la sociedad de las personas con capacidades intelectuales diferentes, teniendo en cuenta que sus valores esenciales (esfuerzo, compañerismo, disciplina, etc.), están en la base de la convivencia de cualquier comunidad democrática.

El PDA está destinado a grupos organizados pertenecientes a colectivos de personas con capacidades intelectuales diferentes de la Provincia de Almería, que se integran en el mismo a través de las diferentes entidades (Centros ocupacionales, residencias para personas con discapacidad intelectual, asociaciones para personas con discapacidad intelectual y entidades deportivas para personas con discapacidad intelectual) que reúnen al colectivo y que serán los beneficiarios de las actividades organizadas por las empresas y entidades colaboradoras.



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



# OBJETIVOS

1. Mejorar la calidad de vida de las personas con capacidades intelectuales diferentes, a través de un enfoque convivencia y socializador.
2. Fomentar los valores individuales y colectivos de la práctica deportiva.
3. Facilitar la participación activa de personas con capacidades diferentes en las actividades deportivas desde un enfoque inclusivo.
4. Lograr que las diferentes propuestas de práctica, motiven y diviertan a las personas participantes para hacer de su práctica un hábito continuado y permanente.
5. Favorecer el conocimiento y práctica de diferentes modalidades deportivas, a través de los valores positivos del deporte y AFA.
6. Contribuir a la mejora de los niveles funcionales, saludables e integración social de este colectivo.
7. Favorecer el conocimiento y utilización de las instalaciones deportivas convencionales y no convencionales, así como, de los espacios naturales de la provincia de Almería.
8. Promover la formación y capacitación de los agentes implicados.



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



# ACTUACIONES

Durante los años 2020 y 2021 se articuló una propuesta, a modo de plan de contingencia, diseñado de acuerdo con las entidades destinatarias del servicio para poder contar con un servicio complementario de fomento de la práctica deportiva saludable y específica para el colectivo con implementación de medios tecnológicos, con objetivos no competitivos dirigidos a la mejora de la salud, adquisición de hábitos de práctica y ocupación activa del tiempo de ocio.

Las actuaciones llevadas a cabo durante estos dos años fueron:

- ❖ “Seguimos Conectad@s”. Consta de 12 video tutoriales de práctica físico deportiva de aproximadamente 20 minutos de duración por sesión impartidas por profesionales del ámbito.
- ❖ “Seguimos Conectad@s Yoga”. Consta de 10 video tutoriales de práctica de yoga de aproximadamente 30 minutos de duración por sesión impartidas por profesionales del ámbito.
- ❖ Manuales de recomendaciones y guía prácticas para la organización de la práctica físico deportiva. 3 documentos elaborados por personal técnico cualificado y especializado en deporte y atención a la diversidad.



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



# SEGUIMOS CONECTAD@S



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA

etone®



SESIONES  
VIRTUALES

MANUALES  
Y GUÍAS



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



ALMERÍA  
JUEGA  
LIMPIO  
DEPORTE  
COHESIONA





1ª Sesión



2ª Sesión



3ª Sesión



4ª Sesión



5ª Sesión



6ª Sesión



7ª Sesión



8ª Sesión



9ª Sesión



10ª Sesión



11ª Sesión



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



## MANUAL DE RECOMENDACIONES PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA DIRIGIDA A PERSONAS CON DIVERSAS CAPACIDADES

PREVENCIÓN Y CONSEJOS COVID-19



MANUAL DE RECOMENDACIONES PDA



## GUÍA PRÁCTICA SEGUIMOS CONECTAD@S - PDA: PLAN DE ENTRENAMIENTOS EN CASA Y EN CENTROS DE ATENCIÓN A PERSONAS CON DIVERSAS CAPACIDADES



GUÍA PRÁCTICA PDA



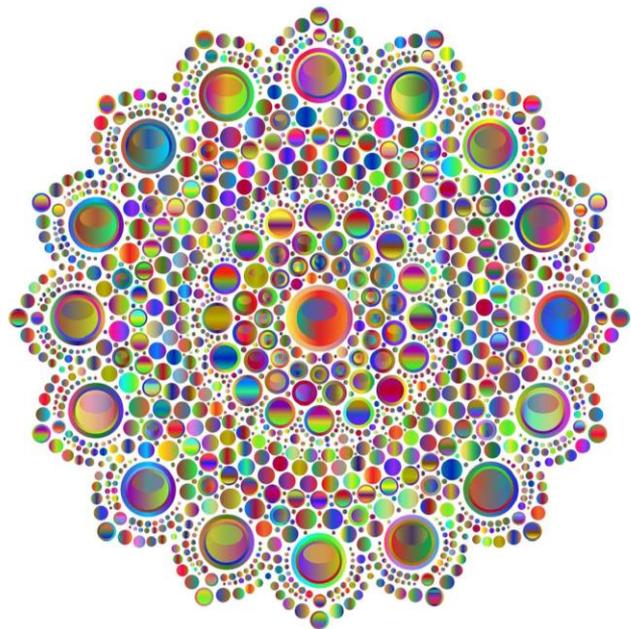
## PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA PROFESIONALES: ORGANIZACIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN CENTROS DE ATENCIÓN A PERSONAS CON DISTINTAS CAPACIDADES

DURANTE LA CRISIS DEL COVID-19



ORGANIZACIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA PDA





# SEGUIMOS CONECTAD@S YOGA



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



yoga  
Mūladhara



SESIONES  
VIRTUALES



GUÍA



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA





1ª Sesión



2ª Sesión



3ª Sesión



4ª Sesión



5ª Sesión



6ª Sesión



7ª Sesión



8ª Sesión



9ª Sesión



10ª Sesión



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA





GUÍA SEGUIMOS CONECTADOS  
YOGA



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



# DEPORTE

PARA TODOS  
ENTRE TODOS  
Y PARA *siempre*

*Síguenos para +INFO de las actuaciones del Servicio de Deporte de la Diputación de Almería*



DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



Salir

