



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

TRABAJO FIN DE GRADO

# Diversidad e Inclusión en los deportes de raqueta

---

Doble Grado de Ciencias de la Actividad Física y el  
Deporte y Educación Primaria con mención en Lengua  
Extranjera: Inglés

Alumno: Luis Bartolomé del Campo  
Director: Pablo Abián Vicén  
Curso 2023/2024  
Fecha de presentación: 19/04/2024

# ÍNDICE

1. AGRADECIMIENTOS.....	2
2. RESUMEN.....	3
3. JUSTIFICACIÓN.....	5
4. MARCO TEÓRICO.....	7
4.1 Inclusión de género en el deporte.....	7
4.1.1. Evolución histórica de inclusión de género en deportes de raqueta.....	7
4.1.2. Estrategias para la Igualdad de género.....	10
4.2. Leyes y políticas de inclusión en el deporte.....	15
4.2.1. Políticas de inclusión en los deportes de raqueta.....	17
4.3. La inclusión de personas con diferentes habilidades y necesidades.....	20
4.3.1. Barreras para la inclusión en los deportes de raqueta.....	21
4.3.2. Inclusión y discapacidad en los deportes de raqueta.....	23
4.3.3. Estrategias de inclusión en los deportes de raqueta.....	27
5. OBJETIVOS.....	31
5.1. Objetivo principal.....	31
5.2. Objetivos Secundarios.....	31
6. MATERIAL Y MÉTODOS.....	32
6.1. Estrategias de búsqueda.....	32
6.2. Criterios de inclusión / exclusión.....	32
7. RESULTADOS.....	34
8. DISCUSIÓN.....	38
9. APLICACIONES PRÁCTICAS.....	41
10. CONCLUSIONES.....	43
11. FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN.....	44
12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	45

## **1. AGRADECIMIENTOS**

Quisiera comenzar este Trabajo Fin de Grado agradeciendo a mi profesor-supervisor, Pablo Abián Vicén, su disposición para orientarme en la elaboración del mismo, ayudándome en todo momento con su experiencia y profesionalidad.

Es reseñable la labor de acompañamiento y supervisión que por su parte ha llevado a cabo, brindándome apoyo a lo largo de todo este proceso de redacción de mi TFG que me ha posibilitado su elaboración en tiempo y forma.

Agradecer a la Universidad Pontificia de Comillas en Madrid los conocimientos adquiridos en las asignaturas cursadas a lo largo de estos años de formación que han facilitado el mejor desarrollo de mi trabajo, y me han ayudado en mi desarrollo integral como persona.

## 2. RESUMEN

En este Trabajo de Fin de Grado, se analiza la evolución de la inclusión en el deporte desde sus inicios, centrado de la inclusión en los deportes de raqueta (tenis, pádel y bádminton) y posibles estrategias para realizar dicha inclusión.

Para llevar a cabo este análisis, se ha realizado una primera búsqueda de artículos en diferentes bases de datos científicas como Dialnet, Google Académico y Scopus. De los artículos encontrados, se han descartado aquellos que no cumplían los criterios de inclusión planteados, siendo seleccionados los 17 que conforma el trabajo.

Se detalla la lucha por la igualdad en el tenis y los avances de las mujeres en este campo, a través de las diez estrategias propuestas desde el Comité Olímpico Internacional para conseguir la igualdad de género en el deporte.

Se hace una valoración de las leyes y políticas de inclusión a nivel nacional e Internacional y su aplicación en los deportes de raqueta. Actualmente los gobiernos han incluido el deporte en sus políticas sociales como una forma de lucha contra la exclusión social, incluyendo el acceso al deporte a personas con diferentes capacidades y necesidades.

Siendo la actividad física muy importante para la mejora de la calidad de vida de todas las personas, incluidas las personas con capacidades diferentes, todavía existen barreras que dificultan la participación en igualdad de condiciones en deportes como el tenis, pádel o bádminton.

Los deportes de raqueta como deportes inclusivos mejoran la autoestima y la interacción social de quienes los practican, tenga o no discapacidad.

**Palabras clave:** Discapacidad; Perspectiva de género; Integración; Educación; Tenis; Pádel y Bádminton.

## **ABSTRACT**

In this Final Degree Project, the evolution of inclusion in sport since its beginnings is analyzed, focusing on inclusion in racquet sports (tennis, paddle tennis and badminton) and possible strategies to achieve said inclusion.

To carry out this analysis, a first search for articles was carried out in different scientific databases such as Dialnet, Google Scholar and Scopus. Of the articles found, those that did not meet the inclusion criteria were discarded, and the 17 that make up the work were selected.

The fight for equality in tennis and the advances of women in this field are detailed, through the ten strategies proposed by the International Olympic Committee to achieve gender equality in sport.

An assessment is made of the laws and policies of inclusion at the national and international level and their application in racket sports. Currently, governments have included sport in their social policies as a way to combat social exclusion, including access to sport for people with different abilities and needs.

Since physical activity is very important for improving the quality of life of all people, including people with different abilities, there are still barriers that make it difficult to participate on equal terms in sports such as tennis, paddle tennis or badminton.

Racquet sports as inclusive sports improve self-esteem and the social interaction of those who practice them, whether they have a disability or not.

**Keywords:** Disability; Gender perspective; Integration; Education; Tennis; Paddle and Badminton.

### 3. JUSTIFICACIÓN

A lo largo de mis cursos en la universidad, en diferentes asignaturas he ido viendo, acercándome e incluso practicando actividades relacionados con la inclusión que han ido suscitando en mí ese interés por poder facilitar y ayudar a las personas que lo necesitan, a normalizar lo más posible su situación, sirviendo a la vez de enriquecimiento personal de una forma que sólo estas personas nos pueden proporcionar.

La elección de mi tema se debe a que considero que los deportes de raqueta son un buen marco para promover la inclusión tanto en educación como en el deporte.

Me he centrado en dar una visión clara, real y actualizada de la importancia de la inclusión en todos sus aspectos: inclusión de género, de discapacidad física, psíquica y de exclusión social, a través de los deportes de raqueta, así como de los beneficios que conlleva una correcta inclusión para aquellas personas que lo necesitan.

Con el desarrollo de la inclusión en estos deportes, se garantiza que todos los estudiantes tengan las mismas oportunidades de aprendizaje y participación independientemente de sus capacidades, habilidades o condiciones.

Me he centrado en el pádel, tenis y bádminton ya que considero que muestran una serie importante y variada de beneficios físicos, emocionales y sociales para las personas que los practican, siendo deportes que permiten adaptar las reglas y entornos de juego para cubrir las necesidades de todos los jugadores. También considero que estos deportes ayudan a la realización de actividad física de forma regular y por tanto contribuyen a la salud y bienestar, proporcionando una variedad de beneficios físicos, emocionales y sociales que promueven el trabajo en equipo y la comunicación. Así las personas que lo practican tienen la posibilidad de fortalecer su autoestima y confianza en sí mismos.

Con este TFG procuro dar una base teórico-práctica para la reflexión y diseño de intervenciones inclusivas efectivas en enseñanza y práctica de deportes de raqueta.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

En resumen, este Trabajo de Fin de Grado se justifica en base a la necesidad de promover la inclusión en la educación primaria a través de la práctica de deportes de raqueta. Busco explorar los beneficios físicos, emocionales y sociales de estos deportes, así como desarrollar estrategias inclusivas para garantizar que todas las personas puedan participar plenamente y disfrutar de los beneficios de la actividad física y de los deportes de raqueta.

## **4. MARCO TEÓRICO**

### **4.1 Inclusión de género en el deporte**

El deporte es una de las actividades en las que más se reflejan los estereotipos tradicionales de género, aunque las mujeres han demostrado su capacidad para desafiar las barreras sexistas en la práctica de algunos deportes. La sociedad de hoy en día es consciente de que los estereotipos de género tradicionales no reflejan la realidad del siglo XXI ya que las razones para no valorar el deporte femenino igual que el masculino son más culturales que biológicas. No obstante, hay parte de la población que sigue considerando el deporte como una actividad masculina (Rozenwajn, 2018).

Hasta hace unos años los medios de comunicación sólo se hacían eco de deportes con estereotipos femeninos tradicionales.

Los estereotipos influyen a la hora de la participación de las mujeres en ciertos deportes. Además, la homofobia aumenta las posibilidades de que adolescentes y mujeres no participen o sobresalgan en la práctica de deportes según la Women's Sport and Fitness Foundation (2009).

Las investigaciones llevadas a cabo por Fasting et al. (2000) y Lentillon (2009) muestran que la mujer está infravalorada tanto en la práctica diaria, ya que se considera a los hombres mejor dotados para la actividad deportiva, como en la práctica profesional, donde los cargos directivos siguen estando ocupados en mayor número por hombres que por mujeres, aunque el número de mujeres con cargos directivos en federaciones deportivas va aumentando progresivamente. Así mismo los progenitores tienden a considerar a sus hijos más competentes que sus hijas en el deporte y estiman más importante la actividad física para el desarrollo del niño que para el de la niña (Lentillon, 2009).

#### **4.1.1. Evolución histórica de inclusión de género en deportes de raqueta**

El concepto de inclusión de género se refiere a un concepto actual de la sociedad occidental europea (lo cual no excluye que haya otras situaciones parecidas). No obstante, la percepción social de mujeres y deporte no ha sido la misma en todos



## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

los países. En España, durante la época franquista no se tuvo en cuenta la inclusión de la mujer en el deporte, mientras que en otros países europeos se comenzaba a hablar de mujer y deporte (Rozenwajn, 2018).

Las mujeres han visto limitada su participación deportiva desde el siglo XIX, por condicionantes sociales y culturales, que marcaron sus hábitos y preferencias deportivas, en función de la aceptación social que estos tenían. Así deportes como la gimnasia, el tenis, o la natación han figurado en la lista de “adecuados” por ser considerados tradicionalmente como femeninos, tanto por su estética como por la ausencia de un “esfuerzo agónico” (López, 2011). Como muestra la evolución del programa olímpico en la Era Moderna, a las mujeres no se les permitió participar en la primera edición de los Juegos Olímpicos en 1896. Cuatro años más tarde, debutaban en París en tres deportes: el tenis, el golf y el croquet, (History of Women in Sports Timeline, 1900-1929), deportes muy practicados entre las mujeres de clase alta y que se ajustaban a la noción de feminidad de la época.

Aunque hoy en día el deporte es considerado un agente socializador y está presente en varias organizaciones internacionales, pocos estudios actuales sobre la sociología del deporte plantean cuestiones de género en sus metodologías y resultados. En el estudio realizado por Rozenwajn (2018) sobre estereotipos y desigualdades entre hombres y mujeres en competiciones deportivas, se analiza el *ranking* de las y los tres primeros deportistas en el tenis, así como el impacto mediático en las primeras visualizaciones *on line* a través de *Google Imágenes*.

Los criterios de análisis de género, recogidos en el estudio llevado a cabo por Rozenwajn (2018) se realizaron basándose en:

- La relación entre la imagen de cada deportista y su deporte; analizando si las imágenes de las tenistas están relacionadas con el deporte que practican o están descontextualizadas en imágenes cosificadas, anuncios publicitarios u otros.
- La diferencia entre tenistas masculinos y femeninos a la hora de mostrar imágenes y su relación con el deporte.
- La posible presencia o no de cosificación de la imagen corporal, que puede ser motivo para infravalorar al deportista como profesional.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Se observa que en el deporte se tiene muy en cuenta el interés económico, sobre todo en los medios de comunicación. Las imágenes de la Figura 2 en las que aparece la tenista María Sharapova están hipersexualizadas, no siendo éste el caso de las imágenes de la Figura 1 en la que se ve al tenista Rafael Nadal.



**Figura 1:** *Imágenes del tenista profesional Rafael Nadal*



**Figura 2:** *Imágenes de la tenista profesional María Sharapova.*

En la Figura 3 se puede observar que las imágenes de los triunfos alcanzados y la retransmisión de los logros y méritos en 2016 es menor en las mujeres campeonas que en los hombres.

Número de veces que...	TENIS FEMENINO			TENIS MASCULINO		
	Serena Williams	Maria Sharapova	Venus Williams	Novak Djokovic	Roger Federer	Rafael Nadal
Aparece relacionada/o con el tenis (en el campo de tenis, en medio de un torneo, con la pala, etc.)	18	3	22	24	28	27
Aparece con una copa	7	1	1	3	1	1
Aparece sexualizada/o o con sobreexposición del cuerpo	2	3	0	0	0	0
Neutra (no relacionada/o con su deporte pero tampoco sexualizada/o)	3	23	7	3	1	2
TOTAL	30	30	30	30	30	30

**Figura 3:** *Análisis mediático de tenistas profesionales según sexo y ranking. Datos 2016*

La lucha por la igualdad en el tenis se inició en 1972 cuando se creó la Asociación de Tenistas Profesionales cuyo objetivo era representar a los jugadores masculinos de tenis sin tener en cuenta a las mujeres. Es entonces cuando Billie Jean, tenista profesional, creó la Asociación de tenistas mujeres en la que se reivindicaba que el importe económico de los premios en los torneos fuese igual para los hombres que para las mujeres.

En el año 2001 los responsables del Abierto de Australia decidieron igualar económicamente los premios de los hombres y las mujeres y en 2006 le tocó el turno al Torneo de Rolan Garros.

A fecha de hoy sigue habiendo muchos torneos de tenis en que los premios masculinos son superiores a los femeninos. Un ejemplo de ello es el torneo Masters de Roma en el cual, en 2023, el premio del campeón fue doble que el de la campeona, lo que constata que todavía queda por hacer por la igualdad de género en el deporte (Rozenwajn, 2018).

#### 4.1.2. Estrategias para la Igualdad de género

El artículo elaborado por Sagarzazu & Lallana (2012), sobre Estrategias del Comité Olímpico Internacional (COI) para la Igualdad de Género en el Deporte y la Imagen

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Mediática de las Deportistas, analiza las diez estrategias para lograr la igualdad de género en el deporte propuestas por dicho Comité Olímpico.

### Estrategia 1- Apoyar el deporte femenino.

La participación de la mujer en actividades físicas y deportivas promueve el bienestar físico y psicológico a través de la inclusión social, la autoestima y la confianza, así como ayuda a reducir el estrés, la ansiedad, la soledad y la depresión.

Iberdrola fue la primera compañía en realizar una apuesta global por el fomento de la participación de la mujer en el ámbito deportivo en las mismas condiciones que el hombre. En 2016, se convirtió en el principal impulsor del programa Universo Mujer del Consejo Superior de Deportes (CSD), con el objetivo de fomentar y desarrollar el deporte practicado por mujeres, como un instrumento de reconocimiento del importante papel de la mujer en el deporte y en la sociedad. En 2022 la Real Federación Española de Tenis (RFET) se sumó al proyecto de apoyo al deporte femenino que impulsa Iberdrola junto con otras siete federaciones deportivas nacionales, a través del programa Universo Mujer del Consejo Superior de Deportes (CSD), desarrollando durante tres años el programa Tenis Mujer que permita dar un nuevo impulso al tenis femenino español, a través del apoyo a torneos, becas y diferentes actividades de formación de las tenistas españolas.

### Estrategia 2 – Unirse a Organizaciones de Derechos de la Mujer.

Adoptar medidas en los sistemas de cuotas aplicados a áreas como el deporte, y en caso de ser necesario esas medidas deben ser dirigidas a mujeres con mayor vulnerabilidad como migrantes, pobres, lesbianas, discapacitadas...

Con esta idea, en el año 2016 un grupo de mujeres vinculadas al deporte constituyó la Asociación para Mujeres en el Deporte Profesional (AMDP), asociación cuyo objeto es trabajar día a día por conseguir la igualdad de derechos y oportunidades dentro del deporte, tanto de las deportistas como de todas aquellas personas vinculadas al mismo.

### Estrategia 3 – Denunciar las desigualdades de género.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Señalar las desigualdades de género en el deporte femenino, en cualquier situación, y luchar para que desaparezcan.

Así ocurrió en 2021 cuando la tenista alemana Andrea Petkovic denunció antes del partido de la Billie Jean King Cup que aún existen casos de discriminación en el tenis pese a los avances realizados para conseguir la igualdad. Petkovic criticó los insultos y las amenazas que reciben muchas jugadoras cuando pierden un partido, algo que ocurre en menos ocasiones en los partidos masculinos. Según sus palabras *"Después de los partidos, las chicas siempre recibimos mensajes y comentarios molestos en las redes sociales. Tengo dudas sobre si pasa lo mismo en el circuito masculino. Siempre se discute nuestra forma de vestir o cómo llevamos el pelo"*.

### Estrategia 4 -Animar a otras chicas y mujeres.

Las oportunidades para la participación de las mujeres en el deporte están restringidas por la segregación de género en los diferentes tipos de deporte, por lo que debemos visibilizar a las mujeres que triunfan en el deporte y animar a las niñas y jóvenes a realizar cualquier carrera deportiva por la que sientan interés.

La Federación Española de Bádminton es una de las federaciones que han implantado los programas Mujer y Deporte, promoviendo e impulsando este deporte olímpico entre las mujeres, de todas las edades, de nuestro país. Desde la propia federación se ha creado un boletín informativo "Mujer y Bádminton" en el que se reflejan las actuaciones de las deportistas y se visibiliza a todas aquellas que, de una u otra forma, contribuyen al desarrollo de este deporte.

### Estrategia 5 – Presionar a favor de las políticas de igualdad de género.

Las instituciones locales, nacionales e internacionales deben adoptar medidas para poner fin a los prejuicios de género en el deporte mediante la promoción y el refuerzo de las políticas de igualdad.

El 30 de diciembre de 2022 se aprobó la Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte, aún no se ha desarrollado ningún reglamento desde el Consejo Superior de Deportes en materia de igualdad entre hombres y mujeres.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

A principios de 2019 se produjo un cambio de normativa de la Women's Tennis Association (WTA) sobre maternidad y carrera deportiva en tenistas profesionales. Las modificaciones del reglamento facilitan un primer paso hacia la compatibilización de la maternidad con el tenis de élite, pero aún hacen falta más medidas de acompañamiento como:

- Contar con el apoyo del entorno psicosocial de la deportista.
- Disponer de una ayuda económica.
- Disponer de espacios para los hijos en el entorno deportivo.

### Estrategia 6 – Hablar en contra de la homofobia.

El silencio y el miedo asociado a la homofobia son perjudiciales para las mujeres. En muchas ocasiones los y las deportistas ocultan su homosexualidad por miedo a la repercusión mediática que pueden sufrir.

“Raquetas contra la homofobia” es una competición de tenis, con sede en la Ciudad de la Raqueta de Madrid. Esta competición está organizada por el club LGBTBI de tenis Madpoint. Es una actividad que tiene como objetivo fomentar la tolerancia a las distintas orientaciones sexuales a través del deporte.

### Estrategia 7 – Denunciar la discriminación.

Adoptar políticas que prohíban la discriminación contra lesbianas y gays en el deporte.

La igualdad entre mujeres y hombres es un principio fundamental de la Unión Europea. La Comisión Europea expresó su compromiso —tanto en la Carta de la Mujer como en la Estrategia para la Igualdad entre Mujeres y Hombres 2010-2015— de abordar y eliminar la brecha de género en la toma de decisiones.

Después de la Conferencia de la Unión Europea sobre Igualdad de Género en el Deporte, celebrada en 2013, se aprobó la propuesta de acciones estratégicas en relación con la igualdad de género en el deporte 2014-2020, las medidas y recomendaciones incluidas en ella alientan a las federaciones deportivas y las organizaciones no gubernamentales a desarrollar y aplicar estrategias nacionales e internacionales para la acción en materia de igualdad de género en el deporte.

### Estrategia 8 – Considerar alternativas legales.

Ante la desigualdad en el deporte, el mejor recurso es tomar acciones legales para eliminar la discriminación.

En el Título II de la Ley 19/2007, de 11 de julio, contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte, se establece el Régimen sancionador contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte

### Estrategia 9 – Desafiar los mitos machistas sobre el deporte.

Desmitificar los estereotipos de género, raciales, de edad y/o de capacidad en el deporte.

Dada la importancia de la “brecha de género” en muchos ámbitos deportivos, para corregir esta situación, es importante fomentar su participación en las prácticas deportivas, no sólo competitivas, sino también de manera amateur o de manera informal para así contribuir al empoderamiento de las mujeres y a eliminar muchos tipos de discriminación.

Se debe animar a las mujeres de todo el mundo a participar en el deporte, para ello la tenista, Serena Williams realizó una misión en Ghana y Senegal para poner en relieve el papel del deporte, la juventud y el empoderamiento de las mujeres y niñas en el logro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio.

### Estrategia 10 – Desarrollar estrategias en los medios.

Los medios de comunicación son una herramienta muy importante para lograr un cambio y dar mayor difusión al deporte femenino.

Los medios de comunicación poco a poco van incorporando la información sobre deporte femenino de manera similar al deporte masculino, aunque todavía queda mucho por hacer. Cuanto más interés despierta un equipo o una persona en un deporte por sus méritos, más espacios informativos ocupa ese deporte.

Los éxitos deportivos de Carolina Marín, en bádminton, influyen en la cantidad de espacios dedicados al bádminton, ya que aquello que se ve genera interés y aquello que genera interés, genera inversión.

## 4.2. Leyes y políticas de inclusión en el deporte

En los últimos años se ha ido dando una mayor importancia al deporte como un mecanismo de lucha contra la exclusión, de manera que muchos gobiernos han incluido el deporte en sus políticas sociales, hasta hoy en día, en el que se utiliza el deporte como un recurso para la integración social.

Así, la Convención de las Naciones Unidas insta a sus estados miembros a *“adoptar las medidas apropiadas para eliminar la discriminación contra la mujer en otras esferas de la vida económica y social, a fin de asegurar, sobre la base de la igualdad entre las mujeres y hombres, los mismos derechos, incluido el derecho a participar en actividades recreativas, deportes y en todos los aspectos de la vida cultural”*. Además, en su artículo 31 sobre los derechos de las personas con discapacidad, establece que los adultos y niños con discapacidad deben tener acceso a actividades de ocio, recreación y deporte, tanto en entornos inclusivos como específicos.

Por su parte, el Comité Olímpico Internacional obliga desde 1991 a la inclusión de la categoría femenina para cualquier programa que se incorpore al programa olímpico.

La Comisión Europea para el deporte, diseñó en 2007 el Libro Blanco sobre el Deporte, en el queda reflejado la contribución a la cohesión económica y social para lograr una sociedad más integrada, por lo que todos los ciudadanos deben tener acceso a él, teniendo en cuenta las necesidades de cada uno y de los grupos minoritarios, el deporte puede facilitar la integración de los migrantes y de personas procedentes de entornos desfavorecidos. Esta Comisión estableció un Plan de Trabajo desde julio de 2017 a diciembre de 2020 que incluye una serie de medidas específicas relativas a los aspectos sociales y económicos del deporte, como son la salud, la inclusión social, el voluntariado, la educación o la promoción de la igualdad de género en el deporte.

En relación con las Leyes nacionales, el artículo 43.3 de la Constitución española indica *“Los poderes públicos tienen la responsabilidad del fomento de la educación física y del deporte, como uno de los rectores de la política económica y social”*.

La Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte, promueve la Igualdad de Género



## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

y la Inclusión en el deporte, tal y como se indica en dos apartados del preámbulo de dicha Ley:

*“Esta Ley, en su búsqueda de la igualdad real y efectiva de todas las personas que practican deporte, no se olvida de los derechos de las personas LGTBI, atendiendo a dos criterios esenciales: eliminar cualquier clase de discriminación, cuya protección debe ser encomendada a la Ley 19/2007, de 11 de julio, contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte; y lograr que la práctica deportiva se pueda realizar de forma segura con pleno respeto al principio de igualdad constitucional, con independencia de su orientación o identidad sexual. El segundo gran eje de impulso de las políticas en materia deportiva de esta ley es la promoción del deporte inclusivo y practicado por personas con discapacidad. Por deporte inclusivo debe entenderse toda práctica deportiva que favorece la inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad, jugando un papel relevante aquellas actividades que prevén esa práctica conjunta entre personas con y sin discapacidad, y siempre buscando la igualdad de oportunidades y condiciones entre personas con y sin discapacidad en el ámbito del deporte. La igualdad en el deporte se consigue integrando hombres y mujeres con discapacidad en la práctica deportiva pudiendo disfrutar de los beneficios aparejados a la misma. La igualdad debe ser concebida de manera global, sin ignorar ningún colectivo o individuo. Se pretende que la integración de todas las personas deportistas en estructuras organizativas comunes sea una herramienta de cohesión, abriendo la vía a la participación en los órganos de gestión y de gobierno. Por ello, esta ley pretende facilitar la integración de todas las personas deportistas bajo la misma federación y la remoción de obstáculos que segregan a aquellas de acuerdo con sus condiciones; siendo considerado el deporte inclusivo y los programas que lo desarrollen de interés general, como lo es también el deporte de alto nivel”.*

El programa, “Universo Mujer III”, cuyo objetivo es la promoción y el aumento de la participación femenina en todos los ámbitos del deporte para contribuir a la mejora y transformación social a través de sus valores, fue declarado acontecimiento de excepcional interés público en la Ley 22/2021, de 28 de diciembre, de Presupuestos Generales del Estado para el año 2022. Con este programa se busca alcanzar una sociedad más igualitaria en la que la mujer y el deporte sean parte esencial del crecimiento del país.

Durante los últimos años, la inclusión ha sido uno de los cambios educativos que más se han tenido en cuenta en la Legislación educativa en España. Según el Real Decreto 157/2022, las administraciones educativas establecerán los procedimientos oportunos para realizar las adaptaciones significativas necesarias para dar respuesta a todo el Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (ACNEAE), permitiendo su desarrollo de la manera más adecuada. Debido a los beneficios que presenta la inclusión de las personas con necesidades educativas especiales, la asignatura de Educación Física se encuentra obligada a promover su inclusión a través de la práctica de actividades físico-deportivas, otorgándoles mayores oportunidades de enseñanza-aprendizaje a estos alumnos.

El Programa “Deporte Inclusivo II”, promueve la práctica deportiva de personas con discapacidad como herramienta para su integración social, fue declarado acontecimiento de excepcional interés público en la Ley 11/2020, de 30 de diciembre, de Presupuestos Generales del Estado para 2021. La duración del programa de apoyo a este acontecimiento abarca del 1 de julio de 2021 al 30 de junio de 2024.

### **4.2.1. Políticas de inclusión en los deportes de raqueta**

La Asociación Española Deportiva para la Integración y Recuperación (AEDIR) promueve actividades deportivas como recurso para la integración social, la recuperación y la lucha contra la discriminación, cuya finalidad es *“contribuir al desarrollo integral y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y/o dependencia consecutiva de un trastorno mental grave”* (AEDIR, 2014). Actualmente integradas en esta asociación existen varias iniciativas de proyectos deportivos dirigidos a la integración social, en los cuales se incluyen programas con deportes de raqueta, que paso a detallar:

- El programa para la rehabilitación psicosocial de personas con trastorno mental grave mediante la práctica deportiva (SPORTSAME). Iniciativa deportiva para personas con trastorno mental grave, que ofrece un espacio lúdico para practicar distintos deportes, promoviendo la mejora de su autoestima, ampliando su Red Social y consiguiendo una mejor calidad de vida. Dentro de sus actividades

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

deportivas se encuentran el tenis y el pádel, cuyo objetivo principal es aumentar la motivación, mejorar la autoestima y utilizar el ejercicio físico como una estrategia para reducir los estados emocionales negativos. Para la práctica del tenis, cuenta con la colaboración activa de la Federación Madrileña de Tenis, utilizando los espacios que dicha federación tiene disponibles. Para el desarrollo del torneo se realiza un cuadro clasificatorio con eliminatorias en función del número de participantes. El torneo se juega a 10 puntos o en su caso el ganador tiene que hacerlo por diferencia de dos puntos. En el caso del pádel se desarrolla en varias instalaciones deportivas de la Comunidad de Madrid y se juega en parejas masculinas, femeninas o mixtas y se basa en las reglas de este deporte. Su organización depende del número de participantes.

- La Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental (FAISEM). Dentro de esta fundación se desarrolla el proyecto “*Inclúyete*”, experiencia socioeducativa que pretende favorecer la recuperación a través del deporte, a la vez que favorecer el acercamiento de los estudiantes al colectivo de salud mental dentro de un contexto normalizado en instalaciones públicas de la ciudad. El programa utiliza una metodología activa para favorecer la implicación del usuario. Las edades oscilan entre los 16 y los 65 años y los espacios son adaptados a las necesidades de los participantes. Los usuarios de estos programas participan en diferentes torneos provinciales, entre los que se encuentran el pádel, el tenis de mesa y el pickleball, deporte de pala que combina aspectos de pádel, tenis, bádminton y tenis de mesa.
- La Asociación Riojana de Familiares y personas con Enfermedad Mental (ARFES-RIOJA), realiza actividades semanales de tenis de mesa, entre otras modalidades deportivas, y participa en campeonatos locales, interprovinciales y nacionales de deporte inclusivo. Uno de ellos es el Mentatlón, encuentro deportivo por la mejora de la salud mental que aglutina las modalidades de fútbol sala, atletismo, petanca, natación, pádel y tenis de mesa.
- La Asociación Vizcaína de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (AVIFES). Entre sus actividades se encuentra el pádel, esta actividad deportiva

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

está muy demandada, obteniendo la misma repercusión que tiene en la sociedad actual, por lo que el número de participantes es elevado. También acoge a personas voluntarias aficionadas a este deporte, con las que se organizan partidos y clases de perfeccionamiento en técnicas, saques, movimientos, etc.

Con idea de plantear una oferta deportiva adecuada a las características de los deportistas con discapacidad intelectual, (Abellán & Sáez-Gallego, 2014) realizaron un estudio sobre las pruebas motrices como alternativa deportiva para fomentar la participación de deportistas con discapacidad intelectual en eventos deportivos, siendo las características de los deportistas con discapacidad intelectual las que marcan las específicas de las pruebas motrices que pueden realizar. Estas pruebas motrices permiten a las personas con discapacidad intelectual gravemente afectadas, trabajar principios de los deportes más practicados en el ámbito del deporte para personas con discapacidad intelectual, entre ellas el tenis.

A continuación, se describe una prueba motriz colectiva relacionada con el tenis, tomada del estudio de Abellán & Sáez-Gallego (2014):

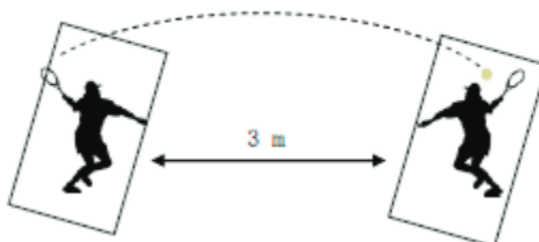
Nombre. Tenis cuadro (tenis).

Descripción. En parejas, cada componente de la pareja deberá situarse dentro de un cuadro. El objetivo es mantener la pelota en el aire el máximo tiempo posible.

Reglas. Los deportistas no podrán salir del cuadro marcado. Deberán mantener la pelota en el aire el mayor tiempo posible.

Puntuación. Los deportistas conseguirán 10 puntos si consiguen realizar 20 pases seguidos o si la pelota permanece en el aire 30 segundos. Se resta un punto cada vez que caiga al suelo, hasta completar los 30 segundos de juego.

Descripción gráfica.



### 4.3. La inclusión de personas con diferentes habilidades y necesidades

Cuando hablamos de personas con diferentes habilidades y necesidades, nos referimos a personas con necesidades educativas especiales, asociadas a diversos factores: físicos, psíquicos, sociales, étnico culturales y de rendimiento, tal como se refleja en la Figura 4 en la que se describen distintos ámbitos de la Necesidades Educativas Especiales (Hernández, 2000).

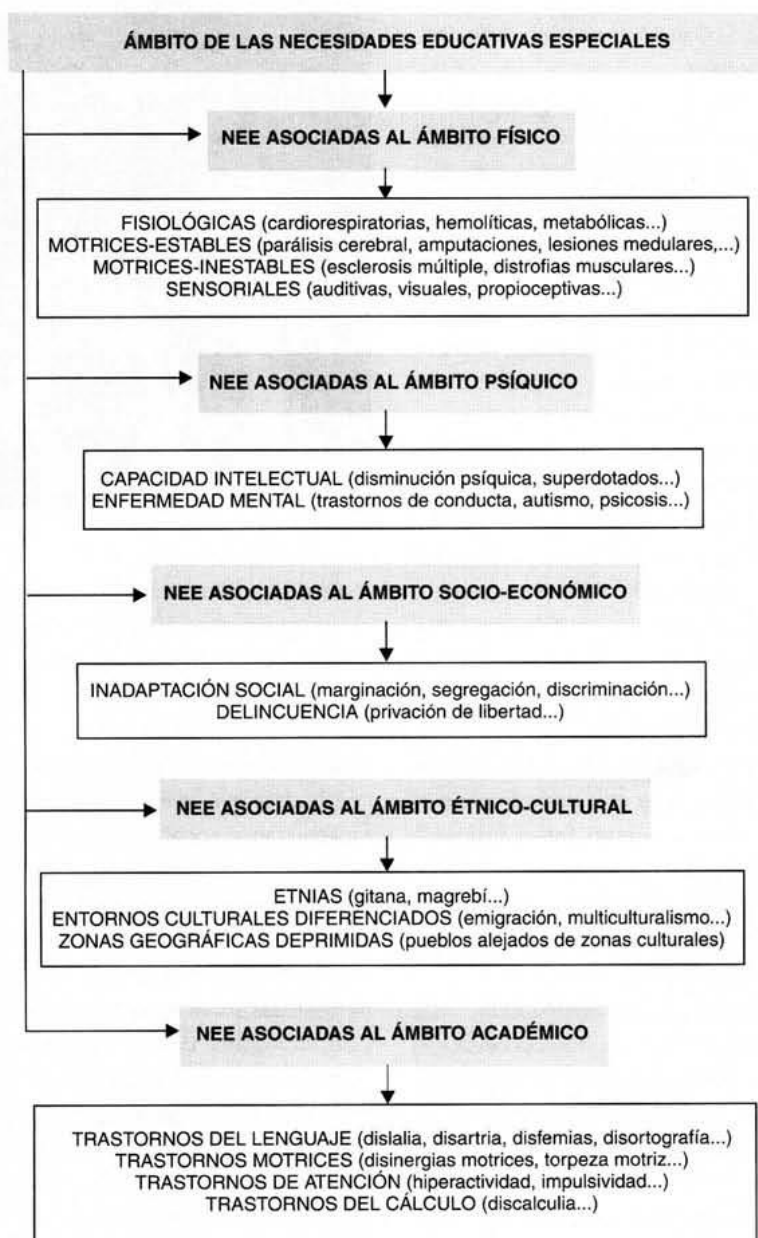


Figura 4: Ámbitos de las Necesidades Educativas Especiales

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

En los últimos tiempos se ha realizado un cambio utilizando el término “inclusión en vez del término “integración”. El término integración se utiliza para hacer referencia a un proceso de asimilación, para que una persona con discapacidad pueda participar en un programa determinado, mientras que el término “inclusión” indica un proceso de transformación en el que se acepta a todas las personas como iguales, independientemente de su capacidad, etnia, edad, religión o identidad de género, garantizando el acceso a los mismos servicios y oportunidades a todos por igual.

El término integración se sigue usando, pero se ha empezado a hablar de “Educación Inclusiva”, entendida como una respuesta educativa a los menores con necesidades educativas especiales. La intención es que el sistema educativo ofrezca una educación de calidad para todas las personas por igual y, a su vez, atendiendo a la diversidad, de manera justa e igualitaria.

### **4.3.1. Barreras para la inclusión en los deportes de raqueta**

La actividad física es muy importante para el desarrollo y mejora de la calidad de vida de todas las personas, incluidas las personas con discapacidad, por lo que es necesario que las personas que intervienen en el proceso de inclusión en los deportes de raqueta colaboren con las familias y con la formación de las personas que realizan este deporte, ya que compartiendo deporte con las personas con discapacidad se mejora las actitudes hacia esas personas como se comprueba en un estudio de Abellán (2020) con estudiantes de Educación Secundaria.

Siguen existiendo barreras de todo tipo, para poder participar en igualdad de condiciones respecto al resto de personas.

#### Barreras arquitectónicas

Es importante que las instalaciones deportivas estén adaptadas a las necesidades de las personas con discapacidad (supresión de barreras arquitectónicas, correcta señalización, vestuarios adaptados, ascensores...).

#### Barreras económicas

La escasez de recursos económicos necesarios para atender las necesidades que se planteen (material, recursos humanos de apoyo).

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

### Barreras emocionales y psicológicas.

El desconocimiento de la población con discapacidad puede provocar conductas insolidarias que provoquen actitudes de rechazo en vez de inclusión.

### Barreras de formación

La falta de formación de los profesionales para desarrollar programas específicos inclusivos.

### La familia

La actitud sobreprotectora de la familia por miedo a una posible lesión dificulta la participación de las personas con discapacidad en los deportes de raqueta, entre otros.

### La ubicación de los centros deportivos donde poder realizar deportes de raqueta

Si el centro deportivo está alejado es más probable que no acudan las personas con discapacidad por las dificultades que se encuentran para llegar.

Según el estudio realizado por Muñoz, et al. (2017) un 63,6 % de las personas con discapacidad en España considera que no realiza suficiente deporte.

- 28,6 % piensa que es por falta de instalaciones.
- 17,9% por falta de ayuda.
- 14,3 % por falta de medios económicos.

En relación con las instalaciones deportivas un 11,8 % considera que habría que construir en su barrio o pueblo pistas de tenis y pádel.

Actualmente un 47% de la población con discapacidad no realiza actividad física, por lo que se ha mejorado un 20% con respecto a 2017, pero todavía es mucha la gente con discapacidad que no practica deporte.

Para poder superar todas estas barreras es necesaria la implicación de todos. Las administraciones deben emplear más recursos económicos para conseguir la accesibilidad y diseño para todos, para lo cual deben mejorar infraestructuras, adquirir el material adaptado que sea necesario y realizar formación de personal de apoyo. El profesor debe considerar las diferencias individuales como oportunidades

de enriquecimiento del aprendizaje y no como un problema a solucionar y la sociedad en general se debe concienciar de los beneficios de la inclusión y las familias deben facilitar a las personas con discapacidad a su cargo, la práctica deportiva.

### **4.3.2. Inclusión y discapacidad en los deportes de raqueta**

#### **Tenis**

Las investigaciones realizadas con niños no discapacitados indican que la edad más adecuada para adquirir destrezas motrices es entre los 12 y los 18 años, lo que sugiere que también sea la edad adecuada para niños con discapacidad física. En el caso de los niños en silla de ruedas que practican tenis, tienen que aprender a lanzar y atrapar la pelota y a arrancar, detenerse y girar con la silla de ruedas. La poca disponibilidad de sillas de ruedas deportivas para menores y el gasto que conlleva renovarlas a medida que el menor va creciendo, limitan su participación en este deporte tan atractivo como es el tenis (Bullock, 2010).

*Sportsame*, desarrolla un torneo anual de tenis que cuenta con la colaboración activa de la Federación Madrileña de Tenis, utilizando los espacios que dicha federación tiene disponibles. Para el desarrollo del torneo se realiza un cuadro clasificatorio con unas posteriores eliminatorias en función del número de participantes.

Las Olimpiadas Especiales de Verano incluyen el tenis en su programa deportivo desde 1987. Las normas de este deporte se basan en el reglamento de la Federación Internacional de Tenis.

Las investigaciones realizadas por Varcárcel (2011) sobre jugadores de tenis con discapacidad intelectual evidencian que la práctica de este deporte mejora significativamente su competencia física y su estado de ánimo, siendo la familia un pilar fundamental, sobre todo en discapacitados a nivel cognitivo.

El tenis es un deporte para todos y se puede adaptar a todas las personas. Es divertido y se puede jugar siempre y a todas las edades. El tenis como deporte de



## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

interacción social positiva mejora la autoestima y la confianza, además a nivel físico mejora la flexibilidad, fuerza, coordinación, equilibrio, movilidad, agilidad y control de peso.

### **Pádel**

El pádel es un deporte fácil de practicar, divertido desde el primer día, popular, bien visto socialmente y económico.

El deporte del pádel es una herramienta inclusiva útil ya que es posible adaptarlo para la práctica habitual de personas con discapacidad intelectual, encontrando así estas personas un deporte con el que disfrutar, sentirse identificados y reconocidos, ya sea practicando con personas de su entorno más cercano de manera inclusiva o bien iniciándose a través de escuelas deportivas especializadas, para una integración posterior.

“Pádel integra” es un proyecto deportivo de inclusión social a través del deporte que nace en Sevilla en 2011. El objetivo de este proyecto es que los participantes, además de divertirse y adquirir un hábito saludable, aumenten sus habilidades psico-motrices, mentales y sobre todo sociales, procurando su empoderamiento como persona y facilitando herramientas para su vida autónoma.

Otro objetivo es fomentar la interacción entre personas con y sin discapacidad, ayudando a derribar las barreras mentales que los separan.

Para la enseñanza del pádel adaptado se tienen en cuenta distintas categorías según la habilidad del alumno (Barbero, et al., 2011).

### **Principiantes: Niveles 1 y 2**

- Jugadores que no han tenido experiencia en deportes de raqueta.
- Dificultad en las habilidades básicas de coordinación general.
- Se utiliza material adaptado (palas de lycra, de plástico, pelotas de foam, indiacas, pompones, etc).

Se ejecutan ejercicios de forma progresiva, con trabajos de coordinación, desplazamientos, golpesos, precisión, etc., con fines recreativos. Los partidos se juegan con reglas adaptadas.

### Intermedio: Nivel 3

- Jugadores con alguna experiencia en deportes de raqueta y/o pádel.
- Sus habilidades básicas y coordinación general está algo desarrollada.
- Juzga la distancia de la bola y aprende a moverse hacia ella.

Se desarrollan juegos recreativos de ocio y disfrute y los partidos se juegan adaptando algunas reglas. Por ejemplo: el saque no necesariamente ha de entrar en el cuadrante correspondiente, agregar más botes...

### Avanzado: Nivel 4

- Jugador con experiencia en la práctica de deportes y de pádel.
- Su coordinación y manejo del espacio es óptimo.

Se enseñan los golpes básicos del pádel, mediante repetición y los partidos se juegan teniendo en cuenta el reglamento oficial de la Federación Internacional de Pádel. Además, se le puede enseñar algún tipo de entrenamiento y realizar un juego integrado con un jugador en silla de ruedas y el otro de pie.

Tanto el programa *Sportsame* de la Comunidad de Madrid como el programa *Inclúyete* de Andalucía (programas para la rehabilitación psicosocial de personas con Trastorno Mental Grave a través del deporte) incluyen en su programación actividades de pádel.

### Bádminton

El bádminton es un deporte eficaz para la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad física, ayuda a prevenir o eliminar aspectos deficitarios asociados a la discapacidad, a impedir que se agraven y, a atenuar sus consecuencias.

En general, el desarrollo de un programa de bádminton adaptado debe ser similar a un programa de bádminton normalizado, teniendo en cuenta solamente aquellos aspectos que sean necesarios para suplir la discapacidad tal y como se indica en la Tabla 1 en la que se reflejan las principales modificaciones (Ríos et al, 2004).

**Tabla 1**

<b>Contenido</b>	<b>Modificaciones</b>
<b>Reglamentación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Instalación y terreno de juego.</li> <li>- Modalidades de competición según características básicas de los jugadores.</li> <li>- Reglamento y normas básicas de juego.</li> </ul>
<b>Formación técnico – táctica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presa de raqueta y juego de muñeca.</li> <li>- Posiciones de juego.</li> <li>- Colocación en el campo y desplazamientos.</li> <li>- El servicio.</li> <li>- Forma de ejecución de los golpes básicos.</li> <li>- Táctica según la modalidad de juego.</li> </ul>
<b>Didáctica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetivos (nivel físico, psicológico, intelectual y social).</li> <li>- Metodología (adaptaciones del terreno y materiales, distribución de los grupos, sistemas de entrenamiento...)</li> <li>- Evaluación de resultados.</li> </ul>

*Principales modificaciones en la práctica del bádminton adaptado*

En el bádminton adaptado existen cinco modalidades de juego diferentes:

- Bádminton sentado.
- Bádminton en silla de ruedas:
  - o C1. Discapacitados de la función del tronco.
  - o C2. Sin discapacidad de la función del tronco.
- Bádminton de pie:
  - o Con discapacidad en la parte superior del cuerpo.
  - o Con discapacidad en la parte inferior del cuerpo.

Para la práctica del bádminton adaptado es muy importante que la instalación donde se quiera practicar sea accesible para las personas con discapacidad y, especialmente para deportistas en silla de ruedas. Los deportistas que practiquen el bádminton sentado necesitaran una pista con pavimento liso, uniforme y no abrasivo

para evitar accidentes. El tapiz puede ser una superficie de juego adecuada. Los deportistas que practiquen el bádminton en sillas de ruedas necesitarán un pavimento liso, uniforme y de fácil desplazamiento por la pista. En este caso el tapiz no sería una superficie de juego adecuada.

### **4.3.3. Estrategias de inclusión en los deportes de raqueta**

#### Motivación personal

La adquisición de hábitos deportivos influye en la motivación de las personas con discapacidad para el desarrollo de un estilo de vida saludable. La mejora de la condición física de las personas a través de la motivación de la práctica deportiva evita el sedentarismo en las personas con discapacidad y genera procesos inclusivos a través del deporte. Las personas que tienen interés por el desarrollo de hábitos deportivos mejoran a su vez su desarrollo personal y social (Muñoz, et al., 2017).

#### Sensibilización

El Aprendizaje por Servicio (APS) es un modelo educativo que fomenta los valores cívicos y propicia una participación ciudadana responsable en la atención a las necesidades de la Comunidad.

En el estudio realizado por Jiménez (2020) se analiza, entre otros, la realización de un proyecto de APS por parte de un grupo de estudiantes del grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en un club de pádel con deportistas con autismo.

En relación con el impacto de esta experiencia respecto a la sensibilización de los estudiantes hacia las personas con discapacidad, se observa que las experiencias de contacto directo con personas con discapacidad en contextos reales favorecen el aprendizaje de habilidades tanto en relación al trato con las personas con discapacidad, como en relación al autoconocimiento.

#### Inclusión de deportistas con discapacidad en federaciones de deportes de raqueta.

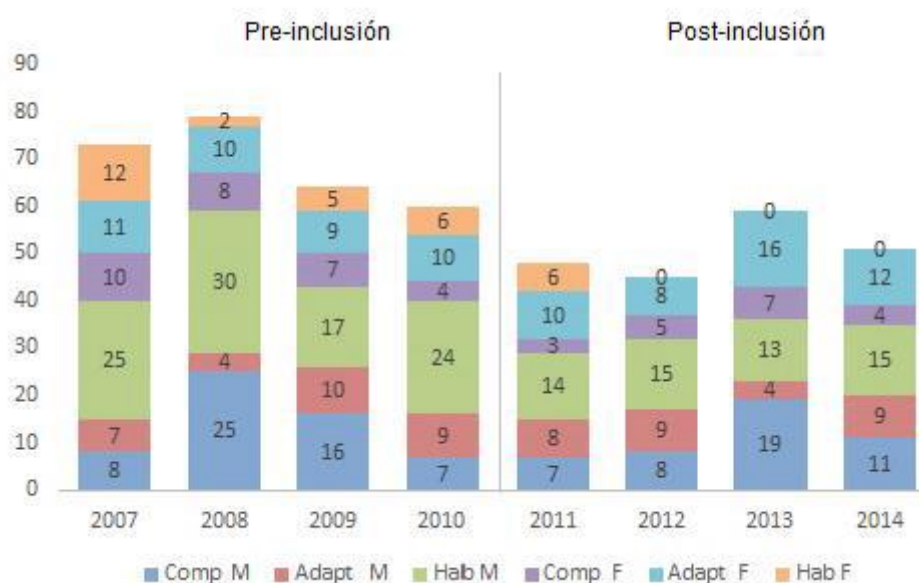
Actualmente se están realizando estrategias para favorecer la inclusión de las personas con discapacidad, realizando inclusión de los deportistas con discapacidad en federaciones deportivas.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Conviven dos modos de práctica en el deporte adaptado:

- La práctica en grupo inclusivo. La persona con discapacidad realiza deporte con personas sin discapacidad.
- La práctica en grupo específico. Las personas discapacitadas realizan deporte de forma conjunta sin contacto con personas sin discapacidad.

Para comprobar la participación de los deportistas con discapacidad en las federaciones de deportes de raqueta (Guillén, et al., 2015) realiza un estudio comparativo de la participación de los deportistas con discapacidad intelectual en los campeonatos de España de tenis de mesa pre y post-inclusión, donde se comprueba que la inclusión de los deportistas con discapacidad intelectual en la Real Federación Española de Tenis de Mesa, no ha favorecido el aumento de participantes en los campeonatos nacionales, sino que dichos participantes han descendido en términos totales, como se refleja en la Figura 5.



**Figura 5:** Participantes en función de nivel y del género

En la Figura 5 se observan los resultados de cada uno de los campeonatos combinando nivel de competición y sexo (Comp M – Competición Masculina; Adapt M – Adaptado Masculino; Hab M – Habilidades Deportivas Masculinas; Comp F – Competición Femenina; Adapt F – Adaptado Femenino; Hab F – Habilidades Deportivas Femeninas)

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Las personas con discapacidad intelectual se enfrentan a muchos y diferentes retos durante su vida en los cuales requieren apoyos. El proceso de inclusión en una federación deportiva debe ser uno más de estos retos y por tanto requiere de apoyos específicos para llevarlos a cabo con efectividad.

### **Juegos y deportes de raqueta alternativos**

Un aspecto favorable que justifica la utilización de los juegos y deportes de raqueta alternativos dentro de la educación es el punto de partida del alumnado, permitiendo a todos comenzar desde una misma base para que así se sientan incluidos, con mayor sentimiento de pertenencia al grupo, y consiguiendo crecer en el ámbito personal y social (Sancho-Tejo et al., 2021).

Un objetivo importante, del desarrollo de los juegos y deportes de raqueta alternativos en las clases de Educación Física es *“Promover la actividad física inclusiva en los centros educativos”*. Así mismo uno de los contenidos que se pretende es *“Empleo del juego y deporte como herramienta de inclusión social, y, como fenómeno social”*.

El Spiribol es un deporte de raqueta de participación alternativa que nace en España. El juego consiste en enrollar la pelota que se encuentra atada al mástil con una cuerda, mientras los participantes la golpean mediante el uso de una raqueta (Trujillo, 2010).

Aspecto a destacar de este deporte es su capacidad de adaptación a las necesidades del alumnado, haciendo que surjan nuevas situaciones de aprendizajes y experiencias motrices, favoreciendo la motivación y adquisición de valores, rompiendo así con la monotonía (Caldevilla & Zapatero, 2022).

Con la práctica del Spiribol se debe garantizar y promover la inclusión de personas con necesidades educativas especiales, permitiendo de esta manera la inclusión en el aula.

El Vince pong es una innovadora actividad físico-deportiva perteneciente a la familia de los deportes de raqueta y pala que nace a partir del deporte de tenis de mesa. Este deporte se realiza en el suelo, en un área de juego hexagonal, compuesta por

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

la unión de dos trapezoides divididos en su centro por una red de 80 cm de altura, con unas dimensiones de 5,78 metros de largo por 3,28 metros de ancho, creando una superficie de juego próxima a los 8 metros cuadrados, en donde se utiliza el mismo implemento y móvil con el que se practica el tenis de mesa.

El juego consiste en devolver la pelota que llega por encima de la red del campo contrario mediante un golpeo con el implemento para introducirlo dentro de la zona de juego delimitada. Se permite la devolución del móvil de dos maneras diferentes, dejando botar la pelota dentro de los límites del área de juego para ser devuelta a continuación, o sin dejarla rebotar, golpeándola de manera directa a modo de volea. Su juego permite las modalidades de individuales o doble, ya sea con jugadores del mismo sexo, parejas mixtas o formando parejas en donde uno de los componentes presenta algún tipo de discapacidad (Pradas, 2017).

## **5. OBJETIVOS**

### **5.1. Objetivo principal**

- Realizar una revisión bibliográfica sobre la inclusión de género y la inclusión de discapacidad física y psíquica en los deportes de raqueta (tenis, bádminton y pádel).

### **5.2. Objetivos Secundarios**

- Analizar la representación y participación de la mujer en los deportes de raqueta e investigar sobre líneas de actuación para mejorar la igualdad de género.
- Revisar las leyes y políticas de inclusión actuales que promueven la inclusión en el deporte, analizando como se aplican estas políticas en los deportes de raqueta.
- Identificar barreras para la inclusión en los deportes de raqueta y realizar un análisis de las barreras sociales, económicas y culturales que impiden la participación en deportes de raqueta de manera inclusiva.
- Analizar estrategias de inclusión en los deportes de raqueta.



## 6. MATERIAL Y MÉTODOS

### 6.1. Estrategias de búsqueda

Se han revisado artículos sobre la inclusión de género e inclusión de personas con discapacidad física y/o psíquica relacionados con el deporte y más concretamente con los deportes de raqueta: tenis, pádel, bádminton.

La búsqueda de artículos se ha llevado a cabo utilizando bases de datos científicas. Las bases de datos utilizadas han sido Dialnet y Google Académico.

Las palabras clave que se han utilizado son: inclusión, discapacidad, perspectiva de género, deportes de raqueta, tenis, pádel y bádminton. Los términos inclusión y discapacidad se combinaron con el resto de las palabras clave usando como conector “y”.

En una primera búsqueda a través de distintas bases de datos se han encontrado 84 artículos. De estos 84 artículos se han excluido 15 por estar duplicados, por lo que el número de artículos se reduce a 69. De los 69 artículos seleccionados, una vez leídos el título y el resumen de todos ellos se han descartado 41 por no cumplir con los criterios establecidos, quedando el número de artículos seleccionados reducido a 28. De estos 28 artículos, una vez realizada la lectura completa, se desechan 6 por ser estudios realizados en otros países, donde su realidad social es distinta a la española y 5 por ser artículos de más de 20 años. El número de artículos que finalmente se han seleccionado para realizar la revisión bibliografía han sido 17.

### 6.2. Criterios de inclusión / exclusión

Los criterios de inclusión que se han tenido en cuenta para elegir los artículos son:

- . Artículos referidos a los deportes de raqueta: tenis, pádel y bádminton.
- . Artículos científicos y/o de revistas.
- . Artículos publicados en los 20 últimos años.
- . Artículos en los que se reseña algo concreto sobre deportes de raqueta.
- . Artículos referidos a inclusión de género y discapacidad

Los criterios de exclusión tenidos en cuenta son:

- . Artículos de más de 20 años de publicación
- . Artículos no publicados en España.

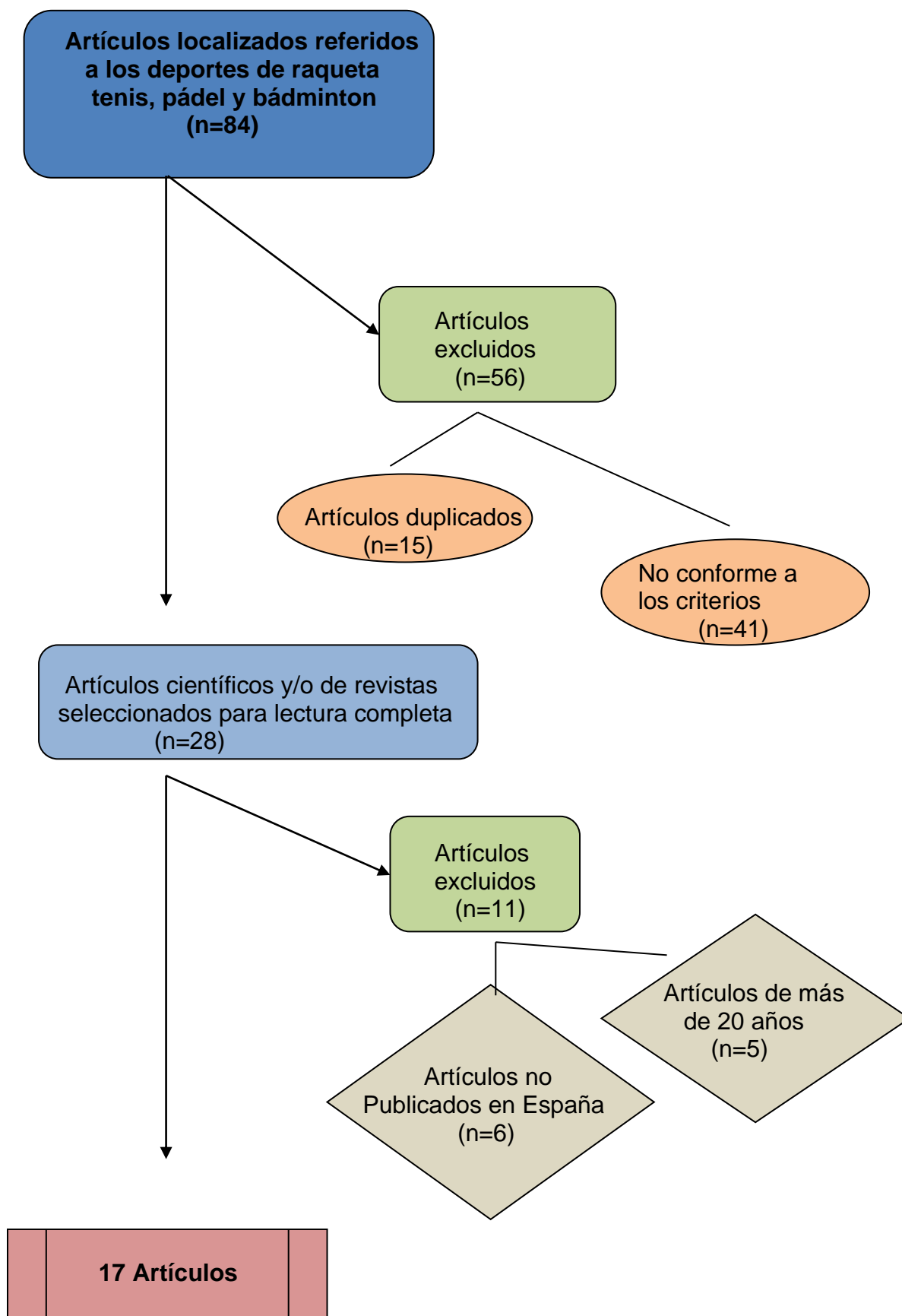


Figura 6: Diagrama de flujo

## **7. RESULTADOS**

En la Tabla 2, se relacionan los artículos seleccionados para el estudio realizado.

Los artículos se catalogan por autor o autores y año de publicación, seguido del título, de la temática que se estudia en cada artículo, el tipo de estudio que se realiza y las conclusiones a las que se llega.

El listado de artículos se ha ordenado por fechas, comenzando por el más antiguo.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

**Tabla 2**

AUTOR	TÍTULO	TIPO DE ESTUDIO	CONCLUSIONES
Ríos Quirós, L.A. Martínez Villanueva, C. (2004)	El bádminton adaptado: una propuesta para la integración de alumnos con discapacidad física.	Análisis de las modificaciones para la práctica del bádminton adaptado.	El bádminton es un deporte muy adecuado para mejorar la calidad de vida de personas con discapacidad física. Como terapia física ayuda a prevenir o suprimir aspectos deficitarios relacionados con la discapacidad, a evitar que los problemas físicos se agraven y a minimizar sus consecuencias.
Sañudo Corrales, B. De Hoyo Lora, M. París García, F. (2006)	Integración y Deporte: Pádel adaptado	Propuesta para que todos los alumnos con o sin discapacidad puedan divertirse a través del pádel en silla de ruedas.	Al jugar al pádel en silla de ruedas todos los alumnos experimentaron lo complicado que es moverse en silla de ruedas. Los alumnos jugaron muy motivados y a la vez que se divertían jugando aprendieron una gran lección de integración.
Ríos Hernández, M. (2009)	La inclusión en el área de Educación Física en España. Análisis de las barreras de para la participación y el aprendizaje.	Propuesta de estrategias facilitadoras de inclusión en el área de Educación Física.	El colegio debe ser el principal escenario del cambio necesario para fomentar la participación de todos los miembros de la comunidad educativa en la inclusión de todo el alumnado de manera natural en la escuela ordinaria en el día a día.
Bullock, M. (2010)	Tenis en silla de ruedas y Tenis 10s.	Estudio sobre barreras a las que se enfrentan los niños menores de 10 años en silla de ruedas y la mejor manera de enseñarles a jugar al tenis.	Los entrenadores de los equipos deportivos tienen que tener en cuenta a los menores con capacidades diferentes de manera proactiva y deben preguntar a sus familias y a ellos mismos qué tipo de apoyo necesitan para participar en las actividades deportivas que desarrollen con el resto de niños.
Valcárcel Simarro, C. (2011)	Tenis para discapacitados intelectuales (programas competitivos)	Análisis de la relación existente entre el tenis y las personas con discapacidad intelectual y presentación de programas deportivos dirigidos a personas con discapacidad y en especial el lugar que ocupa el Tenis dentro del Programa de las Olimpiadas Especiales.	Debemos ayudar a las personas con discapacidad intelectual para que disfruten, aprendan y se beneficien de practicar un deporte y para ello hay que darles la oportunidad de obtener un beneficio social, mental y espiritual favoreciendo espacios de igualdad en los que puedan valorar sus progresos y ayudándoles de esta manera a su desarrollo tanto deportivo como personal.
Barbero Montesinos, G. Barbero Reyes, G. (2011)	Práctica de pádel adaptado, un modelo de integración al deporte	Estudio sobre la práctica del pádel como elemento integrador para los discapacitados.	Para la práctica del pádel para discapacitados, sobre todo para discapacitados intelectuales se debe realizar un diagnóstico inicial y una evaluación semestral integral de cada una de las personas discapacitadas que practique el pádel. Para llevar a cabo esto, es necesario un equipo interdisciplinario de psicólogos y personal cualificado.
López Villar, C., Alvariñas Villaverde, M. (2011)	Análisis muestrales desde una perspectiva de género en revistas de investigación de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte españolas	Análisis sobre si existen desigualdades de género en el ámbito de la investigación y difusión del conocimiento de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	Las investigaciones sobre actividad física y deporte de mujeres son menores que las investigaciones sobre hombres, lo que resulta negativo para conseguir el objetivo que muchos países han comentado en las conferencias sobre el deporte como una actividad importante para lograr la igualdad de género.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

AUTOR	TÍTULO	TIPO DE ESTUDIO	CONCLUSIONES
Sagarzazu Olaizola, I. Lallana Del Rio, I. (2012)	Estrategias del Comité Olímpico Internacional para la Igualdad de Género en el deporte y la imagen mediática de las deportistas.	Conjunto de estrategias y medidas para la promoción de la práctica deportiva entre las mujeres.	El Comité Olímpico Internacional a través de distintas estrategias tiene que apoyar y fomentar la promoción de la mujer en el deporte en todas las estructuras y niveles, aplicando el principio de igualdad entre hombres y mujeres.
Sanz, D. (2012)	Modelos de integración en España. El caso del tenis en silla de ruedas.	Estudio sobre el tenis en silla de ruedas.	La sociedad de hoy en día debe posibilitar que todas aquellas personas que lo deseen puedan practicar el tenis formando parte de los programas de desarrollo ofertados por la Federación Internacional de Tenis y en colaboración con la Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física. La integración hace posible la igualdad.
Sañudo Corrales, B. De Hoyo Lora, M. París García, F. (2015)	Pádel en silla de ruedas: una propuesta educativa	Propuesta para introducir el pádel en la programación del aula ajustándolo a las necesidades específica de las niñas y niños y su contexto.	Se debe concienciar y sensibilizar a toda la población actual y a las generaciones futuras, sobre los derechos de las personas con discapacidad, como la manera más adecuada para conseguir la igualdad de oportunidades, siendo las clases de educación física una herramienta eficaz para ello.
Mompín Ordax, A. (2017)	Proyecto Pádel Integra "El deporte del pádel como herramienta inclusiva"	Presentación del proyecto "Pádel Integra", proyecto deportivo de inclusión social a través del deporte.	Las competiciones deportivas fomentan la gana de superación y de participación para las personas con discapacidad, siempre que se tengan en cuenta objetivos alcanzables, ya que las personas discapacitadas, en general, no necesitan el estímulo de ganar sino la alegría de disfrutar realizando la actividad a la vez que se le reconoce su esfuerzo y dedicación.
Castillo Algarra, J. Galán Casado, D. García Tardón, B. (2017)	Deporte y trastorno mental grave. El caso de LIGASAME y otras iniciativas en España.	Presentación de una liga pro-salud mental dirigida a personas con Trastorno Mental Grave "Ligasame"	La actividad física y el deporte son herramientas muy importantes para lograr la integración social y luchar contra la discriminación, contribuyendo al desarrollo integral y la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad y/o dependencia como consecuencia de un trastorno mental grave.
Muñoz Jiménez, E.M. Garrote Rojas, D. Sánchez Romero, C. (2017)	La actividad deportiva en personas con discapacidad: motivación personal, inclusión y salud.	Análisis de la mejora de la condición física en personas con discapacidad a través de la motivación de la práctica deportiva para evitar el sedentarismo y generar procesos inclusivos a través del deporte.	Los servicios y apoyos en el ocio y el deporte son muy importantes para favorecer entornos normalizados, integrados e inclusivos que motiven el desarrollo y crecimiento personal.
Rozenwajn Acheroy, S. (2018)	Género, cuerpos y deporte: una aproximación al contexto profesional.	Estudio de la competición deportiva desde una perspectiva de género para analizar algunos estereotipos y desigualdades entre hombres y mujeres en competiciones como el tenis.	El sexismo y deporte se debe a diversas causas como son el interés de las marcas deportivas o no deportivas, las instituciones privadas y públicas, los medios de comunicación, la cultura, etc... Se debe trabajar sobre una línea de de investigación e intervención en el ámbito deportivo sobre políticas de igualdad de género e igualdad de oportunidades.
Galán Casado, D. Moraleda Ruano, A. Cangas, Adolfo J. López-Pardo, A. (2020)	El espacio como herramienta terapéutica. Comparativa entre dos programas de actividad física con personas con Trastorno Mental Grave.	Método comparado de dos programas de actividad física con personas con Trastorno Mental Grave. "Incluyeté" y "Sportsame".	El deporte es muy beneficioso para personas con trastorno mental grave, por lo que se deben apoyar más las iniciativas de tipo socioeducativo y las investigaciones que analicen lo positivo de estas iniciativas.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

AUTOR	TÍTULO	TIPO DE ESTUDIO	CONCLUSIONES
Abellán, J. (2020)	Propuesta de pruebas motrices colectivas para deportistas con discapacidad intelectual.	Propuesta de 7 pruebas motrices colectivas que permiten a personas con discapacidad intelectual participar en tareas que requieren estrategias tácticas y colaborativas.	Se deben implementar pruebas motrices adecuadas a las características específicas de las personas con discapacidad intelectual.
Jiménez Monteagudo, L. (2020)	APS como instrumento de sensibilización hacia la discapacidad en Educación Superior.	Recopilación y análisis de experiencias de APS desarrolladas por estudiantes de Deporte Adaptado de tercer curso del Grado de CAFD.	La metodología de Aprendizaje y Servicio es una herramienta eficaz que favorece el conocimiento de la realidad social y la sensibilización hacia las personas con discapacidad. Con esta sensibilización se busca que los futuros profesionales de la actividad física y el deporte impulsen la inclusión social.

### *Artículos revisados*

## 8. DISCUSIÓN

La inclusión de género en el deporte ha ido evolucionando muy lentamente desde el siglo pasado, aunque en los últimos años se han producido grandes cambios en este sentido. Los estudios realizados por Fasting et. al., (2000) y Lentillon, (2009) muestran que las mujeres están subestimadas en el deporte en general, aunque hay algunos deportes que se consideran “femeninos” como la gimnasia, la natación o el tenis. Aunque estos autores indican que el tenis es un deporte considerado “femenino” el estudio realizado por Rozenwajn (2018) aporta datos del trato desigual que se realiza a los y las tenistas profesionales, tanto a nivel del importe económico de los premios como de imagen y de repercusión en los medios de comunicación.

Para evitar estas desigualdades, López (2011) considera que se deben realizar más estudios sobre diferencias entre hombres y mujeres y Sagarzazu (2012) analiza las estrategias del Comité Olímpico Internacional para la igualdad de género en el deporte. Estas estrategias se han ido implementando a lo largo de estos años, como se puede observar en el programa Universo Mujer impulsado por el Consejo Superior de Deportes, donde se desarrolla, entre otros el programa Tenis Mujer.

Otra estrategia que se ha implementado en los últimos años para luchar contra la exclusión en el deporte han sido el fomento de las leyes y políticas de inclusión en el deporte. Estas políticas se van desarrollando desde las primeras medidas indicadas en la Convención de las Naciones Unidas, las normas que ha ido incluyendo el Comité Olímpico Internacional, el Libro Blanco sobre el Deporte diseñado por la Comisión Europea, hasta la Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte, que promueve la Igualdad de Género y la Inclusión en el deporte.

Se debe seguir luchando por conseguir la igualdad de género en el deporte ya que, aunque las leyes nos dicen lo contrario, todavía hay personas que no consideran igual a los hombres que a las mujeres en el deporte (Rozenwajn, 2018).

Hasta la década de los ochenta no se trata el deporte como actividad facilitadora de la lucha contra la exclusión social, por eso todas las leyes que se reflejan en los distintos artículos revisados son del siglo XX o XXI. Todas las medidas, normativas

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

o Leyes sobre inclusión tienen como objetivo la integración de todas las personas deportistas a través de programas de interés para todos.

Todo lo indicado anteriormente se debe tratar desde los primeros años, y por esto en los últimos cambios en la legislación educativa se tiene muy en cuenta la inclusión, siendo a través de la asignatura de Educación Física una de las maneras más adecuadas para dar respuesta a los alumnos con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (ACNEAE).

Destacar uno de los objetivos marcados en el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria: “Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones”.

Los artículos de Varcárcel (2011), Sanz (2012), Sañudo (2015) y Mompín (2017) nos indica que en España hay diversas asociaciones que promueven la inclusión de manera muy activa, y cabe destacar que, en todas las programaciones de actividades para personas con discapacidad, en ellas están presentes los deportes de raqueta como el tenis, pádel o bádminton (Castillo, 2017).

Para la realización de esas actividades programadas, las personas con discapacidad encuentran muchas barreras para desarrollar cualquier tipo de deporte en sus instalaciones deportivas tanto públicas como privadas. Se observa que la falta de accesibilidad sigue siendo un problema en bastantes instalaciones deportivas, también lo es, los pocos recursos económicos dedicados a las necesidades de adaptación tanto de espacios, como de material y especialmente la incorporación de personas de apoyo para las prácticas deportivas, tanto por la falta de medios económicos para contratarlas como por la falta de formación del personal de apoyo necesario (Muñoz, 2017). Existen barreras en el ámbito de la Educación, ya que se debe facilitar la inclusión en el Área de Educación Física planteando distintas estrategias (Ríos, 2009).



## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Tanto en el estudio realizado por Bullock (2010) sobre tenis y discapacidad como el artículo de Barbero (2011) sobre pádel en silla de ruedas y el estudio de Ríos (2004) sobre bádminton, coinciden en que estos deportes de raqueta son deportes para todos, divertidos y fácilmente adaptables como deporte inclusivo consiguiendo una interacción social positiva que mejora la autoestima y la confianza. Aún teniendo en cuenta esto, no se han encontrado demasiados artículos científicos que estudien y analicen los deportes de raqueta para el fomento de la inclusión en el deporte, aunque cabe destacar que hay mucha más investigación sobre el tenis para discapacitados que sobre el pádel o el bádminton. Se entiende que esto es debido a que el tenis es el deporte de raqueta más conocido y practicado, ya que el pádel y el bádminton son deportes más modernos.

En el estudio de Sañudo (2006) y Galán (2020), refiriéndose a la inclusión, afirman que el deporte es un elemento importante para luchar contra la exclusión social, pero no desarrollan como se puede conseguir ese objetivo. Si que plantean estrategias para la inclusión de personas con discapacidad física o psíquica, pero no programas para luchar contra la exclusión social en el caso de minorías étnicas o personas con problemas sociales o económicos.

Los últimos estudios realizados por Abellán (2020) y Jiménez (2020) nos hacen propuestas concretas sobre acciones a realizar para la participación de las personas con discapacidad en el deporte. Concretamente Abellán realiza una serie de propuestas motrices para personas con discapacidad intelectual y Jiménez presenta la metodología de Aprendizaje y Servicio como una herramienta de promoción de la inclusión social. Esto indica que se va por buen camino ya que se analizan propuestas de inclusión concretas que pueden ayudar a conseguir lo que se indica en el título de esta revisión bibliográfica “Diversidad e Inclusión en los deportes de raqueta”.

## 9. APLICACIONES PRÁCTICAS

Para minimizar la desigualdad entre hombres y mujeres en los deportes de raqueta se propone:

### Equidad

Trabajar para la igualdad en premios y méritos deportivos entre hombres y mujeres. De esta manera se promueve el respeto por el esfuerzo deportivo realizado independientemente de quien lo realice.

### Igualdad de oportunidades

Posibilitar las mismas oportunidades para participar hombres y mujeres en torneos y competiciones, en todos los niveles deportivos.

### Información en los Medios de Comunicación

Involucrar a los medios de comunicación para que visibilicen los deportes de raqueta tanto de hombres como de mujeres de manera equitativa, promoviendo de esta manera referentes a seguir tanto para niñas como para niños.

### Presupuesto

Destinar una partida presupuestaria para fomentar los programas deportivos y los equipos femeninos en los deportes de raqueta.

### Liderazgo

Potenciar un mayor número de personal femenino en puestos de responsabilidad en las federaciones deportivas de tenis, pádel y bádminton.

### Educación

- Elaborar proyectos educativos en los que se conciencie a los alumnos en la igualdad de género en el deporte femenino en los deportes de raqueta, trabajando sobre entrenadoras, árbitros femeninas, jugadoras de tenis, pádel o bádminton.
- Desarrollar sesiones de juego mixtas, tanto a nivel individual como de parejas, en la asignatura de Educación Física en una Unidad Didáctica sobre deportes de raqueta.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Para promover la inclusión de personas con discapacidad en los deportes de raqueta se propone:

### Adaptación de espacios

Habilitar accesos para las personas con discapacidad en las instalaciones deportivas para que puedan moverse autónomamente sin problemas. De esta manera promovemos la participación de las personas con discapacidad en actividades deportivas.

### Adaptación de material

Adaptar las raquetas o las pelotas de tenis, pádel o bádminton según sea necesario para que las personas con discapacidad puedan practicar estos deportes.

### Modificaciones en las reglas de juego

Ajustar las normas de juego con pequeñas modificaciones para que puedan participar personas con discapacidad.

### Educación

- Desarrollar proyectos educativos en los que se trata el tema de la discapacidad en los deportes de raqueta de manera inclusiva, como son los juegos paralímpicos.
- Desarrollar sesiones de juego mixtas en las que participen en igualdad de condiciones personas discapacitadas y personas sin discapacidad, en la asignatura de Educación física.

### Inclusión social

Fomentar la práctica de los deportes de raqueta a personas en riesgo de exclusión social de manera que se sientan acogidas como una jugadora más, contribuyendo de esta manera a la mejora de su autoestima y a su crecimiento personal.

## 10. CONCLUSIONES

Una vez realizada la revisión bibliográfica sobre la inclusión de género y la inclusión de la discapacidad física y psíquica en los deportes de raqueta, se concluye que es importante fomentar la representación y participación de la mujer en los deportes de raqueta como son el tenis, pádel y bádminton, implementando estrategias para mejorar la igualdad de género en el deporte.

Respecto a las Leyes y políticas de inclusión en el deporte, las cuales tratan la inclusión como parte importante y necesaria para la transformación de la sociedad en una sociedad igualitaria en todos los aspectos, se considera necesario su revisión, y su aplicación en los deportes de raqueta, para que se promueva, de manera efectiva, la inclusión de todas las personas.

Siguen existiendo barreras arquitectónicas, económicas, sociales y culturales para la práctica del deporte de raqueta inclusivo. Es fundamental trabajar para superar estas barreras hasta conseguir su eliminación y fomentar la inclusión en los deportes de raqueta.

El análisis realizado de las distintas estrategias de inclusión que se pueden llevar a cabo para favorecer la participación de todas las personas en tenis, pádel y bádminton, fomentan un entorno inclusivo e igualitario para todos los deportistas.

## 11. FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

### Visibilizar

Realizar un estudio sobre la proyección real que se da en la sociedad de la inclusión en los deportes de raqueta.

### Políticas de inclusión

Investigar sobre como las políticas de inclusión nacionales e internacionales influyen en la participación de mujeres y de personas con discapacidad en el tenis, pádel y bádminton y como la práctica deportiva mixta, es decir, la participación de las personas con y sin discapacidad mejora la motivación para la práctica de estos deportes.

### Superación de barreras

Investigar sobre el desarrollo de estrategias que identifiquen los distintos tipos de barreras (arquitectónicas, sociales, culturales, de género...) que existen para la promoción de la inclusión en los deportes de raqueta.

### Proyectos inclusivos

Evaluar el impacto en el fomento de la práctica deportiva inclusiva en los deportes de raqueta de los distintos proyectos y programas existentes para conocer los planteamientos más efectivos y aquellos aspectos que se deben mejorar.

### Participación

Realizar un estudio sobre la evolución del número de personas con discapacidad que han participado en programas deportivos de deportes de raqueta en los últimos años, si ha aumentado o disminuido y sus consecuencias

### Formación

Evaluar los proyectos de formación para profesionales en la inclusión y las estrategias que se desarrollan para promover la inclusión y motivar a las personas con discapacidad a practicar deportes de raqueta

## 12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abellán, J. (2020). Propuesta de pruebas motrices colectivas para deportistas con discapacidad intelectual. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 428, 67-74.
- Abellán, J. y Fernández-Bustos, J.G. (2018). Inclusión de los deportistas con discapacidad intelectual en federaciones unideportivas y su efecto en la participación en campeonatos nacionales. El caso del tenis de mesa. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 13 (1), 71-77.
- Abellán, J. y Sáez-Gallego, N. M. (2014). Justificación de las pruebas motrices en el deporte para personas con discapacidad intelectual. *Revista iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9 (1), 143-153.
- Asociación Española Deportiva para la Integración y Recuperación. Memoria de actividades 2014. Área ocio, tiempo libre, deportes. <http://www.aedir.es.memoriasanuales.html>.
- Asociación Riojana de Familiares y personas con Enfermedad Mental (2018). Área, ocio, tiempo libre, deportes. <http://www.arfes.org/centros/ocio.htm>.
- Barbero Montesinos, G. y Barbero Reyes, G. (2011). Práctica de pádel adaptado, un modelo de integración en el deporte. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 4 (8), 69-76.
- Barranca-Martínez, J.M., Hernández-Beltrán, V., Scaglia, A.J., González-Coto, V.A., Gámez-Calvo, L., & Gamonales, J.M. (2023). Propuesta de Unidad Didáctica para Educación Física. *Spiribol: "Deporte de raqueta". Logia, educación física y deporte*, 4 (1), 1-15.
- Bullock, M. (2010). Tenis en silla de ruedas y Tenis 10s. *Entrenamiento y Ciencias del Deporte de la Federación Internacional de Tenis*, 51, 17.
- Caldevilla, P. & Zapatero, J.A. (2022). Los deportes alternativos como contenidos para la Educación Física en Educación Secundaria. *Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 46, 1004-1014.
- Castillo-Algarra, J., Galán Casado, D., García-Tardón, B. (2017). Deporte y Trastorno Mental Grave. El caso de LIGASAME y otras iniciativas en España. *Edupsykhé, Revista de Psicología y Psicopedagogía* 16 (1), 56-65.
- Empowering Women in Sport (1995). *The Empowering Women Series*, 4. A Publication of the Feminist Majority Foundation.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

- Fasting, K., Scraton, S., Pfister, G., Vázquez, B. y Buñuel, B. (2000). Experiencia y significado del ejercicio físico en la vida de las mujeres de algunos países europeos. *Madrid. Instituto de la Mujer*.
- Galán Casado, D., Moraleda Ruano, A., Cangas, A. J., López-Pardo, A. (2020). El espacio como herramienta terapéutica. Comparativa entre dos programas de actividad física con personas con Trastorno Mental Grave. *Revista de Estilos de Aprendizaje, 25, 55-69*.
- Guillén, V.M., Verdugo, M.A., Arias, B. y Vicente, E. (2015). Desarrollo de una escala de evaluación de necesidades de apoyo para niños y adolescentes con discapacidad intelectual. *Anales de Psicología, 31 (1), 137-144*.
- Hernández Vázquez, F.J. (2000). La Educación Física, el deporte y la diversidad en Secundaria. *Educación Física y Deportes, 60, 6-12*. Ley Orgánica 3/2007 para la Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres (2007). BOE 71 a 23/03/2007.
- History of Women in Sports Timeline, 1900-1929. [www.northnet.org/stlawrenceaauw/timelne2.htm](http://www.northnet.org/stlawrenceaauw/timelne2.htm).
- Jiménez Monteagudo, L. (2020). APS como instrumento de sensibilización hacia la discapacidad en Educación Superior. *Revista de psicología, 2,305-312*.
- Lentillon, V. (2009). Gender stereotypes related to the practice of physical activities and sports in french teenagers and their discriminating consequences. *Bulletin de psychologie, 499, 15-28*.
- Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte, en BOE 249 a 17/10/1990.
- Ley Orgánica 3/2007 para la Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres (2007). *BOE 71 a 23/03/2007*.
- López Díez, P. (2011). Deporte, mujeres y medios de comunicación. Sugerencias y recomendaciones. Madrid. Consejo Superior de Deportes.
- López Villar, C., Alvariñas Villaverde, M. (2011). Análisis muestrales desde una perspectiva de género en revistas de investigación de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte españolas. *Apunts. Educación Física y Deportes 2011, n.º 106, 4.º trimestre, pp. 62-70*.
- Mompín Ordax, A. (2017). Proyecto "Pádel Integra". El deporte del pádel como herramienta inclusiva. Libro de Actas: I Congreso Internacional de Discapacidad Intelectual, Actividad Física y Salud, 19-23.

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

- Muñoz Jiménez, E.M., Garrote Rojas, D., Sánchez Romero, C. (2017). La práctica deportiva en personas con discapacidad: motivación personal, inclusión y salud. *Revista de psicología*, 1, 142-152.
- Pradas, F.; Quintas, A.; Gallego-Tobón, C.; Castellar, C. (2017). Una actividad educativa novedosa en educación física para la enseñanza de los deportes de raqueta y pala: el Vince Pong. *Journal of Sport and Health Research*. 9, 163-170.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establece la ordenación y enseñanzas mínimas en Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado. Madrid*, 3 de marzo de 2022.
- Ríos Hernández, M. (2009). La inclusión en el área de Educación Física en España. Análisis de las barreras para la participación y aprendizaje. *Ágora para la EF y el Deporte*, 9, 83-114.
- Ríos Quiros, L.A., Martínez Villanueva, C. (2004). El bádminton adaptado: una propuesta para la integración de alumnos con discapacidad física. III Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte.
- Rozenwajn Acheroy, S. (2018). Género, Cuerpos y Deporte: una aproximación al contexto profesional. *Revista Atlántida*, 9, 171-182.
- Sagarzazu Olaizola, I., Lallana Del Río, I. (2012). Estrategias del Comité Olímpico Internacional para la igualdad de género en el deporte y la imagen mediática de las deportistas. *I Congreso Internacional de Comunicación y Género. Libro de Actas*, 2048-2068.
- Sanz, D. (2011). Modelos de integración en España. El caso del tenis en silla de ruedas. 2ª Conferencia Nacional Deporte Adaptado. La integración en el contexto internacional.
- Sañudo Corrales, B., De Hoyo Lora & París García, F. (2006). Integración y Deporte: Pádel adaptado. *Revista de Educación Física*, 104, 35-37.
- Sañudo Corrales, B., De Hoyo Lora & París García, F. (2015). Pádel en silla de ruedas: una propuesta educativa. IV Congreso Mundial de Ciencia y Deportes de Raqueta.
- Trujillo-Navas, F. (2010). Descubro un nuevo deporte: el Spiribol. *Emás F: Revista Digital de Educación Física*, 3, 6-18.
- Valcárcel Simarro, C. (2011). Tenis para discapacitados intelectuales (programas competitivos). *Universidad Miguel Hernández de Elche*.



## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

- Women's Sport and Fitness Foundation (2009). Barriers to sports participation for women and girls. *Reino Unido*.