

ORGANIZA:

¿QUENES SOMOS?

SPECIAL OLYMPICS É UNHA ENTIDADE QUE TEN COMO PRINCIPAL OBXECTIVO PROMOVER A PRÁCTICA HABITUAL DO DEPORTE ENTRE AS PERSOAS CON DISCAPACIDADE INTELECTUAL, ASÍ COMO ACTIVIDADES DE OCIO E TEMPO LIBRE.

A NOSA FILOSOFÍA BASEASE NA CRENZA DE QUE TODAS AS PERSOAS CON DISCAPACIDADE INTELECTUAL PODEN PRACTICAR DEPORTE, INDEPENDENTEMENTE DA SÚA DISCAPACIDADE, PREMIANDO A TODAS ELAS POLO SEU ESFORZO E SUPERACIÓN PERSOAL.

ESTÁ DEMOSTRADO QUE, A TRAVÉS DO ENTRENAMENTO E A COMPETICIÓN DEPORTIVA, AS PERSOAS CON DISCAPACIDADE INTELECTUAL BENEFÍCIANSE DE MANEIRA FÍSICA, MENTAL, SOCIAL E ESPIRITUAL; AS FAMILIAS SON FORTALECIDAS E SE INTEGRAN NA COMUNIDADE ENTENDENDO ÁS PERSOAS CON DISCAPACIDADE INTELECTUAL NUN AMBIENTE DE IGUALDADE, RESPECTO E ACEPTACIÓN.



**Special Olympics
Galicia**



**Special Olympics
Galicia**

COLABORA:



DEPUTACIÓN
DE PONTEVEDRA



CONCELLO DE
PONTEVEDRA



Special Olympics



**Special Olympics
España**



FADEMGA
FEAPS GALICIA

Federación de Asociaciones en Defensa das Persoas con discapacidade intelectual de Galicia

PROMOVE:



UNIVERSIDADE
DE VIGO

“1 XORNADA PROGRAMA
DE SAÚDE E DEPORTE
(FÚTBOL SALA E NORDIC
WALKING)
SPECIAL OLYMPICS GALICIA
UNIVERSIDADE DE VIGO”

28 DE NOVEMBRO 2009

FACULTADE DE CIENCIAS DA
EDUCACIÓN E DO DEPORTE
CAMPUS A XUNQUEIRA
PONTEVEDRA

¿EN QUÉ CONSISTE O PROGRAMA DE SAÚDE DE SPECIAL OLYMPICS?

Segundo diversos estudos, as persoas con discapacidade intelectual teñen un 40% de risco maior de padecer problemas como a obesidade, baixa condición física, ou deficiencias nutricionais, oculares, auditivas, bucais ou pedicuras.

Polo cal, este programa está pensado para mellorar e aumentar as aptitudes dos deportistas, mellorando o seu estado físico e a saúde en xeral, tanto para a súa participación en eventos deportivos de Special Olympics, como na vida cotidián. Actualmente existen 6 áreas de saúde que conforman o programa Healthy Athletes de Special Olympics: Opening Eyes (Optometristas), Fitfeet (Podólogos), Healthy Earing (Audiólogos), FUNFitness (Fisioterapeutas) e Health Promotion (Promoción Hábitos Saudables).

Ademáis disto, en España desenrolouse tamén o Programa de Cardiología, único no mundo nestes momentos.

¿QUÉ ACTIVIDADES SE VAN A DESENROLAR NESTA XORNADA?

A xornada estará dividida en tres partes: Programa de saúde, Fútbol Sala e Iniciación ó Nordic Walking.

-PROGRAMA DE SAÚDE

Os atletas participantes poderán beneficiarse de dúas modalidades do Programa de Saúde de Special Olympics: FUNFitness e Opening Eyes

FUNFitness:

Este programa ten como fin previr e/ou actuar ante patologías e lesións do aparato locomotor, así e como axudar ás persoas do seu entorno (familiares, monitores...), proporcionándolles información acerca do estado físico dos atletas, realizando un estudo xeral sobre a columna vertebral, articulacións e musculatura, valorando a flexibilidade, estiramientos e equilibrio de cada atleta.

Opening Eyes:

O principal obxectivo deste programa é mellorar a calidade de vida dos deportistas de Special Olympics, entendendo que a saúde visual é fundamental para o desenvolvemento físico, social e académico, polo cal se realiza un exhaustivo exame ocular ós atletas, detectando as carencias que cada un deles poida ter.

-FUTBOL SALA

Ó longo da xornada terán lugar partidos amistosos de fútbol sala, ademáis dun encontro amistoso de probas adaptadas, donde tódolos asistentes poderán gozar coa destreza dos nosos deportistas.

-NORDIC WALKING

Ademáis das actividades xa mencionadas, os participantes asistirán a un curso de iniciación ó Nordic Walking, unha nova actividade que consiste en camiñar coa axuda dos bastóns especiais, dotados dunha "dragonera" ou especie de guante, que permite unha conexión permanente co bastón, o cal impide que éste se caia.

O obxectivo que se persigue é dar a coñecer un novo concepto de exercicio físico saudable para persoas con discapacidade intelectual, e realizar unha valoración funcional do equilibrio durante a marcha antes e despois de practicar Nordic Walking, para analizar a súa eficacia como instrumento de axuda a atletas con déficits de locomoción. Esta actividade forma parte dun ambicioso proxecto de investigación da Universidade de Vigo.

Con todo isto, o Nordic Walking ofrece unha maneira fácil e divertida de disfrutar dunha nova actividade dinámica e saudable para os nosos atletas.



-HORARIO PREVISTO

- 09:30 h: Concentración entidades provincia de pontevedra
- 10:30 h: Concentración participantes.
- 10:45 h: Acto de Inauguración.
- 11:45 h: Reunión de delegados.
- 12:00 h: Inicio competición/programa de saúde.
- 14:00 h – 16:00 h: Xantar
- 19:45 h: Acto de Clausura
- 20:00 h: Previsión remate xornada