

## Horario

→ Pendiente de cierre para el curso 23-24

## Lugar

→ Polideportivo Faustina Valladolid

# Servicio Integral de Deporte y Salud Desarrollo Personal



## Contacto

**Gonzalo Rubio**  
Coordinador de Deporte  
gonzalorubio@fundacionprodis.org  
Tlf. 608 55 04 58

Fundación Prodis  
Bulevar Indalecio Prieto, 2  
28032 Madrid  
Tel: 91 371 53 51  
[www.fundacionprodis.org](http://www.fundacionprodis.org)

Una de las dimensiones de la calidad de vida es el bienestar físico. Es una dimensión que no solo afecta al óptimo desarrollo físico, sino también al resto de áreas de la calidad de vida de una persona: inclusión social, bienestar emocional, relaciones interpersonales, etc. Por ello, la Fundación Prodis tiene el compromiso de impulsar acciones que den la oportunidad a las personas con discapacidad intelectual de disfrutar activamente del deporte.

En muchas ocasiones, el acceso al deporte implica múltiples dificultades, por diversos motivos: necesidad de apoyos especializados, adecuación de instalaciones, dificultad de integración, falta de recursos económicos, etc. Es preciso, por consiguiente, analizar esta casuística y desarrollar las adaptaciones e intervenciones adecuadas para hacer más accesible el deporte a las personas con discapacidad intelectual.

## Objetivos

- Conseguir la inclusión social de las personas con discapacidad intelectual a través del deporte.
- Fomentar el trabajo en equipo.
- Adquirir habilidades para realizar un deporte y perfeccionar la técnica con el entrenamiento.
- Mejorar la resistencia cardiovascular y muscular.
- Trabajar sobre los valores del compañerismo, la constancia, el esfuerzo y la empatía.



## Servicio Integral de Deporte y Salud

### Baloncesto

- Los jóvenes con discapacidad intelectual desarrollan las destrezas básicas que les permitan el manejo del balón, la ejecución de lanzamientos con patrones adecuados y trabajan la motricidad y coordinación disfrutando del deporte en su tiempo libre.

### Natación

- La natación es el deporte más completo. El equipo de natación de Prodis, entrena para mantener el bienestar físico y la salud. Además, durante este 23-24 se tiene como objetivo federar al equipo para que pueda participar en la liga Femaddi.

### Fútbol

- Este equipo se ha estrenado en el curso 22-23 y se ha federado para participar en la liga Femaddi y competir todos los fines de semana. El resultado ha sido muy satisfactorio y durante el 23-24 se seguirá promocionando este deporte en el marco de vida activo y saludable.

### Pádel

- Actividad deportiva iniciada en el curso 2023-2024 con un grupo de jóvenes con grandes habilidades en deportes de raqueta y pala, jugar al pádel aporta beneficios tanto a nivel físico como mental. El pádel es un deporte conocido por ser accesible para jugadores de diferentes niveles y edades, lo que lo hace muy popular en el mundo, además de sincronizar los movimientos de manos y pies para golpear la pelota, mejorando así la coordinación motora y la habilidad para realizar los movimientos adecuados.