

2020



ÍNDICE

1. Introducción
2. Objetivos
3. Inclusión
4. Localización
5. Grupo de participantes
6. Programación de las actividades
7. Equipo de trabajo
8. Voluntariado
9. Actividades deportivas, recreativas, educativas y de ocio



1. INTRODUCCIÓN

Explorar el mundo que nos rodea no siempre es fácil, pero crecer como personas completas requiere esforzarnos

Del 27 de junio al 5 de julio la Fundación También pone en marcha la novena edición del Campamento Inclusivo de Vela y Multiactividad cuyo **objetivo** es:

Desarrollar competencias y valores que favorezcan la mejora en el desarrollo integral de jóvenes de edades comprendidas entre los 9 y 18 años, con y sin discapacidad, dando prioridad a aquellos que tienen discapacidad.



El principal reto de los participantes es afrontar nueve días de convivencia lejos de su zona de confort. En algunas familias se sobreprotege a los jóvenes con discapacidad o no se les da la oportunidad de intentar realizar algunas tareas, a veces por las prisas y otras veces por el miedo al fracaso. Teniendo esto en mente, el personal del campamento se esfuerza en transmitir a los participantes la importancia de ganar autonomía con la que valerse por sí mismos en todas aquellas tareas que les sea posible, haciendo especial hincapié en las más cotidianas.

Realizando tareas cotidianas por nosotros mismos, conseguimos ser más autónomos

El deporte ocupa una importancia primordial en el campamento ya que con las adecuadas adaptaciones, logra que los participantes se relacionen en un contexto lúdico. Además, permite vivir experiencias de superación y éxito que crean sentimientos positivos hacia uno mismo y hacia los demás. También destaca el deporte como vía de transmisión de valores



fundamentales en la sociedad como el respeto, la constancia o el trabajo en equipo.

La heterogenia social se ve representada en el campamento con un perfil muy amplio de participantes: chicos con gran dependencia física, con lesiones leves, sin discapacidad, jóvenes con discapacidad psíquica... Esto permite un enfoque amplio del mundo de la discapacidad que enriquece enormemente el paradigma de la inclusión, tanto para los participantes como para los monitores, **viviendo experiencias inolvidables a nivel personal.**



2. OBJETIVOS

- Vivir la experiencia de inclusión y compañerismo
- Conocer y practicar distintos deportes inclusivos
- Difundir valores a través del deporte como el esfuerzo, la superación, el respeto y el trabajo en equipo
- Desarrollar la autonomía en las tareas diarias

3. INCLUSIÓN

El diseño de actividades responde a un planteamiento inclusivo total, ya que todas las propuestas que se ponen en práctica pueden ser realizadas por todos los participantes.

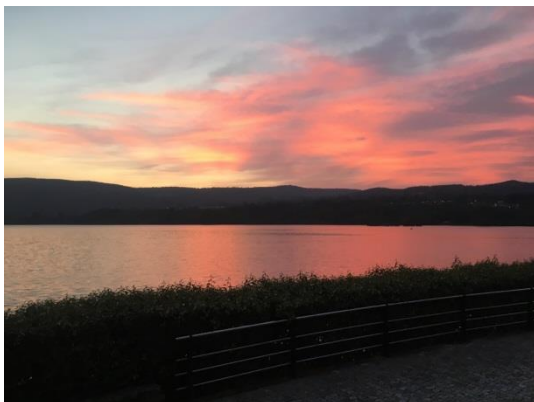
El grupo de esta edición estuvo formado por 28 jóvenes. La implicación se consiguió al integrar a todos ellos en actividades conjuntas, principal seña de identidad del campamento, fomentando la eliminación de barreras psicológicas que distancien a unos de otros.

La inclusión no es una meta, sino un camino que recorrer juntos



No importan las diferencias porque lo importante son las capacidades, todos pueden hacer todas las actividades, juegos, talleres o deportes.

4. LOCALIZACIÓN: COMPLEJO DEPORTIVO O'CORGÓ, MUIÑOS [OURENSE]

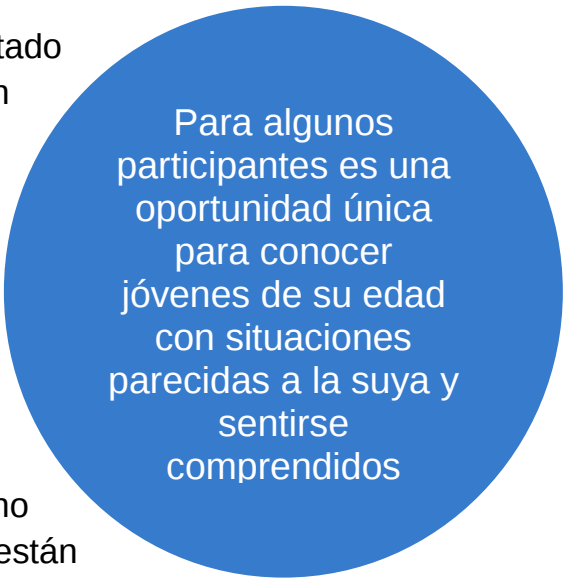


- El lugar elegido es el Complejo Deportivo O'Corgo, situado en la localidad de Muíños, Ourense, emplazamiento de interés natural e histórico, un valor añadido a esta actividad.
- Esta instalación reúne los requisitos necesarios para disfrutar de los deportes náuticos, además de contar con baños y duchas adaptadas, accesos sin barreras arquitectónicas y el material adaptado de la Fundación También.
- Las instalaciones cuentan con un área deportiva con campo de baloncesto, rocódromo y zona multideportiva muy adecuada para la organización de actividades adaptadas.
- En el embalse está permitido el baño, y gracias al material adaptado, el acceso de los usuarios de silla de ruedas es adecuado.
- El alojamiento reúne una accesibilidad correcta, con amplias habitaciones y baños.



5. GRUPO DE PARTICIPANTES

Nuestro campamento va orientado principalmente para chicos con discapacidad física. También aceptamos a chicos con otro tipo de necesidades, pero siempre y cuando les conozcamos y tengan un perfil activo y con buena disposición a respetar las indicaciones de monitores. En nuestro campamento no hay un monitor por chico, por lo que es importante que los participantes sean lo suficientemente responsables como para no tener actitudes de riesgo si no están supervisados 24 horas. En el campamento han participado chicos con síndrome de down, retraso madurativo, parálisis cerebral con consecuencias cognitivas y autismo en diferentes grados, pero todos ellos eran chicos con interés en hacer deporte y con capacidad suficiente para disfrutar de autonomía sin ponerse en riesgo.



Para algunos participantes es una oportunidad única para conocer jóvenes de su edad con situaciones parecidas a la suya y sentirse comprendidos

El carácter inclusivo del campamento se forma con la participación de chicos sin discapacidad, ya sean familiares o amigos de los participantes. También pueden apuntarse hijos de personas con discapacidad. En estos casos es muy importante que los chicos tengan claro que es un campamento inclusivo y que uno de los objetivos es relacionarse con otros chicos con necesidades distintas a las nuestras pero con mucho más en común de lo que imaginas. Les pediremos su ayuda para ciertas tareas (ayuda a hacer la cama al que no pueda, ayudar con las mochilas...) pero en ningún caso se responsabilizarán de tareas asistenciales o que correspondan a los monitores.

Las edades de referencia son de 8 a 17 años. No obstante admitimos a chicos con otras edades siempre y cuando sea posible su adecuada participación.

6. PROGRAMACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

Para la elaboración de la programación del campamento, además de tener en cuenta el objetivo principal, se da prioridad a la adecuación de las actividades al tipo y grado de discapacidad del grupo que permitiese la plena participación de todos los integrantes. La selección de los deportes y juegos permite la interacción entre todos los niños y jóvenes, consiguiendo crear lazos de amistad en el grupo.

La programación busca la educación integral de los participantes, confirmando uno de los principios básicos de Fundación También:

El deporte nos hace crecer como personas



PLANNING ACTIVIDADES 2020

	SÁBADO 27	DOMINGO 28	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3	SÁBADO 4	DOMINGO 5
9.00		DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
10.00		DEPORTES Y JUEGOS DE PRESENTACIÓN	DEPORTES NÁUTICOS	JUEGOS CAMPALÍMPICOS	PISCINA	DEPORTES NÁUTICOS	DEPORTES NÁUTICOS	EXCURSIÓN TERMAS DE OUTARIZ	RECOGIDA
11.00	VIAJE								VIAJE
12.00									
13.00									
14.00		COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA		
15.00		TIEMPO LIBRE	TIEMPO LIBRE	TIEMPO LIBRE	TIEMPO LIBRE	TIEMPO LIBRE	TIEMPO LIBRE		
16.00									
17.00									
18.00		TALLER CHAPAS	PISCINA	TALLER MANTENIMIENTO SILLAS	DEPORTES NÁUTICOS	SENDERISMO	TALLER DISFRACES		
19.00	ACOMODO EN HABITACIONES								
20.00									
21.00	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	
22.00	VELADA PRESENTACIÓN	VELADA JUEGOS	VELADA JUEGOS	VELADA TALLER EMOCIONAL	VELADA BINGO	VELADA SHOW	VELADA DISFRACES	FIESTA	
23.00									

7. EQUIPO DE TRABAJO

- Coordinador del campamento
- Diez técnicos deportivos especializados en discapacidad
- Enfermera
- Técnico de vela

Un equipo motivado y con formación que hace posible una experiencia inolvidable para los participantes

Todos los monitores que participan cuentan con experiencia en el trabajo con personas con discapacidad, certificado de ausencia de delitos de índole sexual y están formados en distintos ámbitos deportivos, sociales, educativos, artísticos, ocio y tiempo libre...



9. ACTIVIDADES DEPORTIVAS, RECREATIVAS, EDUCATIVAS Y DE OCIO

VELA ADAPTADA. Deporte estrella

La vela es la actividad principal del campamento. En la vela disfrutamos del contacto con la naturaleza y trabajamos cooperación, pensamiento estratégico y superación de retos.



TIRO CON ARCO

Supone un reto interesante para todos, ya que el arco es un deporte atractivo y gusta mucho a niños y jóvenes. Con el apoyo adecuado, pueden tirar hasta aquellos participantes que no pueden usar sus brazos. Trabaja la coordinación óculo/manual, la fuerza y la respiración y aporta gran satisfacción personal cuando se acierta en la diana.



VUELO DE AVES

Ver volar de cerca a un halcón es una experiencia muy curiosa. Su majestuosidad transmite respeto y amor por la naturaleza.



TERMAS DE OUTARIZ

Como actividad especial visitamos las Termas de Outariz, en Ourense. Para los chicos es toda una experiencia en un entorno natural y único, rodeados de un paisaje bellísimo y disfrutando de varias piscinas de agua termal a distintas temperaturas. Es una jornada muy divertida en la que todos se sienten muy felices.



BALONCESTO

El baloncesto inclusivo es una modalidad en la que se aúna deporte e inclusión de una manera divertida. Moviliza grandes grupos musculares tonificando tren superior y fomentando el trabajo en equipo.

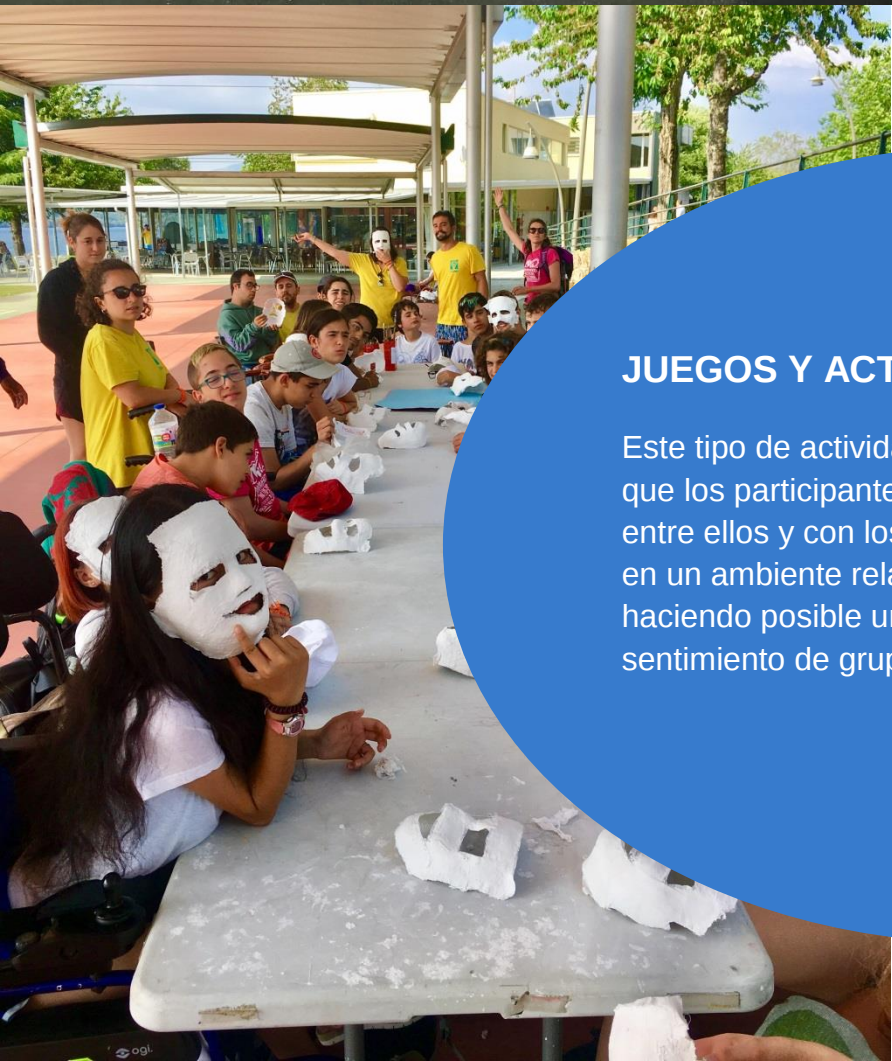




CICLISMO

Deporte muy demandado por la atracción que causan las handbikes. Permite descubrir formas alternativas para desplazarnos





JUEGOS Y ACTIVIDADES LÚDICAS

Este tipo de actividades hacen que los participantes se relacionen entre ellos y con los monitores en un ambiente relajado, haciendo posible una mayor interacción, confianza y sentimiento de grupo.



PIRAGÜISMO

Actividad acuática muy motivadora por ser refrescante. Al realizarse en piraguas adaptadas dobles fomenta la relación entre compañeros





JUEGOS CAMPALÍMPICOS





GRAN FIESTA
DE DISFRACES



Juntos por la inclusión

© 2020 Fundación También
Añastro 41, 28033 Madrid
coordinacion@tambien.org

