

UPAPSA
miembro de FEAPS C.V.

UNIÓN PROVINCIAL DE ASOCIACIONES
PRO MINUSVÁLIDOS PSÍQUICOS DE
ALICANTE
CIF G-03097284

C/ García Gutiérrez, 4 y 6 bajos
☎ 965140099 fax 965141177

www.upapsa.com
upapsa@upapsa.com

XX Jornada Deportiva

XV Encuentro autonómico

- - - 7 de noviembre 2013. Recinto deportivo Universidad de Alicante - - -
atletismo

pruebas adaptadas

petanca

CONVOCATORIA

slalom

La XX Jornada Deportiva UPAPSA se celebrará el jueves 7 de noviembre de 2013 en las instalaciones deportivas del campus de San Vicente de la universidad de Alicante.

* REQUISITOS: Se abre la posibilidad de inscripción a personas con discapacidad intelectual, mayores de 18 años, atendidas en centros de la Comunidad Valenciana Albacete y Murcia, en las condiciones descritas en la presente convocatoria. No es necesario que los centros participantes sean club deportivo ni que los deportistas estén federados.

* CONDICIONES FÍSICAS: La organización pide a los centros que se aseguren que cada deportista reúna las condiciones físicas necesarias para participar en la/s prueba/s inscrita/s. Por ello, todos los deportistas inscritos en cualquier modalidad de carreras, marcha o concursos de **ATLETISMO** (excepto prueba de sillas asistidas) **deben aportar el modelo de autorización adjunto, firmado por el tutor/a, y fotocopia del DNI**, hasta el 18 de octubre.

* SEGURO Y AUTORIZACIÓN: La asistencia y participación en la Jornada Deportiva ha de estar cubierta por el seguro de cada centro como una actividad “extraescolar” más. Cada centro debería confirmar este punto con su compañía de seguros, así como obtener una autorización expresa del tutor de cada asistente (deportista o no) para acudir al evento.

* MODO Y PLAZOS DE INSCRIPCIÓN: La inscripción es gratuita. Cada centro ha de realizar de manera conjunta las inscripciones de sus deportistas. Se establece como **fecha tope de inscripción el jueves 26 de septiembre**. Será necesario hacer la **inscripción a través de correo electrónico** (voluntariado@upapsa.com o upapsa@upapsa.com), adjuntando el formulario de inscripción (en EXCEL) correctamente rellenado. (si esta convocatoria te llega “en papel”, puedes solicitar que te enviemos el formulario por e-mail). **NO SE ACEPTARÁN INSCRIPCIONES EN OTROS FORMATOS O FUERA DE PLAZO.**

* CONFIRMACIÓN de la INSCRIPCIÓN: Se remitirá a cada centro inscrito listado de las inscripciones realizadas para confirmar que no existan errores antes del **14 de octubre**. Si en esa fecha **no has recibido dicha comunicación**, llama a UPAPSA. Desde organización no nos haremos responsables de posibles errores de inscripción no reclamados hasta esa fecha.

* MEJORAS Y DESCALIFICACIÓN: Se **descalificará a los deportistas cuyas marcas mejoren más de lo previsto** por organización como **margen de mejora**. Este margen se establece en un **15 %** sobre marca de inscripción para **atletismo** y en un **30 %** para **pruebas adaptadas**. Se exceptúan de aplicación de estos márgenes de descalificación las series/grupos de las mejores marcas. Se pueden comunicar por fax/e-mail a UPAPSA posibles **mejoras** en las marcas de los deportistas **hasta el 18 de octubre**.

* HORARIO: Será de obligado cumplimiento por todos los centros inscritos, siendo **necesario llegar entre las 10:00 y las 10:30** para una correcta recepción. A las **10:30** comenzará la **ceremonia de inauguración**, que finalizará con tiempo suficiente para que cada deportista pueda acceder al lugar donde competirá. La competición se desarrollará **entre las 11:00 y las 14:00 h**. A partir de este momento se dejará **una hora para comer**, para comenzar los **actos de clausura a las 15:00 h**, que durarán unos **30-40'** y entre los que se incluye un desfile de todos los deportistas agrupados por centros y entrega del trofeo al centro "campeón". Se confirmarán series en que participa cada deportista, horarios, distribución del recinto,... a los centros inscritos a medida que se aproxime la fecha de realización del encuentro. Unos días antes de la competición se convocará reunión para informar de últimos detalles, entregar dorsales,...

* PRUEBAS: Se convocan pruebas de:

- carreras de **800, 400, 200, 100, 50, y 4x100 m**, en modalidades **masculina y femenina**,
- **lanzamiento de peso y salto de longitud** en modalidades **masculina y femenina**,
- **50 y 25 m marcha** (no se podrá correr) en dos modalidades: **con asistencia técnica y con asistencia de monitor**,
- **50 m sillas autónomas y 50 m sillas asistidas**,
- **petanca (niveles I, II y III)**,
- **pruebas adaptadas de fútbol (nivel I), de baloncesto (nivel I), y de psicomotricidad (n. II-III)**,
- circuito de **slalom** para deportistas en silla de ruedas (**modalidades eléctrica y manual**).

Se establecerán las diferentes series (atletismo y pruebas adaptadas) en función de las **marcas de inscripción**. En cada nivel de petanca se sortearán los cruces de partidas. La prueba de **50 m sillas asistidas no tiene carácter competitivo** y la entrada a meta es pactada y simultánea, lo cual se debe advertir expresamente a los monitores que acompañen a estos "deportistas". En slalom se procurará realizar una ronda clasificatoria y otra ronda final con varias series de tiempos "cercaños".

* CUPOS GENERALES: Se establecen los siguientes cupos de participación:

- Los centros de la Comunidad Valenciana cuyos usuarios **no estén integrados en asociaciones de UPAPSA** podrán optar a un **máximo de 12 deportistas** inscritos, teniendo en cuenta además, dentro de ese límite, el resto de cupos que se detallan.

- De modo conjunto, los centros de la Comunidad de Murcia por un lado, y los de la provincia de Albacete, por otro, podrán optar, como "delegación autonómica", al **cupo general que se establece para cada asociación de UPAPSA**, por lo que habrán de centralizar a través de FEAPS Murcia y FEAPS CLM las distintas plazas en las que estén interesados y decidir una distribución de las mismas para comunicarlas a organización en el plazo previsto.

- Los diferentes recursos de una misma asociación podrán contar como distintos centros, pudiéndose así inscribir, por ejemplo, un centro ocupacional y una residencia de la misma asociación por separado. Los usuarios atendidos en cada recurso han de ser distintos.

- Las modalidades en las que no exista **un mínimo de 3 participantes inscritos** podrán ser **suspendidas** por la organización.

- Cada inscrito podrá participar en alguno de los niveles de petanca, **o** en alguno de los circuitos de pruebas adaptadas, **o** en slalom, **o** en atletismo, pues estas "categorías" se desarrollarán de forma **simultánea**.

* **A TENER EN CUENTA:**

ATLETISMO:

* Aunque para el resto de series es suficiente con indicar la marca de inscripción en minutos y segundos, es recomendable anotar también las centésimas para las pruebas de 100 y 50 m masculinos y femeninos.

* El lanzamiento de peso se realizará con peso de **4 Kg para modalidad masculina y 3 Kg para la femenina**.

* Se **descalificará** a las atletas que corran en las pruebas de **marcha**.

* Los atletas inscritos con marcas muy inferiores al resto o por debajo de lo que organización considere razonable podrán ser invitados a cambiar de prueba.

* Cada atleta podrá participar en un máximo de **dos** carreras, **o** una carrera y un concurso, **o** una carrera y formar parte del equipo de relevos.

* Cada centro podrá inscribir un máximo de **2 atletas para cada prueba individual** y un equipo en relevos. En ambos casos, para cada sexo (si la prueba está dividida por sexos).

PETANCA:

* Se jugará sobre superficie de moqueta (pista de hockey hierba artificial), sobre la que queda **ABSOLUTAMENTE PROHIBIDO FUMAR**. Se advierte que el efecto de deslizamiento será más intenso que en la habitual tierra.

* Se permitirá **apoyo** sólo en el nivel III. En nivel II sólo queda autorizado **asesoramiento verbal** desde fuera de la pista y por detrás del jugador, mientras que en nivel I **no** se admite **ningún tipo de apoyo ni asesoramiento**.

* **ATENCIÓN:** Sólo se puede inscribir **un equipo por centro**. Se debe ser **consecuente al elegir el nivel en el que se participa**, inscribiendo según su nivel de juego y autonomía

* El **equipo habrá de llevar sus bolas para participar**.

* El equipo de petanca podrá estar formado por **entre 3 y 5 jugadores** inscritos, aunque se jugará por tripletas que podrán variarse cada partida.

PRUEBAS ADAPTADAS:

* En pruebas adaptadas se ha de inscribir a **deportistas con pocas posibilidades de participar en otras pruebas, ajustando el nivel y autonomía de los deportistas al de las pruebas**. Se establecen tres circuitos diferentes de cinco pruebas cada uno:

- uno de **psicomotricidad**, (con pruebas de nivel II y III según reglamentación Sp. Olympics), para deportistas con pocas condiciones motrices.
- otro de **fútbol** (nivel I) para deportistas con más posibilidades.
- y otro de **baloncesto** (nivel I) para deportistas con nivel similar al de fútbol.

* Se ha de aportar, como **marca de inscripción, la suma de puntos de las pruebas del circuito en que se vaya a participar.**

* Aunque ninguno de los participantes requiera de apoyo, al menos **un monitor de cada centro deberá permanecer en la zona de competición** de cada circuito en que se participe, por si los jueces de prueba requieren que medien en alguna comunicación o solventar posibles incidencias.

* Se describen las pruebas de que consta cada circuito, puntuación y orden en caso de empate en anexo I.

* Se podrán inscribir hasta **5 deportistas por centro en cada circuito de pruebas adaptadas (psicomotrices, fútbol y baloncesto).**

SLALOM:

* Se establece un cupo de 3 deportistas por centro, que podrán distribuirse en las 2 modalidades (silla manual y silla eléctrica) como se desee.

* Si un deportista necesita **apoyo para superar la rampa**, o ha de **rodear este obstáculo**, esquivándolo, se ha de **indicar en la inscripción**, en la columna prevista como “handicap”.

* Se describen las pruebas de que consta el circuito de cada modalidad, así como la puntuación, en anexo II.

* MEDALLAS Y TROFEOS: Se determinará un campeón, subcampeón y 3er clasificado **para cada serie de cada nivel de cada prueba** (atletismo, petanca, slalom y pr. adaptadas) que recibirán la correspondiente medalla. Asimismo habrá medalla de **participación para todos** los participantes que no obtengan medalla de 1º, 2º o 3º (incluso descalificados). Se establece un **trofeo por equipos** al centro “campeón”, que se determinará haciendo promedio entre la clasificaciones obtenidas por número total de medallas de oro y por proporción entre medallas de oro y nº de participantes. A efectos de dicho trofeo, los equipos ganadores de cada nivel de petanca y de relevos serán tenidos en cuenta como una única medalla.

* ASISTENTES NO PARTICIPANTES: Será obligatorio que los **usuarios no participantes en competición vayan identificados** mediante alguna etiqueta resistente con nombre y centro de procedencia en la ropa. Asimismo, cada centro debe aportar algún número de **teléfono móvil** que algún miembro de la delegación vaya a llevar durante la jornada. El que los asistentes acudan con pompones, manos gigantes,... puede dar vistosidad a la Jornada.

ANEXO I. Pruebas adaptadas.

Cada circuito consta de cinco pruebas. Se distribuirán grupos de 5-7 participantes en cada prueba, para desarrollarlas de forma simultánea. Una vez finalizada cada prueba, los grupos rotarán a la siguiente hasta completar las cinco del circuito. La suma de puntuaciones de las cinco pruebas determinará campeón, subcampeón, etc. de cada grupo. El orden en el que las pruebas están reflejadas en los siguientes cuadros explicativos será también el orden en que se tengan en cuenta las puntuaciones parciales en caso de empates. Se ha de aportar la **suma de puntos de las 5 pruebas correspondientes al circuito en que se vaya a inscribir.**

Psicomotricidad

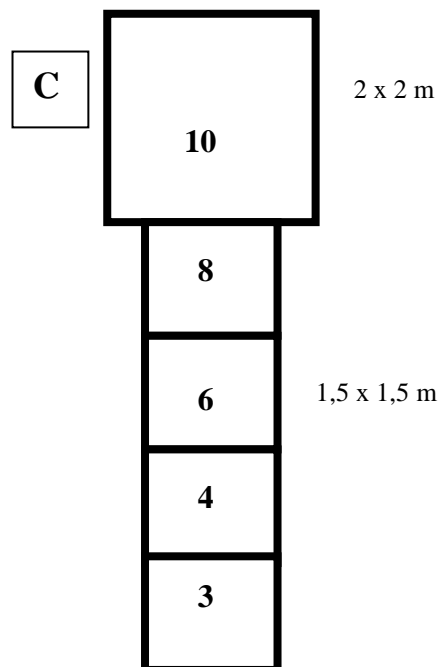
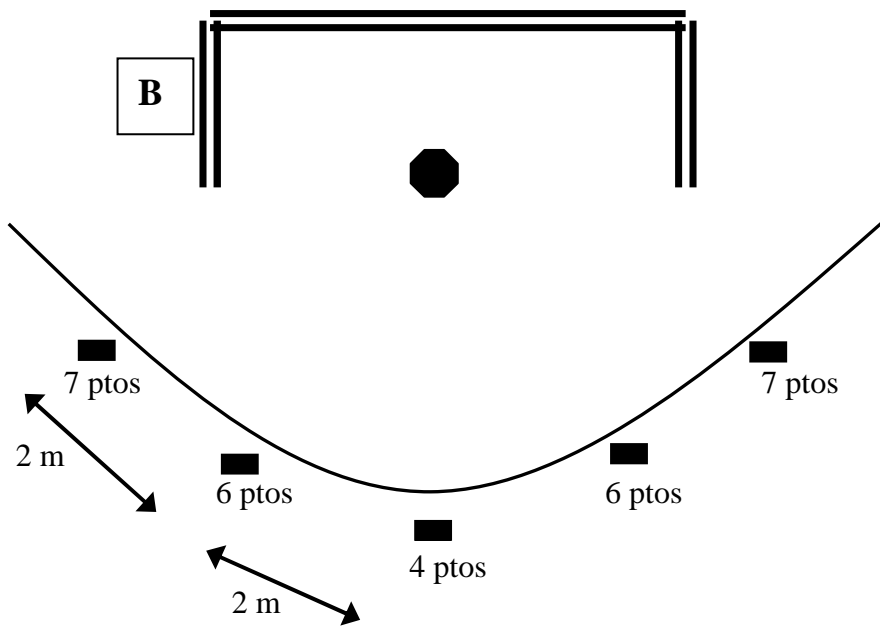
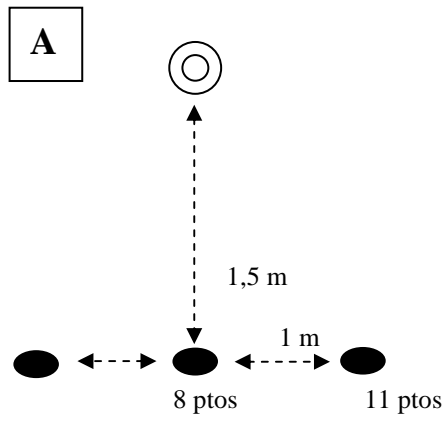
N ^a	Prueba	Desarrollo	Puntuación
1	Bowling	Derribar con tres tiros, como máximo, 6 bolos colocados en triángulo de 40 cm con vértice hacia el deportista. Las pelotas se han de dejar caer por una rampa situada a 50 cm del primer bolo.	(Se retiran bolos derribados en cada tirada.) 4 puntos por cada bolo derribado, excepto si caen los 6 en el primer lanzamiento, en cuyo caso puntuará 30 ptos.
2	Recepción pelota	El juez lanza suave 3 veces un balón de espuma al pecho del deportista, situado en 3 puntos diferentes (ver A), para que este lo recoja.	11 puntos por cada balón recogido en las posiciones laterales. 8 ptos en la posición central. 5 puntos por balón sólo tocado con la mano.
3	Equilibrio con raqueta	Se recorren 3 m manteniendo una pelota de "pinchos" de goma sobre una raqueta de badminton.	10 puntos por cada metro superado. 2 intentos, prevaleciendo el de mejor puntuación. En caso de empate se tiene en cuenta en qué intento se ha conseguido.
4	Reptar	Pasar reptando bajo 3 "pasos" separados 1 m entre sí y a distinta altura (1 m el 1º, 80 cm el 2º y 60 cm el 3º), sin tocarlos.	8 ptos al superar el primer paso. 10 el 2º y otros 12 si supera también el 3º.
5	Lanzamiento de precisión	Lanzamiento de pelotas de tenis, tratando de hacerlas pasar por dentro de cada uno de los 3 aros de distinto diámetro (80, 60 y 40 cm), colocados en vertical, en el suelo, a 2 m del deportista. 2 lanzamientos a cada aro.	4 ptos por cada bola que pase por dentro del aro mayor. 5 ptos por cada bola por dentro del aro mediano, y 6 ptos para el aro más pequeño.

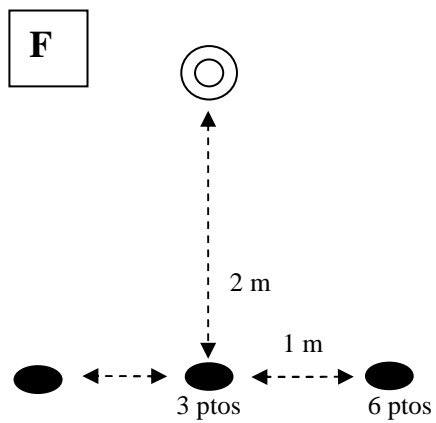
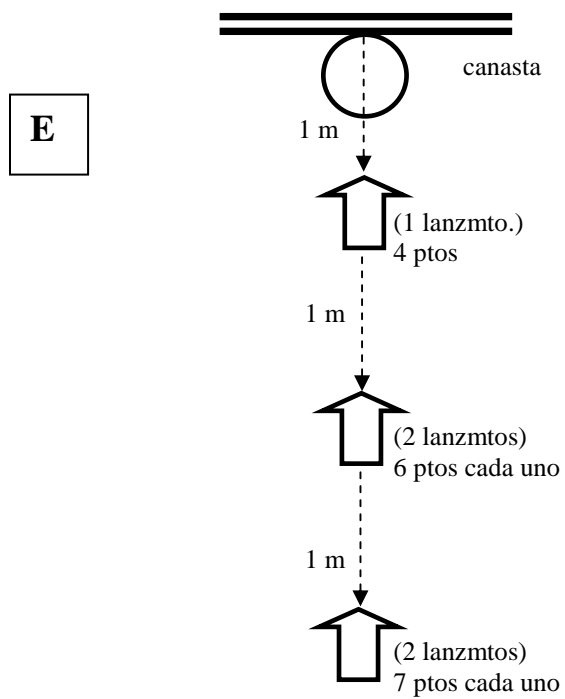
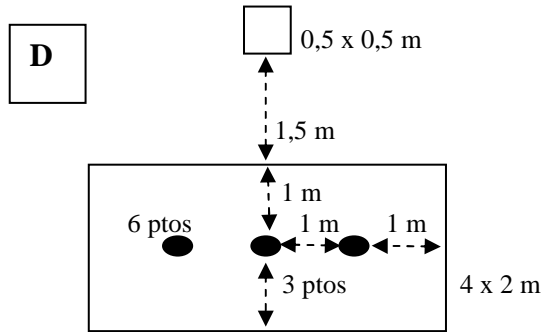
Fútbol

Nº	Prueba	Desarrollo	Puntuación
1	Lanzamiento a portería	Chutar 5 balones a una portería de fútbol-sala desde distintos puntos del área, con distinta puntuación. Se dispondrá un objeto fijo de unos 40 cm ancho en el centro de la portería, a modo de portero (ver B).	La suma de puntos obtenidos en los 5 lanzamientos (max 30)
2	Control	Conducción del balón una distancia de 10 m, realizando paradas en marcas cada 2 m.	Partiendo de 30 ptos, se restarán 5 por cada pérdida de balón o parada incorrecta.
3	Saque de banda	Se lanzarán 3 balones, por encima de la cabeza, ante un "tablero" marcado en el suelo con diferentes puntuaciones (ver C)	La suma de puntos obtenidos en los 3 lanzamientos (max 30)
4	Pase y recepción.	Pase raso del balón al juez, situado en área de 0,5x0,5m desde 3 puntos (ver D). Recepción de 3 pases en los mismos puntos, dentro de un área de 4x2m.	6 puntos por cada pase/recepción laterales, y 3 puntos por pase/recepción central.
5	Conducción de balón	Recorrer una distancia de 5 m ida y vuelta (3 m ancho) controlando con los pies el balón.	Partiendo de 30 ptos, se restarán 3 por cada pérdida del balón o si se rebasa la línea de fin de recorrido

Baloncesto

N ^a	Prueba	Desarrollo	Puntuación
1	Tiro estático a canasta	5 lanzamientos desde distintas distancias a una canasta de 1,5 m de alto (ver E)	La suma de puntos obtenidos en los 5 lanzamientos (max 30)
2	Tiro estático	5 lanzamientos desde distintas distancias a un "cubo" de unos 60 cm de lado situado, en el suelo. (mismo esquema que E)	La suma de puntos obtenidos en los 5 lanzamientos (max 30)
3	Pase y recepción	3 lanzamientos de balón al pecho del juez, colocado en 3 distintas posiciones (ver F), que deberá poder recoger el balón sin tener que mover los pies. Recepción, sin mover los pies, de 3 pases del juez desde los mismos puntos.	6 puntos por cada pase/recepción laterales, y 3 puntos por pase/recepción central.
4	Bote dinámico	Se ha de recorrer una distancia de 10 m (1,5 m ancho) botando un balón de baloncesto.	Partiendo de 30 ptos, se restarán 5 por cada parada, toma o pérdida del balón
5	Bote estático	Botar el balón durante 30'' dentro de un círculo de 1,5 m	Partiendo de 30 ptos, se restarán 5 por cada toma o pérdida del balón





ANEXO I I . Slalom.

Se establecen 2 modalidades: deportistas que compitan mediante silla manual y los que lo hagan utilizando silla eléctrica. Cada modalidad utilizará un tipo de circuito, cuyos croquis se muestran a continuación.

Se puntuará el tiempo que cada deportista invierta en realizar el recorrido, incrementado en 3 segundos por cada pivote de señalización del recorrido “tocado” (el juez de prueba lo indicará con tarjeta blanca) y 5 segundos por cada pivote “derribado” (el juez lo indicará con tarjeta roja).

Los pivotes que señalizan el recorrido (de unos 10 cm de diámetro) serán de color rojo en los obstáculos que deban superarse desplazándose en sentido contrario a la marcha, y de color blanco en los obstáculos que se superan en el sentido de la marcha.

Se tratarán de hacer 2 rondas (una clasificatoria y una final) para cada modalidad, aunque esto dependerá del nº de inscritos. Si la previsión de tiempo es ajustada, se realizará una única ronda que determinará la clasificación de cada modalidad.

Descripción obstáculos:

	Para SILLA ELÉCTRICA	Para SILLA MANUAL
SALIDA	(2 pivotes blancos separados 1,22 m): se pasa en el sentido de la marcha.	
tránsito	4 metros	
Medio Giro	(cuadrado de 1,10 m de lado, marcado por dos pivotes blancos y dos rojos): el deportista entrará en el sentido de la marcha, efectuará un medio giro dentro del cuadrado y saldrá en sentido contrario al sentido de su marcha.	
tránsito	4 metros	
Vuelta 360°	(un único pivote rojo): el deportista deberá dar un giro de 360° alrededor del pivote.	
Tránsito	4 metros	
RAMPA		(formada por una rampa en forma de L)
Giro Completo	Cuadrado de 1,10 m de lado, marcado por cuatro pivotes blancos): el deportista entrará en el sentido de la marcha, efectuará un giro completo de 360° dentro del cuadrado y saldrá en el sentido de su marcha.	
tránsito	4 metros	8 metros
Zig-zag	(tres pivotes rojos, uno a continuación de otro, separados 1 m entre sí): el obstáculo se superará realizando un zig – zag de ida y vuelta. Una vez finalizado el obstáculo volveremos por uno de los laterales en el sentido de la marcha.	
tránsito	5 metros	4 metros
Puerta invertida	(2 pivotes rojos separados 1 m): el deportista deberá entrar en el sentido contrario a la marcha y una vez superado el obstáculo gira para volver a desplazarse en el sentido de la marcha.	
tránsito	5 metros	
META	(2 pivotes blancos separados 1,22 m): se pasa en el sentido de la marcha.	