

INFORMACIÓN GENERAL		
FACULTAD: CIENCIAS SOCIOECONOMICAS Y EMPRESARIALES		
PROGRAMA ACADÉMICO: CULTURA FÍSICA Y DEPORTE	GRUPO (S) DE INVESTIGACIÓN: GICED	
NOMBRE DEL SEMILLERO: DUQUOS	FECHA DE CREACIÓN: 29 MARZO DEL 2018	 DUQUOS SPORTS AND SCIENCE
	ACTUALIZACIÓN NOMBRE: DUQUOS-2024	
CAMPUS: BUCARAMANGA		
LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: RENDIMIENTO DEPORTIVO Y CIENCIAS DEL DEPORTE PEDAGOGIA Y EDUCACION FÍSICA		
Áreas del saber *		
1. Agronomía veterinaria y afines		5. Ciencias sociales y humanas
2. Bellas artes		6. Economía, administración, contaduría y afines
3. Ciencias de la educación		7. Matemáticas y ciencias naturales
4. Ciencias de la salud		8. Ingenierías, arquitectura, urbanismo y afines

Al diligenciar este documento autorizo a UNIDADES TECNOLÓGICAS DE SANTANDER, ubicada en Calle de los estudiantes 9-82 Ciudadela Real de Minas y con teléfono de contacto 6076917700, para que recolecte, almacene, use, circule y/o suprima mis datos personales. Lo anterior para dar cumplimiento a las finalidades incorporadas en la Política de Tratamiento de Información disponible en www.uts.edu.co, la cual declaro conocer y saber que en esta se especifican cuáles datos son sensibles. Así mismo, conozco que como titular me asisten los derechos a conocer, actualizar, rectificar y suprimir mis datos y revocar la autorización. Igualmente declaro que poseo autorización, de los otros titulares de datos que suministro, para que UNIDADES TECNOLÓGICAS DE SANTANDER les dé tratamiento conforme a las finalidades consignadas en la Política.

INFORMACIÓN DEL DIRECTOR DEL PROYECTO

NOMBRE: JUAN DAVID ALMARALES SANABRIA	CEDULA N.º: 1.098.794.621 DE BGA	
NIVEL DE FORMACIÓN ACADÉMICA (PREGRADO / POSTGRADO / LINK DE CVLAC): PROFESIONAL EN CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN MSc EN EDUCACIÓN PhD(c) EN EDUCACIÓN		Asesor
		Líder de Semillero de Investigación
CORREO ELECTRÓNICO: JALMARALES@CORREO.UTS.EDU.CO		

Información de los autores

Nombre	No. Identificación	Correo electrónico
YERLY YASMIN ROJAS FONSECA	1.102.381.311	yyasminrojas@uts.edu.co

Proyecto

1. Título del proyecto: <i>Diseño de un plan de entrenamiento para la aplicación de batería de test físicos para deportistas con discapacidad 2025</i>	MODALIDAD DEL PROYECTO **				
	PA	PI	TI	RE	Otra. ¿Cuál?
Fecha creación del proyecto:				2/9/2024	
2. Planteamiento de la problemática: <p>Los deportistas con discapacidad requieren de evaluaciones físicas adaptadas para medir su capacidad funcional y diseñar programas de entrenamiento específicos. Sin embargo, existe una carencia de baterías de test físicos estandarizadas que se ajusten a las diferentes necesidades de estos deportistas, lo que dificulta la planificación y evaluación efectiva del entrenamiento. Además, muchos entrenadores carecen de conocimientos y herramientas adecuadas para aplicar estas pruebas de forma inclusiva. Esto plantea la necesidad de diseñar un plan de entrenamiento específico que incluya una batería de test adaptada, con el fin de evaluar y mejorar el rendimiento físico de los deportistas con discapacidad de manera eficiente.</p>					
3. Antecedentes: <p>Existen estudios previos que han abordado la inclusión de personas con discapacidad en el deporte, destacando los beneficios del ejercicio físico para mejorar la calidad de vida y el rendimiento funcional. Sin embargo, pocos trabajos han abordado el diseño de baterías de test adaptadas a las diferentes discapacidades, como la parálisis cerebral, amputaciones, o discapacidades visuales. Algunas investigaciones internacionales han propuesto pruebas específicas, pero la falta de estandarización y la poca difusión de estas pruebas en contextos locales dificultan su aplicación. En Colombia, no se han encontrado suficientes investigaciones que se centren en la evaluación física adaptada para deportistas con discapacidad, lo que hace imperante el desarrollo de un modelo específico.</p>					
4. Justificación: <p>El deporte inclusivo promueve la equidad y la participación de personas con discapacidad, mejorando su bienestar físico y psicológico. La creación de un plan de entrenamiento con una batería de test adaptada permitirá a los entrenadores evaluar de forma precisa las capacidades físicas de estos deportistas, facilitando el diseño de programas de entrenamiento personalizados. Este proyecto no solo contribuirá a la mejora del rendimiento deportivo de los atletas con discapacidad, sino que también proporcionará una herramienta clave para el desarrollo de entrenadores y equipos técnicos que buscan promover el deporte inclusivo en Bucaramanga y otras regiones.</p>					
5. Marcos referenciales: <p>Marco Teórico: Se abordarán teorías sobre el entrenamiento físico adaptado, el deporte inclusivo y la clasificación funcional de deportistas con discapacidad. Se incluirá información sobre pruebas físicas específicas y su adaptación según el tipo de discapacidad.</p> <p>Marco Conceptual: Definición de discapacidad, clasificación de tipos de discapacidad (física, sensorial, intelectual), pruebas físicas adaptadas, conceptos de inclusión en el deporte, y métodos de evaluación de la capacidad física.</p>					
6. Objetivo general y objetivos específicos: <p>6.1 Objetivo general:</p>					

Diseñar un plan de entrenamiento que incluya la aplicación de una batería de test físicos adaptados para evaluar el rendimiento físico de deportistas con discapacidad.

6.2 Objetivos específicos:

Identificar las principales pruebas físicas adaptadas disponibles para deportistas con discapacidad en diversas disciplinas.

Diseñar una batería de test físicos adaptados a las diferentes discapacidades presentes en los deportistas.

Implementar el plan de entrenamiento con la batería de pruebas en un grupo de deportista.

7. Metodología:

Diseño del estudio: Estudio experimental con aplicación pre y post del plan de entrenamiento y batería de test físicos.

Población: Deportistas con diferentes tipos de discapacidad (física, sensorial o intelectual) pertenecientes a clubes deportivos en Bucaramanga.

Muestra: 30 deportistas con discapacidad, divididos en grupos según su tipo de discapacidad.

Instrumentos de medición: Batería de test físicos adaptados para evaluar fuerza, resistencia, flexibilidad, agilidad y coordinación en función de la discapacidad del deportista. Se incluirán pruebas como el test de fuerza de agarre, la prueba de caminar/correr 6 minutos (para deportistas con discapacidad física), entre otros.

Intervención: Plan de entrenamiento de 12 semanas con sesiones de 3 veces por semana, incluyendo ejercicios de acondicionamiento físico adaptado y aplicación de la batería de test.

Análisis de datos: Comparación de los resultados pre y post intervención utilizando estadísticas descriptivas y análisis de varianza (ANOVA) para medir la efectividad del plan de entrenamiento.

8. Avances realizados:

Revisión bibliográfica sobre las pruebas físicas adaptadas a deportistas con discapacidad.

Identificación de las pruebas más relevantes para cada tipo de discapacidad.

Contacto con clubes deportivos para la selección de los participantes y desarrollo de las pruebas iniciales.

9. Resultados esperados:

Los resultados se centrarán en evaluar la mejora en el rendimiento físico de los deportistas con discapacidad, comparando los resultados obtenidos antes y después de la intervención del plan de entrenamiento.

10. Cronograma:

Actividad	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7
Revisión bibliográfica	X						
Selección de la muestra		X					
Implementación del programa			X	X			
Recolección de datos				X			
Análisis de datos					X		
Redacción del informe						X	X

11. Bibliografía:

Tweedy, S. M., & Vanlandewijck, Y. C. (2011). International Paralympic Committee position stand: Background and scientific principles of classification in Paralympic sport. *British Journal of Sports Medicine*, 45(4), 259-269.

Vaquero-Cristóbal, R., et al. (2020). Fitness tests adapted for people with physical disabilities: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 38(3), 315-326.

Goosey-Tolfrey, V. L., & Leicht, C. A. (2013). Field-based testing for para athletes. *Current Sports Medicine Reports*, 12(4), 241-246.

* Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE)

** PA: Proyecto de Aula, PI: Proyecto integrador, TI: Trabajo de Investigación, RE: Recursos Educativos Digitales Abiertos (REDA)