



Inclusión en el deporte, el Rugby Inclusivo

Simon Artiles Shannon¹

Trust Rugby Spain.

simon@tri.group

Resumen

El Ruby inclusivo va más allá de practicar deporte y más allá de conocer las técnicas y tácticas de un deporte que tiene todas las características básicas para adaptarse a cualquier capacidad. El deporte inclusivo debe tener como fin crear un grupo de personas donde todos puedan disfrutar participando. Formar equipos desde los clubes o federaciones, de rugby o cualquier otra modalidad deportiva, genera inclusión. Sus jugadores facilitadores no sólo disfrutan al apoyar a los jugadores con discapacidad sino que además forman vínculos afectivos, promoviendo la amistad y el respeto mutuo.

Palabras clave: *Deporte, Rugby, inclusión, facilitadores, equipo.*

Es reconfortante ver como en los últimos tiempos la inclusión ha llegado al vocabulario de los medios de comunicación y ha entrado en las agendas políticas tanto locales como estatales, sea por los años de reivindicación o sea por cualquier otra motivación, es indiferente, que se hable de inclusión solo puede ser beneficioso para todos.

¹ Simon Artiles es entrenador de Rugby y fundador de Trust Rugby Spain



El deporte siempre ha sido uno de las ventanas más accesibles para asomarse al mundo de la discapacidad, sobre todo cuando se puede ligar una emocionante historia de superación personal, a medallas olímpicas, récords o mundiales, por lo tanto, es lógico que ahora esté en el epicentro de esta atención mediática, con éxitos de difusión como la película de Campeones.

Todos tenemos el derecho a tener acceso al deporte, ya que es de sobra conocido tiene repercusiones beneficiosas para la salud física, emocional y mental, pero en el caso de las personas con discapacidad los beneficios se multiplican, la actividad física lleva consigo una mejora en su condición física general, que a su vez puede repercutir en una reducción en la medicación o en algunos casos a prescindir de ella. Ciertamente las oportunidades y las instalaciones para que una persona con una discapacidad física y/o intelectual se han multiplicado y hay programas de inclusión en la mayoría de ayuntamientos, pero quizás no todos compartimos un mismo modelo de inclusión.

Trust Rugby International Spain junto a la Fundación Espurna lleva más de 6 años desarrollando un modelo de rugby inclusivo que tiene como finalidad la inclusión social a través del equipo de rugby de Cullera. Decidimos centrarnos en deportistas en edad adulta, ya que consideramos que una vez termina la etapa escolar se agudizan los problemas de socialización al perder el contexto social repentinamente. Mientras están en edad escolar tienen un entorno donde relacionarse y desarrollarse, cuando esta etapa de su vida termina ven como sus amigos continúan sus vidas y las suyas, en demasiados casos se quedan paralizadas. Una de las estadísticas más demoledoras que pudimos leer es que un 80% de las personas con discapacidad en Escocia eran incapaces de nombrar a un solo amigo. Este aislamiento de las personas con discapacidades moderadas o leves, solo empeora cualquier circunstancia médica que tenga, y como hemos podido comprobar durante los confinamientos debidos a la pandemia del Covid-19, la falta de contacto humano nos afecta a todos.

Lo importante del proyecto era que tuviera una faceta inclusiva, no se trataba de hacer deporte para personas con discapacidad sino de crear un equipo donde todos pudieran disfrutar participando en un deporte con otras personas, con o sin discapacidad y es plenamente inclusivo ya que juegan por igual hombres y mujeres con y sin discapacidad.

Este equipo tiene que tener un contexto social que tenga sentido, no se trata



de crear una nueva entidad, club o federación, creando algo diferente, excepcional y adaptado, las personas con discapacidad tienen que formar parte de clubes y federaciones ya existentes. Para nosotros este equipo solo tiene sentido si forma parte de un club de rugby tradicional, en nuestro caso el Cullera Rugby Club. El elemento diferenciador e innovador que aporta Trust Rugby International Spain es la inclusión de las personas con discapacidad en clubes convencionales donde pasan a formar parte de la masa social de este, superando los modelos tradicionales de deporte adaptado que crean equipos nuevos o donde solo participan personas con discapacidad. Nuestro modelo se ha basado en el Rugby porque transmite una serie de valores de respeto, honestidad y compañerismo que es difícil de encontrar en ningún otro lugar. También la naturaleza del deporte permite incluir personas de diferentes condiciones físicas en cuanto a altura, peso, fuerza o velocidad. El hecho de utilizar el rugby también supone romper prejuicios limitadores que la sociedad tiene acerca de que puede o no puede hacer una persona con discapacidad intelectual. Nosotros elegimos fijar nuestra atención en las capacidades que tienen las personas y en las cosas que sí pueden hacer.

1. ¿Cómo lo hacemos?

El método de trabajo se basa en dos ejes esenciales, los facilitadores y el refuerzo positivo.

Los facilitadores son los jugadores sin discapacidad que ya conocen el deporte o quieren aprender con ellos y pueden ayudar a mejorar a los otros deportistas. Se convierten en una extensión del entrenador con múltiples funciones. Se encargarán de lograr que todos los jugadores estén participando y se sientan cómodos con los ejercicios. Son un referente como modelo positivo al que imitar, tanto en lo deportivo como en lo social, facilitando la comunicación e integración con el resto de compañeros. Tiene la tarea de jugar y velar para que todos jueguen, priorizando siempre la seguridad y diversión de las personas con discapacidad. Los valores que transmiten los facilitadores son la parte fundamental del proyecto, son gente que de forma voluntaria asiste a los entrenos con la doble función de hacer deporte y ayudar a otras personas a que puedan disfrutar de los beneficios del deporte. Se crean vínculos afectivos que acaban en sinceras amistades que no podrían haberse dado sin en el eje común del deporte.

El entrenador plantea retos y cuestiones que los jugadores y facilitadores



resuelven juntos aprendiendo de modo cooperativo. Los jugadores participan en las decisiones y tienen espacio y tiempo para explicar y demostrar sus opciones. Quizás la duda que se plantea en este punto es cómo se ejecuta esto en la práctica, ¿Cómo gestiono un grupo de 30 personas con diferentes habilidades y puntos de partida? Tenemos desde jugadores en activo jugando a un nivel semiprofesional hasta gente con una movilidad muy reducida y más de 60 años. Sé que ahora mismo este dibujo no está funcionando en tu cabeza, y tampoco lo hacía en la de mucha gente, pero te garantizo que funciona.

En primer lugar, el planteamiento de los entrenos es diferente a los convencionales, hacemos varias preguntas en orden cuando planteamos la sesión, la primera y fundamental: “¿Es divertido?”. Es una rueda elemental que nunca falla, si me divierto haciendo algo quiero hacerlo más veces, cuantas más veces lo hago mejor sé hacerlo, cuanto mejor lo hago más me divierto. Una vez planteada la sesión con los contenidos físicos y los retos intelectuales volvemos a analizar si hay un elemento de diversión en cada ejercicio, y cuántas oportunidades de compartir una sonrisa hemos abierto. Una vez tienes claro el eje fundamental del entreno todas las demás piezas son fáciles de encajar, nuestro objetivo es generar entornos positivos donde surja la integración social de forma natural. Generar atletas o campeones es una consecuencia que puede darse, pero no nos ocupa. Idealmente, exceptuando el deporte profesional, creo que ese debería ser el punto de partida de cualquier proyecto deportivo, la diversión y la interacción social.

Para cualquier deportista es importantísimo el refuerzo positivo, premiamos todas y cada una de las acciones correctas por pequeñas que sean. El sentir que estás realizando una actividad con éxito y que estás progresando hace que quieras seguir realizando la actividad. Es un cambio de punto de vista, los entrenadores nos pasamos el tiempo buscando el error para corregirlo y mejorar a nuestros deportistas, el cómo transmitimos la información va desde el análisis constructivo hasta el tradicional grito y ridículo público. Ahora nos reeducamos para encontrar algo positivo y específico que recompensar, y cuanto más lo haces más fácil es de encontrar. Para algunos jugadores puede ser tan simple como haber conseguido salir del vestuario con las dos botas puestas o recordar el nombre de alguien, cada pequeño logro tiene que ser premiado y celebrado y la información tiene que ser específica. No es suficiente un “muy bien” o un aplauso general, el jugador tiene que saber exactamente porque estamos contentos con él. Y eso se aplica tanto a jugadores como a facilitadores, las



buenas prácticas siempre se tienen que destacar.

El siguiente criterio es: “¿Es seguro?”. Es una obligación para cualquier entrenador salvaguardar la integridad física y cuando se trata de personas vulnerables sigue siendo una máxima, pero hay que abordar esta obligación sin llegar a un sobre proteccionismo paternalista. Son deportistas y como cualquier persona hay algún riesgo de caerse o lesionarse, pero es un riesgo asumible considerando las recompensas que conlleva. Teniendo en cuenta cualquier factor médico previo, hay que permitir que disfruten del deporte introduciendo los retos físicos de forma progresiva y teniendo en cuenta sus particularidades y gustos.

Por último, nos preguntamos: “¿Es útil para jugar a rugby?”. Es la tercera pregunta, pero no deja de ser importante, nuestro objetivo es ser un equipo de rugby y jugar con un criterio y que comprendan el juego y su función dentro del campo. Tratándose de un deporte complejo como el rugby el proceso de aprendizaje ha de ser gradual, aportando la información necesaria en el momento en que el jugador lo requiera. Planteamos situaciones que deben resolver y descubrir las herramientas que necesitan para evolucionar. Siempre les permitimos explorar y les ayudamos a encontrar las respuestas por sí mismos, animándoles a compartir lo aprendido con los demás. Sería mucho más rápido desde el punto de vista deportivo, dar instrucciones y limitar los ejercicios para que solo hubiera un único resultado posible, pero estaríamos descuidando la parte intelectual del proceso. Lo último que nos preocupa es cuánto tardaremos en jugar a rugby, el proceso y la diversión es nuestro principal motor

Siempre estaremos preparados para progresar o regresar un ejercicio en función de cómo se vaya desarrollando o dependiendo de las habilidades de cada grupo. Las personas con discapacidad intelectual ya hacen demasiados esfuerzos por adaptarse a un mundo que funciona a un ritmo diferente al suyo, nuestro reto es crear un entorno educativo positivo en el que puedan disfrutar de sus capacidades.

No obstante hay que recordar el propósito deportivo, queremos jugar a rugby explotando al máximo nuestras capacidades y disfrutar de las satisfacciones de cualquier deportista. Queremos jugar partidos y divertirnos en torneos, nadie quiere entrenar solo por entrenar o por rellenar un hueco en la agenda ocupacional. Lo que hacemos tiene un propósito y tiene un valor,



formamos parte de un equipo y compartimos afición con muchos otros jugadores en todo el mundo.

Nuestro modelo es transferible a cualquier deporte y funcionará siempre y cuando el proyecto forme parte de un club o entidad deportiva convencional ya que sino perderíamos de vista el objetivo fundamental, la inclusión social. El rol del facilitador es esencial para entender el proyecto y requiere de una formación adecuada para entender sus funciones, del mismo modo que los entrenadores, tienen que saber cambiar el enfoque de los entrenos y gestionar tanto a los jugadores como a los facilitadores para que cada uno disfrute del deporte.

Los entrenos son inclusivos y divertidos al igual que los partidos, pero donde se vive la plena inclusión es en los viajes que hacemos para asistir a festivales y torneos. Si alguien ve el autobús desde fuera solo verá un grupo de personas divirtiéndose juntos, disfrutando de lo que nos une y aprendiendo de lo que nos diferencia.

Entiendo que este proyecto es igualmente transferible al área de la educación, planteando las clases desde un punto de vista inclusivo, teniendo en cuenta la diversidad del aula y buscando la complicidad de los facilitadores. Aun sabiendo que hay unos objetivos educativos que cumplir, para algunas personas con necesidades especiales el estar dentro del aula y sentirse apreciado y valorado está muy por encima del contenido curricular.