



Gipuzkoan ezgaitasuna duten pertsonen kirol ohiturei buruzko azterlana



Gkef FGDA

Gipuzkoako Kirol Egokituen Federazioa
Federación Guipuzcoana de Deporte Adaptado

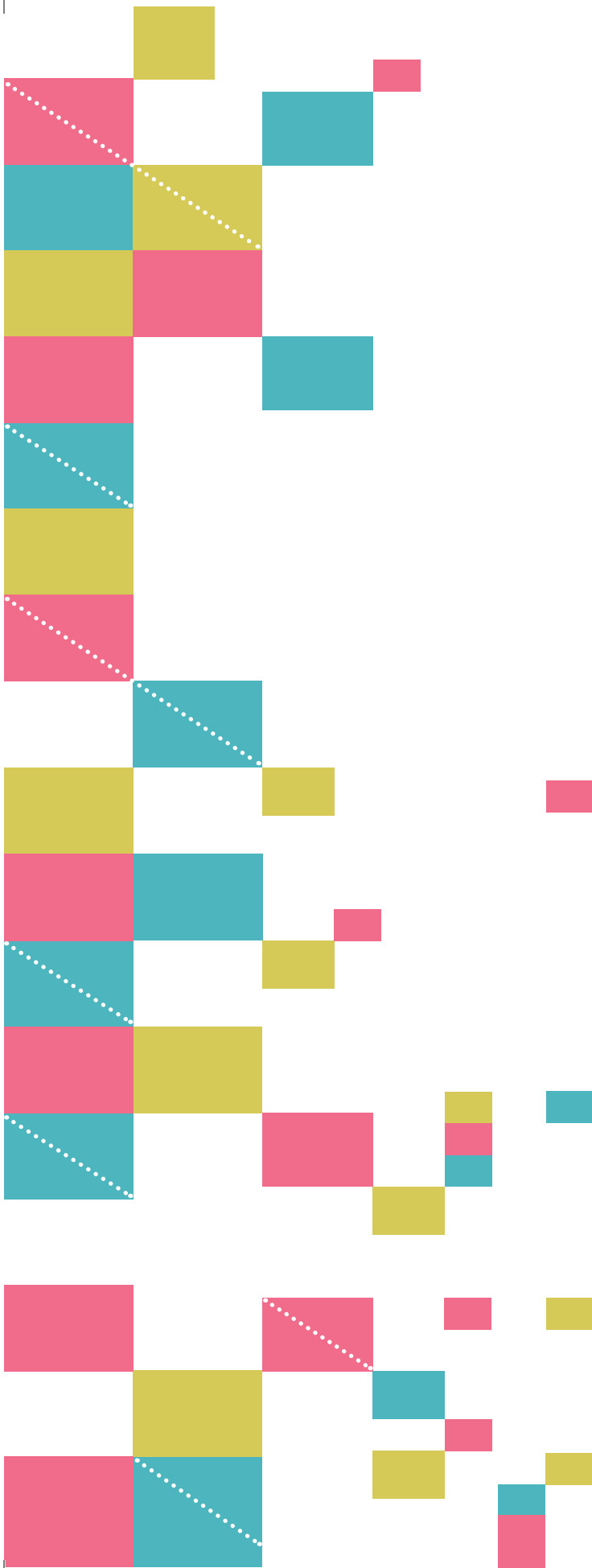


Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa

 kutxa



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO



Gipuzkoan ezgaitasuna duten pertsonen kirol ohiturei buruzko azterlana



Egileak:
Amaia Ramírez Muñóz;
Laida Sanz de Gabiña eta
Alicia Figueroa de la Paz

Gipuzkoako Kirol Egokituaren Federazioak
egin du azterketa hau



Honako hauek lagundu dute diruz:
Kutxa
Eusko Jurlaritzia
Gipuzkoako Foru Aldundia



2007ko azaroa

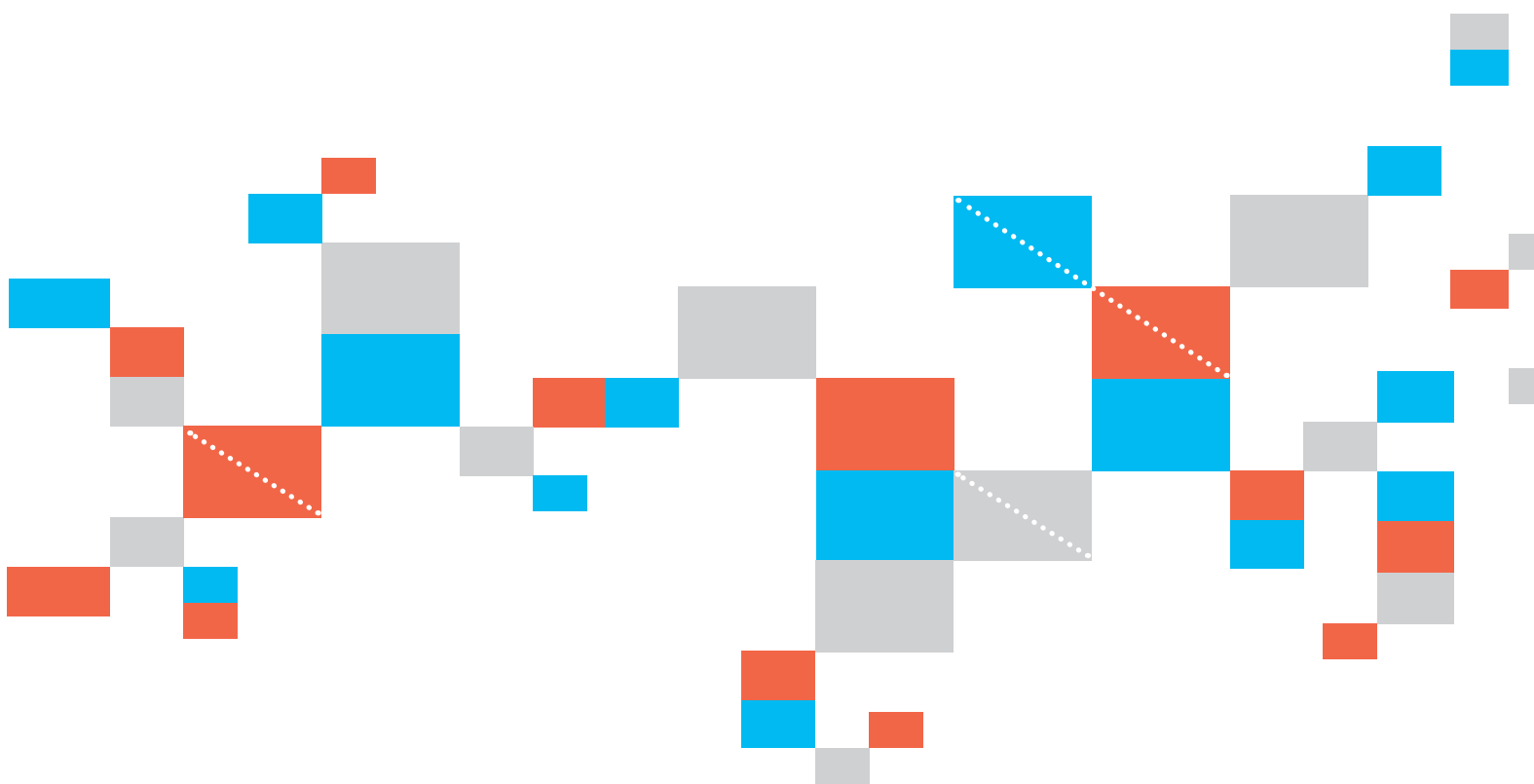
Hitzak

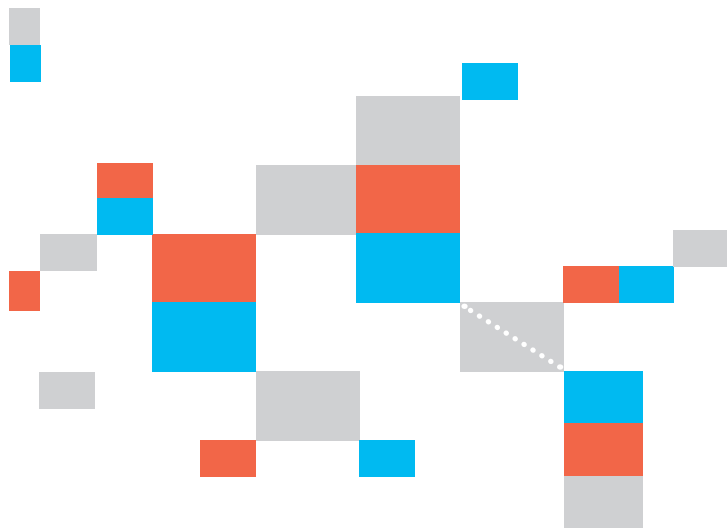
eta kontzeptuak

- **URRITASUNA DUTEN PERTSONAK:** PERSONAS CON DISCAPACIDAD
 - **EZGAITASUNA DUTEN PERTSONAK:** PERSONAS CON MINUSVALÍAS
-
- **Jarduera fisikoa edo kirola egitea:** PAFD práctica de actividad física o deportiva
 - **Entzumen urritasuna:** Discapacidad auditiva
 - **Urritasun fisikoa:** Discapacidad física
 - **Garun paralisia:** Parálisis Cerebral
 - **Ikusmen urritasuna:** Discapacidad visual
 - **Adimen urritasuna:** Discapacidad intelectual
 - **Maiztasuna:** Frecuencia
 - **Iraupena:** Duración
 - **Kirol modalitatea:** Modalidad deportiva
 - **Kirol aniztasuna:** Multideportividad

- **Urritasunik ez duten pertsonekin batera egitea jarduera fisikoa** : Inclusión
- **Urritasuna duten pertsonekin batera egitea jarduera fisikoa** : Exclusión
- **Kirol federatua/ez-federatua**: Deporte federado/no federado
- **Gizarte babesa**: Apoyo social
- **Kirola egiteari uztea**: Abandono deportivo
- **Kirola zergatik egiten duten**: Motivos de práctica

Esker ematea





Hainbat pertsona, elkarte, klub eta erakunderen laguntzari esker gauzatu ahal izan dugu lan hau. Lehenik eta behin, Gipuzkoako Foru Aldundiaren Gizarte eta Erakunde Harremanetarako Departamentua eta Kutzaren Gizarte-Ekintza eskertu nahi ditugu, eman diguten laguntzarengatik.

Eusko Jaurlaritza ere eskertu nahi dugu, egin duen diru ekarpenarengatik.

Ikerketa honek sorrarazi dituen hainbat eta hainbat beharretako bakoitzari erantzun dioten pertsona guztien partaidetza ordainezina ere aipatu nahi dugu.

Eskerrak halaber laguntza eman diguten elkarte hauetako pertsona guztiei: GIPUZKOAKO MINUSBALIATUEN KOORDINAKUNDEA, ASPACE, ATZEGI, ONCE, BERA-BERA, ARANSKI, KEMEN, DORDOKA, KONPORTA, MATIA FUNDAZIOA, GUREAK, AGAER, MINER, etab..

Hasiera batean gauzatzea oso zaila zirudien proiektu hau aurrera atera zedin beren hondar alea jarri duten guztiei ere eskerrik asko.

Eta azkenik, eskerrak eman nahi dizkiegu bereziki espiritu borrokalaria erakutsiz proiektu honetan parte hartu duten kirolari guztiei eta kirolari ez diren gainerakoei ere bai. Esan gabe doa Gipuzkoako Kirol Egokituaren Federazioarekin elkarlanean jarraituko dutela gauzatu nahi ditugun “utopia” guztietan.



Aurkibidea

● HITZAK ETA KONTZEPTUAK	4
● ESKER EMATEA	6
● TAULEN ZERRENDA	10
● IRUDIEN ZERRENDA	12
● LABURPENA	14
● SARRERA	17
● METODOLOGIA	22
1. LAGINA	22
2. DISEINUA	24
3. ALDAGAIK ETA BALIABIDEAK	24
4. PROZEDURA	25
● EMAITZEN AZTERKETA	26
● JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEA BALDINTZATZEN DUTEN ALDAGAIK	27
● 1.1 Kirola egitearen garrantzia	27
● 1.2 Kirola egiten ematen duten denbora	29
● 1.3 Parte-hartzea ehunekotan	31
● 1.4 Kirola egiteari uztea	33
● 1.5 Jarduera egitearen zergatiak	34
● 1.6 Jarduera ez egitearen zergatiak	37
● 1.7 Gizarte babesa	40
● 1.7.1 Lagunak	40
● 1.7.2 Familia	42
● 1.8 Teknikarien prestakuntza mailari buruzko pertzepzioa	44
● 1.9 Instalazioen egokitzeari buruzko pertzepzioa	45

● JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEAREN EZAUGARRI NAGUSIAK	47
● 2.1 Jarduera fisikoa eta kirola modu osasungarrian egiten ote duten neurtzea	47
● 2.1.1 Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna, saioaren iraupena eta egunak	49
● 2.1.1.1 Jarduerearen maiztasuna	49
● 2.1.1.2 Saioaren iraupena	51
● 2.1.1.3 Saio-egunak	53
● 2.2 Gehien egiten den kirol modalitatea urritasun motaren arabera	55
● 2.2.1 Entzumen urritasuna	55
● 2.2.2. Urritasun fisikoa	56
● 2.2.3. Garun paralisia	57
● 2.2.4. Ikusmen urritasuna	58
● 2.2.5. Adimen urritasuna	59
● 2.3 Kirol aniztasuna	60
● 2.4 Jarduerearen gidaritza	62
● 2.5 Urritasunik ez duten pertsonekin/pertsonengandik aparte egitea jarduera	64
● 2.6 Kirol federatua/ ez-federatua	66
● 2.7 Hizkuntza	68
● KONKLUSIOAK	70
● ETORKIZUNEKO IKERKUNTZA ILDOAK	75
● BIBLIOGRAFIA	76



Taulen zerrenda

1. JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEA BALDINTZATZEN DUTEN ALDAGAIK

#1	• Jarduera fisikoa eta kirola egiteak duen garrantziari buruzko pertzepzioa urritasun motaren arabera	28
#2	• Zona bakoitzean jarduera fisikoa eta kirola egiteak duen garrantziari buruzko pertzepzioa	29
#3	• Kirola egiten ematen duten denbora eskualdearen arabera	30
#4	• Kirola egiten ematen duten denbora urritasun motaren arabera	31
#5	• Jarduera fisikoa eta kirola egin duten baina gaur egun egiten ez duten pertsonen ehunekoa	33
#6	• Jarduera bat egiteko hautatu dituzten zergatiak urritasun motaren arabera	35
#7	• Jarduera bat egiteko hautatu dituzten zergatiak eta geografia eskualdea	36
#8	• Jarduera bat ez egiteko hautatu dituzten zergatiak urritasun motaren arabera	38
#9	• Geografia zonaren arabera, jarduera bat ez egiteko hautatu dituzten zergatiak	39
#10	• Lagunen babesa jarduera fisikoa eta kirola egitean, eta urritasun mota	41
#11	• Lagunen babesa jarduera fisikoa eta kirola egitean, eta eskualdea	41
#12	• Familiaren babesa jarduera fisikoa eta kirola egitean, eta urritasun mota	43
#13	• Familiaren babesa jarduera fisikoa eta kirola egitean Gipuzkoako eskualdeen arabera	43
#14	• Instalazioen egokitzeari buruzko balorazioa urritasun motaren arabera	45

2. JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEAREN EZAUGARRI NAGUSIAK

#15 ●	Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna urritasun motaren arabera	49
#16 ●	Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna eskualdearen arabera	50
#17 ●	Jarduera fisiko eta kirol saioen iraupena urritasun motaren arabera	52
#18 ●	Jarduera fisiko eta kirol saioen iraupena eskualdearen arabera	52
#19 ●	Jarduera fisikoa eta kirola zein unetan egiten duten eskualdearen arabera	53
#20 ●	Jarduera fisikoa eta kirola zein unetan egiten duten urritasun motaren arabera	54
#21 ●	Entzumen urritasuna duten pertsonak gehien egiten duten kirola	55
#22 ●	Urritasun fisikoa duten pertsonak gehien egiten duten kirola	56
#23 ●	Garun paralisia duten pertsonak gehien egiten duten kirola	57
#24 ●	Ikusmen urritasuna duten pertsonak gehien egiten duten kirola	58
#25 ●	Adimen urritasuna duten pertsonak gehien egiten duten kirola	59
#26 ●	Jardueraren gidaritza urritasunaren arabera	63
#27 ●	Jardueraren gidaritza eskualdearen arabera	63
#28 ●	Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa eskualdeen arabera	65
#29 ●	Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa eta urritasun motak	65
#30 ●	Kirol federatua /ez-federatua urritasun motaren arabera	67
#31 ●	Kirol federatua /ez-federatua Gipuzkoako eskualdeen arabera	67
#32 ●	Jarduera fisikoa eta kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza eta urritasun mota	69
#33 ●	Jarduera fisikoa eta kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza Gipuzkoako eskualdeen arabera	69

Irudien zerrenda

JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEA BALDINTZATZEN DUTEN ALDAGAIAK

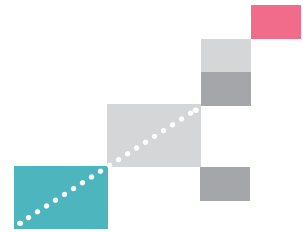
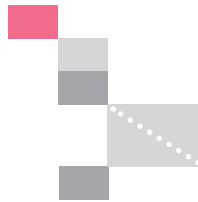
#1	● Jarduera fisikoa eta kirola egiteak urritasuna duten pertsonengan duen garrantziari buruzko pertzepzioa	27
#2	● Jarduera fisikoa eta kirola egiteak duen garrantziari buruzko pertzepzioa generoaren arabera	28
#3	● Kirola egiten ematen den denbora lagin osoan	29
#4	● Kirola egiten ematen den denbora generoaren arabera.	30
#5	● Kirolean parte hartzen dutenen ehunekoa hautatutako laginean	31
#6	● Kirolean parte hartzen dutenen ehunekoa generoaren arabera	31
#7	● Kirolean parte hartzen dutenen ehunekoa urritasun motaren arabera	32
#8	● Kirolean parte hartzen dutenen ehunekoa eskualdearen arabera	32
#9	● Kirola egiteari uzten diotenen ehunekoa	33
#10	● Kirola egiteari uztea eta generoa	33
#11	● Jarduera bat egiteko hautatu dituzten zergatiak	34
#12	● Jarduera bat egiteko hautatu dituzten zergatiak generoaren arabera	35
#13	● Jarduera ez egiteko hautatu dituzten zergatiak	37
#14	● Jarduera ez egiteko hautatu dituzten zergatiak generoaren arabera	37
#15	● Lagunen babesa, urritasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean	40
#16	● Lagunen babesa jarduera fisikoa eta kirola egitean, eta generoa	40
#17	● Familiaren babesa jarduera fisikoa eta kirola egitean	42
#18	● Familiaren babesa jarduera fisikoa eta kirola egitean eta generoa	42
#19	● Teknikarien prestakuntza mailari buruzko pertzepzioa lagin osoan	44
#20	● Teknikarien prestakuntza mailari buruzko pertzepzioa kirolarien generoaren arabera	44
#21	● Instalazioen egokitzeari buruzko balorazioa lagin osoan	45

JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEAREN EZAUGARRI NAGUSIAK

#22	● Jarduera fisikoa eta kirola egitearen egokitzapena lagin osoan	47
#23	● Jarduera fisikoa eta kirola egitearen egokitzapena generoaren arabera.	48
#24	● Jarduera fisikoa eta kirola egitearen egokitzapena urritasun motaren arabera.	48
#25	● Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna	49
#26	● Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna generoaren arabera	50
#27	● Saioaren iraupena	51
#28	● Jarduera fisiko eta kirol saioen iraupena	51
#29	● Jarduera fisikoa eta kirola egiteko unea	53
#30	● Jarduera fisikoa eta kirola egiteko unea generoaren arabera	54
#31	● Kirol aniztasuna lagin osoan	60
#32	● Kirol aniztasuna	60
#33	● Kirol aniztasuna eskualdearen arabera	61
#34	● Kirol aniztasuna eta urritasun mota	61
#35	● Jardueraren gidaritza	62
#36	● Jardueraren gidaritza generoaren arabera	62
#37	● Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa	64
#38	● Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa, generoaren arabera	65
#39	● Kirol federatua /ez-federatua lagin osoan	66
#40	● Kirol federatua /ez-federatua generoaren arabera	66
#41	● Jarduera fisikoa eta kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza	68
	● Jarduera fisikoa eta kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza eta generoa	68

Laburpena





Ikerketa honen helburu nagusia da Gipuzkoan ezgaitasuna duten pertsonen kirol ohiturak zehatz-mehatz aztertzea. **Jarduera fisikoa eta kirola egitearekin lotura duten bi arlo nagusitan bihurtzen da eragingarri** bildu dugun informazioa: **Jarduera fisikoa eta kirola egitea baldintzatzen duten aldagaiak** eta **Jarduera fisikoa eta kirola egitearen ezaugarri nagusiak**.

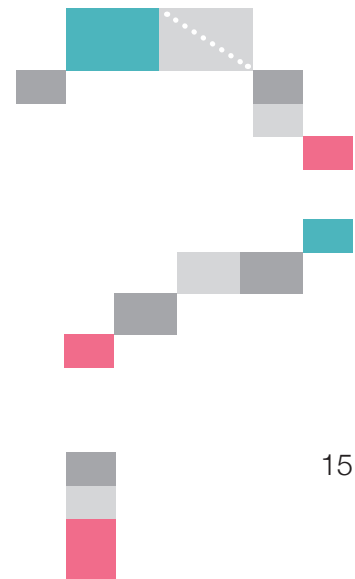
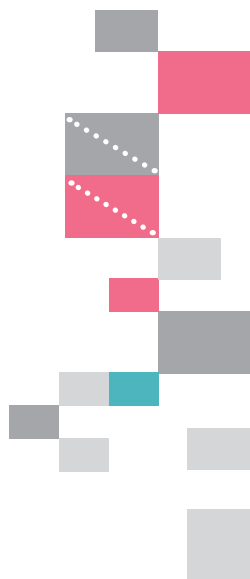
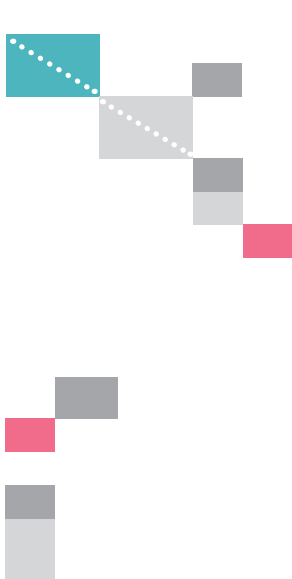
Aztertu dugun biztanlerian hainbat urritasun mota daudenez, ikerketa honen erronketako bat honako hau izan da: urritasun bakoitzaren beharrak neurtzeko tresna egoki bat sortzea, aldi berean fidagarritasun bermeak emango dituen eta emaitzen inferentziari dagokionez baliagarri izango dena.

Estatuan ezgaitasuna duten pertsonen kirola bost federaziotan egituratzen da, eta

federazio horietako bakoitza hartu dugu aintzat aztertutako urritasun mota desberdinak sailkatzeko: **Garun paralisia, Ikusmen urritasuna, Entzumen urritasuna, Urritasun Fisikoa eta Adimen urritasuna**.

Ikerketa honetan 629 pertsonak parte hartu dute, eta horietatik 572k betetzen zuten % 33koa baino urritasun handiagoren bat izateko baldintza. Ondoko irizpideetan geruzaturiko aukeren diseinuari jarraituz hautatu dugu lagina: **Urritasun mota, generoa** eta **Pertsona elkarrizketatua bizi den eskualdea**.

Ezgaitasuna duten pertsonak jarduera fisikoa eta kirola egitera bultzatuko dituzten esku-hartze plan berezituak gauzatzeko abiapuntu dira emaitza hauek, baita haiei egiten zaien eskaintza kalitate handiagokoa izatea ekarriko duten ikerkuntza proiektuak gauzatzeko ere.



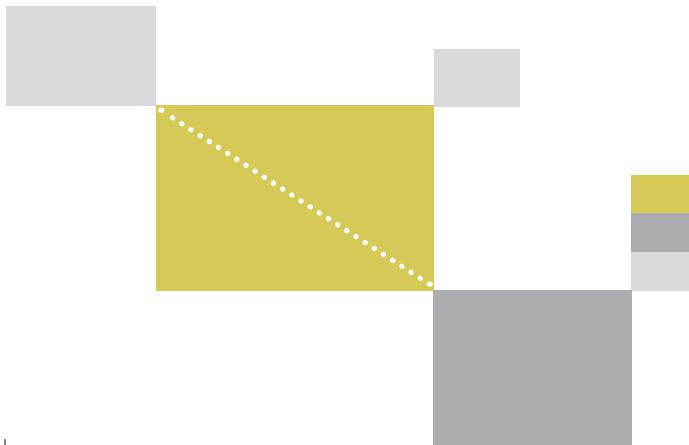



Sarrera



Jarduera fisiko bat edo kirol jarduera bat erregulartasunez, modu iraunkorrean eta egoki eginda, osasun fisikoa eta psikologikoa hobetzen dira, eta bizi-kalitateak nabarmen egiten du gora. Alderdi fisikoari dagokionez, kirola egiteko ohitura izateak bizimodu osasungarriagoa egitera eramaten du pertsona, eta era horretan murriztu egiten dira sedentario izateari loturik dauden arriskuak (*Dishman, y cols., 1985; en Prieto, 2003*). Alderdi psikologikoari dagokionez, berriz, hauek dira laburbilduta ondorio nagusiak: pertsona hobeto sentitzen da bere gorputzarekin, eta autoestimua, oro har, areagotu egiten da, batez ere nerabeen artean (*Fox, 2000*). Goldberg-en arabera (1995), urritasuna duten pertsonen ere nabaritzen dituzte onura hauek, eta askotan gainera onura handiagoak izaten dira pertsona horien kasuan, batez ere inguruan izan ohi duten babesarengatik. Hori dela eta, jarduera fisiko batean eta/edo lehiaketa batean partaide izateak garrantzi handia du, eta ez

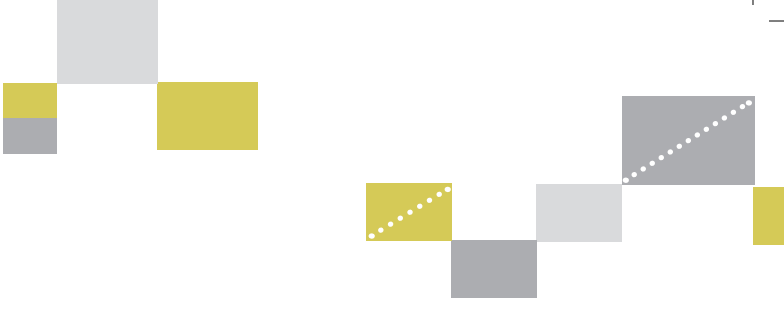
bakarrik sasoian egoteak dakarren onura fisikoarengatik, baizik eta ezgaitasuna duen pertsona onartua eta errespetatua sentitzen delako, eta prestigio soziala dakarkiolako (*Croucher, 1976; Dendy, 1978; en Caus Nuria, Gutiérrez Melchor, 2001*). Ikuspuntu honetatik ikusita, ezgaitasuna duen pertsona instituzioetatik atera eta gizarteratzeko tresna bihurtzen da kirola (*Ross, 1983*), horren gainean egin diren zenbait azterketak jasotzen duten bezala (*Ancioni, 1998; Castagno, 2001; eta Wrigh, 1986; eta Dykens 1996; (en Weiss et al., 2003)*). Hala ere, jarduera fisikoren bat edo kirolen bat egitea oso onuragarria dela agerikoa den arren, ezgaitasuna duten pertsonen artean, gaur egun, oso gutxik egiten dute jarduera fisikoren bat (*Doll -Tepper -1992*). Eta datu hau ezgaitasunik ez duten pertsonekin alderatzen badugu, are nabarmenagoa eta deigarriagoa da (*Ashton- Shaeffer et al, 2001; Brown-Gordon, 1987, Doll-Tepper, 1995; en Caus Nuria, Gutiérrez Melchor, 2001*)



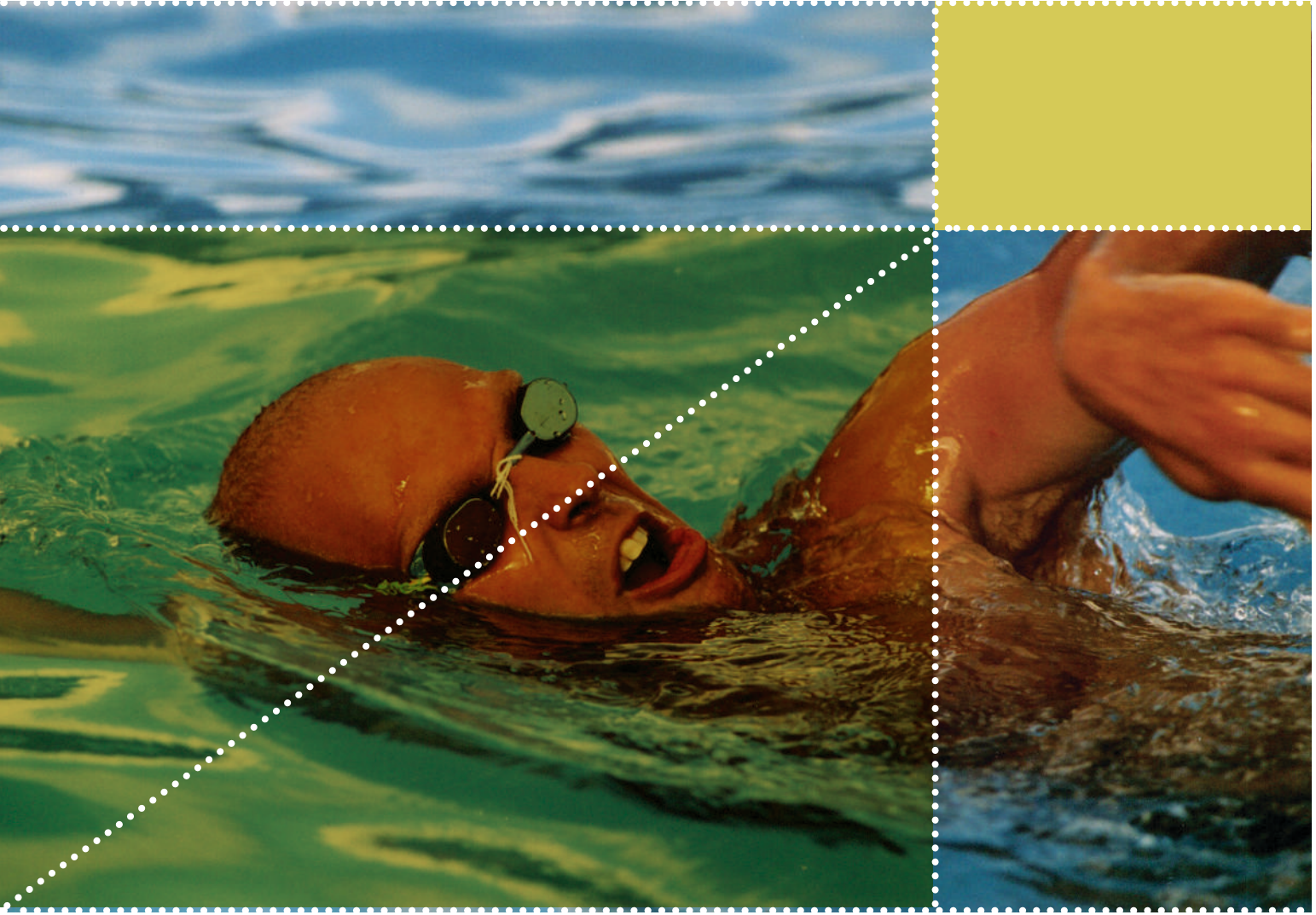
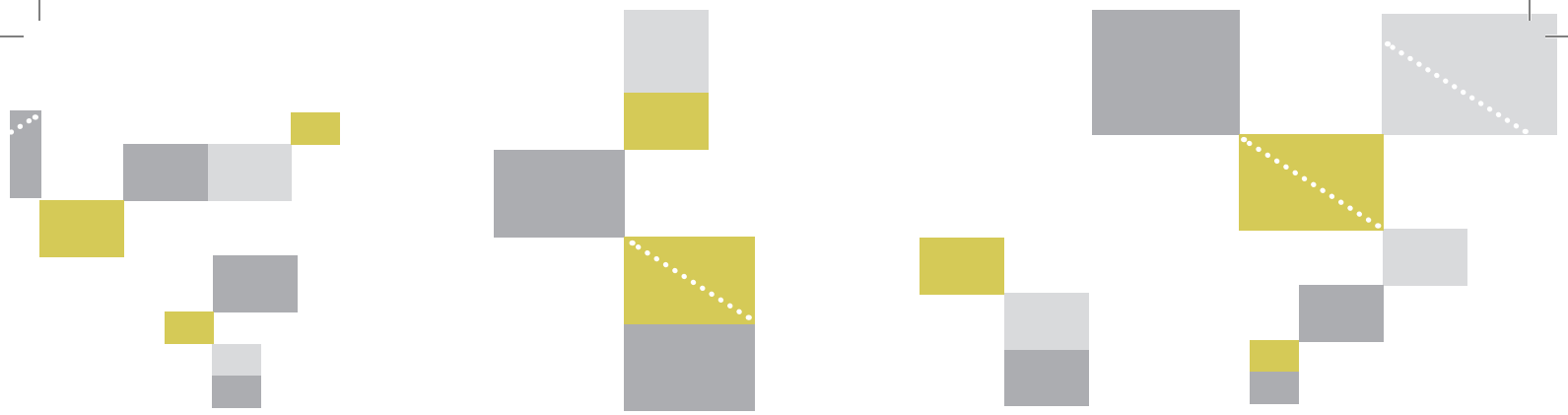



Pertsona bat kirola edo jardueraren bat egiteari lotzea motibazioaren eta jarduerarekiko duen interesaren baitan dago, hein handi batean. Ezgaitasun fisikoa duten pertsonen lagin batekin egindako azterketa batek erakusten duenaren arabera, kirola egiteko zergatien artean kirolari gehienek forma fisikoari edo sasoiari eustea eta norbere burua gainditzea aipatzen dituzte, eta bi zergati horietatik oso urrun agertzen dira beren urritasunarekin lotutako zergatiak. Era berean, azterketa horretan adierazten da adinari eta ezgaitasun portzentajeari dagokienez sexuen asteko bereizketarik ez badago ere, gizonezkoek daramatela denborarik gehien beren kirol nagusia praktikatzeko, eta haiek ematen dutela denborarik gehien entrenatzen. Egileak honako hau ere aipatzen du: litekeena dela hori guztia kultur faktoreen edo kirola sustatzeko moduaren ondorio izatea, batez ere gizonezkoen artean bultzatzen baita, emakumezkoak alde batera utzita (*Arbinaga, 2003*).

Oro har, ezgaitasuna duten pertsonen jardueraren fisikoa edo kirola egiteko aipatzen dituzten zergatiak ezgaitasunik ez duten pertsonen aipatzen dituzten berberak dira (*Brasile, 1991; Caus 2000 eta White & Duda 1993, en Caus, 2001*). Orobat, kirolaren bidez lortu nahi diren balioak, edo kirola egitean agertzen direnak, eta haiekiko jarrera, berberak dira pertsona guztientzat, ezgaitasuna izan edo ez. Ezgaitasuna duten pertsonen, ordea, kirola egiteko aukera oso mugatua izan dute, eta



oraindik ere batzuek aukera oso mugatua dute. Horren adibide da Caus-ek (2001) eman zigun datua: "LOGSE indarrean sartu arte, ezgaitasuna zuten pertsona gehienak salbuetsita zeuden Heziketa Fisikoko ikasgaitik, eta ikasgaiaren parte hartu zutenek esperientzia txarra edo oso txarra bizi izan zuten". Parte-hartze txiki hau argudiatzeko emandako arrazoiaren artean daude jardueraren egin ahal izateko zailtasun ekonomikoak, kirol eskaintza gabezia edo eskaintzarik eza, eta ezgaitasuna duten pertsonen jardueraren fisikoa erdizka eta normaltasunez egin dezaten ahalbidetzeko jarrera anbiguoak eta pobreak (*Caus, 2000; en Caus, 2001*). Ildo horretan, Rollins-ek eta Nichols-ek (1994; *en Caus, 2001*) honako hau gehitzen dute: onurei buruzko kontzientziarik ez izatea eta ondorio onik ez dakarrela uste izatea. Orain arte, testuinguru honetan egin diren azterketak ondoko gaietan oinarritu dira batez ere: jardueraren fisikoa edo kirola egiteak ekartzen dituen onurak, edo motibazioa, jardueraren fisikoa edo kirola egiteari buruzko interesa, parte-hartze maila, kirola egiteari uztea eta abar bezalako faktore psikosozialagoak. Aldagai horiek guztiak, eta ikerketa hau gauzatzeko aintzat hartu ditugun beste batzuk, "Jardueraren fisikoa edo kirola egitea baldintzatzen duten aldagaiak" izeneko atalean jaso ditugu. Eta horiek aztertzea izan da ikerketa honi jarri genion lehen helburuetako bat. Baina, nolakoa da ezgaitasuna duten






pertsonen jarduera fisikoa eta kirola? Nola administratzen da jardun hori? Zein egoeratan gauzatzen da? Zein maiztasunekin? Alderdi horiei guztiei dagokienez, urritasun mota batetik bestera zer alde dago? Besteak beste, galdera horiek erantzutea da gure asmoa proiektu honi heltzean, eta azterketa honen zatirik garrantzitsuena osatzen dute.

Hau da, ikerlan honen helburuen artean bigarrena zera da: ezgaitasuna duten pertsonen nola egitean duten jarduera fisikoa eta kirola aztertzea; hartara, onura fisikoak eta psikologikoak lortzeko beharrezko diren kalitate irizpideak zenbateraino betetzen diren jakingo dugu.

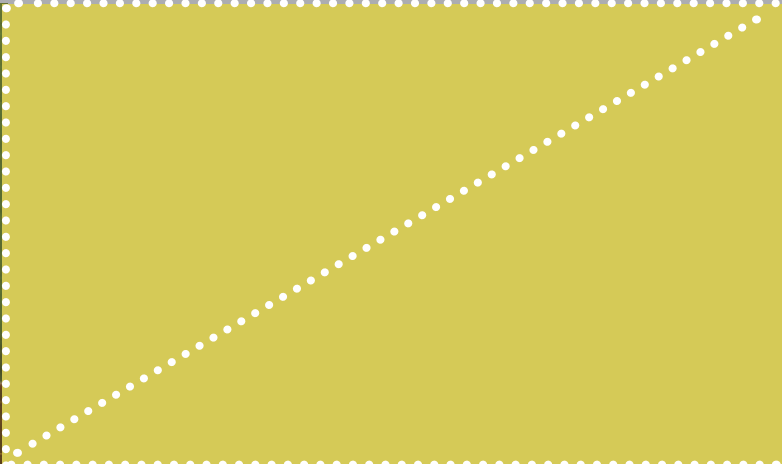
Xede horrekin, eta behin gaiaren gaineko bibliografia bildu eta aztertu ondoren, jarduera fisiko edo kirol jarduera osasungarria zer den zehazteko irizpide batzuk ezarri ditugu; ondoko lerroetan definitu dugu hori guztia.

Egoera aerobiko hobezina lortzeko (egoera fisiko osasungarria), ***Kirol Medikuntzaren Eskola Amerikarrak*** ariketa fisikoa modu mailakatuan egitea gomendatzen die ezaugarri hauek dituzten pertsona osasuntsuei: banakoaren gehieneko maiztasun kardiakoaren % 60-90eko maiztasun kardiakoa, 20-60 minutu jarraian edo tarteka jardunda, astean gutxienez 3 aldiz (American College of Sports Medicine, 1995 en Cooper, R. A., L. A. Quatrano; 1999). Heath-ek eta Fentem-ek (1997) diotenez, jarduera fisikoa erregularitasunez



egiteak ezgaitasuna duten pertsonen egoera funtzionala eta bizi kalitatea ontzen ditu. Dena dela, ez dago argi zenbat eta nola egin behar den, aipatutako helburuak erdiesteko. Hori dela medio, eta herritar hauei buruz ikerlan espezifikorik ez zegoenez, jarduera fisikoa eta kirola egoki egiten ote duten neurtzeko ***American College of Sports Medicine***-k herritarrentzat oro har iradokitzen dituen irizpideak baliatu ditugu. Hori bai, ***American College of Sports Medicine***-k aintzat hartzen dituen hiru irizpideetatik soilik bi aztertu ditugu: jardueraren iraupena eta maiztasuna; entrenamenduen zama eta intentsitatea aztertzerik ez dugu izan lan honetan.

Aurretik aipatu dugun dena laburbilduz zera esan daiteke: ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoari eta kirol ohiturei buruz orain arte egin diren azterketek ohitura horien ikuspegi desberdin batzuk jasotzen dituzte, baina eremu oso zabala da eta hainbat eta hainbat alor garrantzitsu, herritar hauen parte-hartzea bultzatzeko plangintzak prestatzerakoan ezinbestekoak, aintzat hartu gabe daude. Hori dela eta, kirol ohiturekin lotutako alderdi guztiak ebaluatu nahi izan ditugu ikerketa proiektu honetan; izan ere, baliozko informazioa izan daiteke bai ikerketaren ikuspuntutik begiratuta, bai ezgaitasuna duten pertsonen beharrei erantzungo dieten egitasmo egokiak prestatzeko epe motzera.



Metodologia

LAGINA

1 Azterketa hau egiteko, 16 urtetik 65 urtera bitarteko herritar gipuzkoarrak hartu ditugu aintzat, Gipuzkoako Foru Aldundiaren 2005eko apirilaren 20ko erroldaren arabera, ondoko urritasunen bat daukatenak: *garun paralisia, entzumen, ikusmen, adimen urritasuna* edo *urritasun fisikoa*; eta horretaz gain, kirol, kultur, osasun edo aisialdi talde edo erakunderen batean parte hartzen dutenak. Dauzkaten zailtasunak direla-medio etxetik irteterik ez duten pertsonengana ezin izan gara iritsi. Kontuan izan behar da hein batean besteren menpe dauden pertsona hauekin bat egitea ezinezkoa izan dela gure azterketa hau gauzatzean. Gipuzkoako eskualderen batean bizi diren 571 lagunek osatzen dute lagin hautatua, eta beren borondatez parte hartu dute ikerlan honetan.

Lagina hautatzeko irizpideak hiru kategoriatan oinarriturik daude:

.....

1 • Sexua

Gizonezkoa / Emakumezkoa

2 • Bizilekua

Donostialdea

Tolosaldea

Goierrri

Urola

Deba

Bidasoa

3 • Urritasun mota

Garun paralisia

Ikusmena

Entzumena

Fisikoa

Adimena

Herritar talde honetan guztira 12.154 pertsona daude, zehaztutako urritasun motaren bat dutenak; laginaren akats metatua % ± 5 da, eta fidagarritasuna, beraz, % 95,5koa. Herritar talde mugatu batetik hartutako lagina zehazteko Taularen arabera, ehuneko bat, bi, hiru, lau, bost eta hamarreko akats tarte baterako, p hipotesia= % 50 (Arkin eta Colton, Tables for statisticians), 571 pertsonako lagina ezarri genuen, guztiak ere aurretik zehaztutako baldintzak betetzen zituztenak.

Azterketa honetako laginaren osakerari buruzko datuak jaso ditugu hemen, ezarritako irizpideen arabera.

GENEROA	URRITASUNA	ESKUALDEA						
		DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA	GUZTIRA
Gizonezkoa	Entzumena	3	15	3	8	2	4	35
	Fisikoa	6	38	3	9	2	6	64
	Garun paralisia	8	31	6	3	2	5	55
	Adimena	8	50	3	12	14	9	96
	Ikusmena	1	35	2	6	1	5	50
	Guztira	26	169	17	38	21	29	300
Emakumezkoa	Entzumena	1	12	3	0	1	3	20
	Fisikoa	6	45	4	8	3	7	73
	Garun paralisia	9	22	4	1	4	3	43
	Adimena	7	46	9	17	11	8	98
	Ikusmena	1	27	3	2	2	2	37
	Guztira	24	152	23	28	21	23	271

2 DISEINUA

Azterketa hau egiteko diseinu deskribatzailea eta zeharkako metodologia erabili ditugu.

3 ALDAGAIK ETA TRESNAK

“Gipuzkoako herritarren kirol ohiturei buruzko azterlana – A-4 proiektua” (Arruza y col. 2001) oinarri hartuta prestatu dugu azterketa gauzatzeko tresna. Tresna hori hartu dugu erreferentzia puntutzat aukera ematen duelako gerora, herritar guztien gainean egindako azterketaren emaitzak urritasuna duten pertsonen azterketaren emaitzekin alderatzeko. Tresna honen bidez, Gipuzkoan urritasuna duten pertsonak zer kirol ohitura dauzkaten zehatz-mehatz aztertu nahi izan dugu.

Hain zuzen ere, tresna honen bidez ebaluatutako aldagaiak atal hauetan gauzatzen dira:

Aldagai soziodemografikoak eta sozioekonomikoak

- Bizilekua duen udalerrria eta herria
- Egoera zibila
- Familiako kide kopurua
- Ikasketa maila
- Lanbide mota

Urritasunaren aldagai espezifikoak.

- Mota
- Urritasun portzentajea
- Menpekotasun maila
- Urritasunaren jatorria

Jarduera fisikoa eta kirola egitea baldintzatzen duten aldagaiak

Atal honetan zenbait adierazle jaso ditugu, denak ere jarduera fisikoa eta kirola egitea erraztu lezaketen eragileak.

- Jarduera fisikoa eta kirola egitearen garrantzia
- Dedikazioa
- Parte-hartze portzentajea
- Kirola egiteari uztea
- Jarduera egitearen zergatiak, eta jarduera ez egitearen zergatiak
- Gizartearen babesa
- Teknikarien eta instalazioen prestakuntza maila hautematea.

Jarduera fisikoa eta kirola egitearen aldagai nagusiak

Kirol ohituraren beraren egitura definitzen duten aldagaiak aztertu ditugu atal honetan.

- Jarduera fisikoa eta kirola egitea osasungarri izan dadin doitzea; maiztasuna, iraupena eta kirola egiteko egunak
- Gehien egiten den kirola urritasun motaren arabera
- Kirol aniztasuna
- Jarduerearen gidarritza
- Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera Federatua/ez-federatua
- Saioan erabiltzen den hizkuntza

4 PROZEDURA

Aurkezten ari garen proiektua 2004ko azarotik eta 2006ko abuztura bitartean gauzatu genuen. Honako hiru zati hauetan banatu genuen lana.

A. Lehenengo zatia

2004ko urritik 2005eko martxora bitartean gauzatu genuen lehen zatia. Erabili behar genuen tresna diseinatzea eta haren fidagarritasuna nahiz balioa ebaluatzea izan zen helburua.

Ondoko eginkizunak burutu genituen:

- Azterketan erabiltzeko tresna diseinatu
 - Datuak bildu espezifikatutako herritar taldearen lagin murriztu batekin
 - Bildutako datuak aztertu eta erabilitako tresnaren fidagarritasuna nahiz balioa ebaluatu
 - Tresnari azken idatzia eman
-

B. Bigarren zatia

2005eko martxotik 2006ko uztaileira bitartean gauzatu genuen bigarren zatia.

Ondoko eginkizunak burutu genituen bigarren zati honetan:

- Laginarekin harremanetan jarri
 - Datuak bildu
-

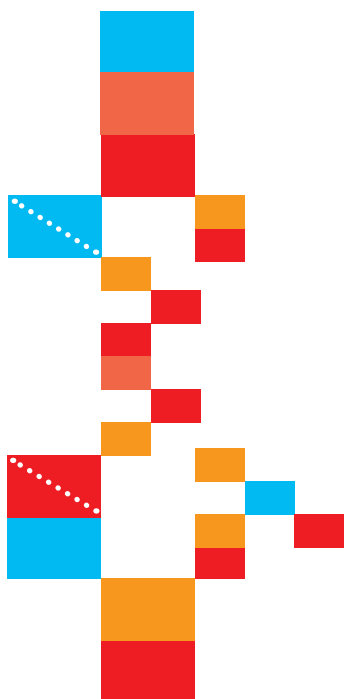
C. Hirugarren zatia

2006ko uztailetik 2006ko azarora bitartean gauzatu genuen hirugarren zatia.

- Datuak aztertu
 - Gipuzkoan ezgaitasuna duten pertsonen egungo kirol egoerari buruzko azken txostena landu eta prestatu
-

Bai lehen zatian bai bigarreanean, elkarrizketa egituratu baten bidez egin zen datu bilketa, bertatik bertara. Lan hori aurrera eramateko, urritasun motaren arabera ezaugarri bereziak zituzten 12 laguntzaile prestatu genituen.

Emaitzen azterketa



Jarraian aurkezten dugun emaitzen azterketa hainbat ataletan antolatu dugu, eta atal guztiak daude zuzenean edo zeharka azterketaren xede den arloarekin lotuta.

Ezgaitasuna duten pertsonen- kirolariak izan edo ez- jarduera fisikoa eta kirola egitea zeharka baldintzatzen duten faktoreak deskribatu ditugu lehenbizi. Atal honetan honako alderdi hauek aztertzen dira, besteak beste: motibazioa, interesa, urritasuna duten pertsonen jasotzen duten gizarte babesa kirola egiteari dagokionez, jarduera fisikoa egitearen garrantzia eta abar.

Kirol ohiturarekin berarekin lotura duten datuak deskribatu ditugu ondoren: parte-hartzea, maiztasuna, iraupena, jarduera mota eta abar. Aurreko puntuetako bakoitzean lau ikuspuntutatik egindako analisisa eskaintzen da: biztanleria oro har, generoa, geografia eskualdea eta urritasun mota.

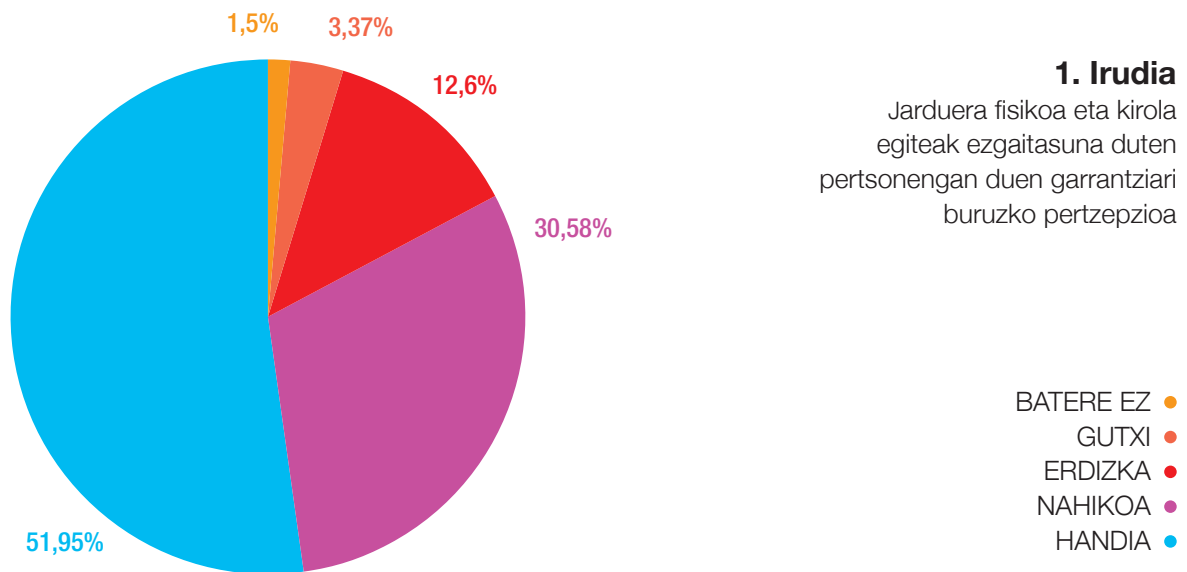


1. JARDUERA

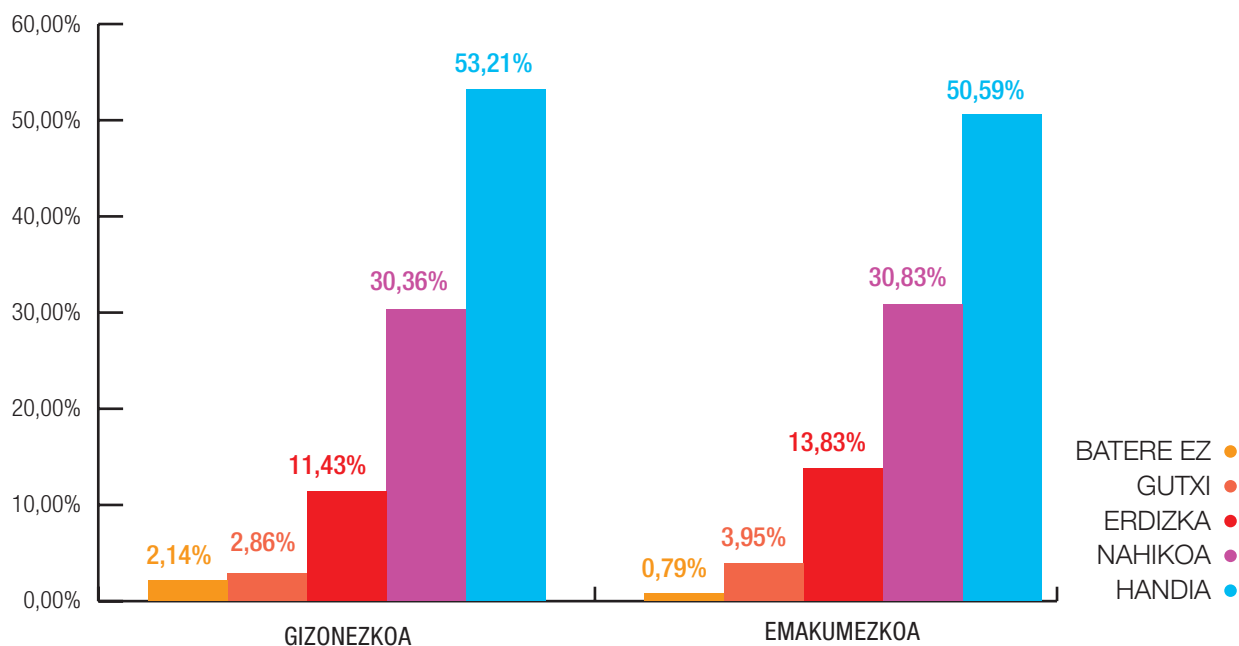
Jarduera fisikoa eta kirola egiteko interesarekin lotutako adierazle desberdinak aztertu ditugu atal honetan: *jarduera fisikoa eta kirola egitearen garrantzia, dedikazioa, parte-hartze portzentajea, kirola egiteari uztea, jarduera egitearen zergatiak eta jarduerarik ez egitearen zergatiak.*

1.1 KIROLA EGITEAREN GARRANTZIA

Bildutako emaitzen arabera, elkarrizketatutako pertsonen % 82,53k jarduera fisikoa eta kirola egitea "nahiko garrantzitsua" edo "garrantzi handikoa" bezala baloratzen dute. Elkarrizketatuen % 4,88k soilik adierazten dute jarduera egitea ez dela "batere" garrantzitsua, edo jarduera egiteak garrantzi "txikia" duela.



Generoari gagozkiola, nola gizonezkoek hala emakumezkoek (% 83,57 eta % 81,52 hurrenez hurren) uste dute jarduera fisikoa eta kirola egitea "garrantzi handikoa" edo "nahiko garrantzitsua" dela. Zehatzago azalduta, gizonezkoen % 53,21en ustez "garrantzi handikoa" da, eta 30,36en ustez "nahiko garrantzitsua"; emakumezkoen kasuan % 50,59ren ustez "garrantzi handikoa" da, eta 30,83ren ustez "nahiko garrantzitsua".



2. Irudia: Jarduera fisikoa eta kirola egiteak duen garrantziari buruzko pertzepzioa generoaren arabera.

Urritasun mota edozein dela ere, aipatzekoa da elkarriketatutako pertsona gehienek ustez jarduera fisikoa eta kirola egitea "nahiko garrantzitsua" edo "garrantzi handikoa" dela: entzumen urritasuna duten pertsonak (%77,78), urritasun fisikoa (% 81,35), garun paralisia (% 93,40), adimen urritasuna (% 77,10) eta ikusmen urritasuna (% 88,00).

Baloraziorik onena garun paralisia duten pertsonen eman diote, % 68,13k esan dute "garrantzi handikoa" dela

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Batere ez	3,70%	1,49%	1,10%	1,12%	1,33%
Gutxi	3,70%	2,99%	1,10%	5,03%	2,67%
Erdizka	14,81%	14,18%	4,40%	16,76%	8,00%
Nahikoa	35,19%	30,60%	25,27%	30,73%	33,33%
Handia	42,59%	50,75%	68,13%	46,37%	54,67%

1. Taula: Jarduera fisikoa eta kirola egiteak duen garrantziari buruzko pertzepzioa urritasun motaren arabera.

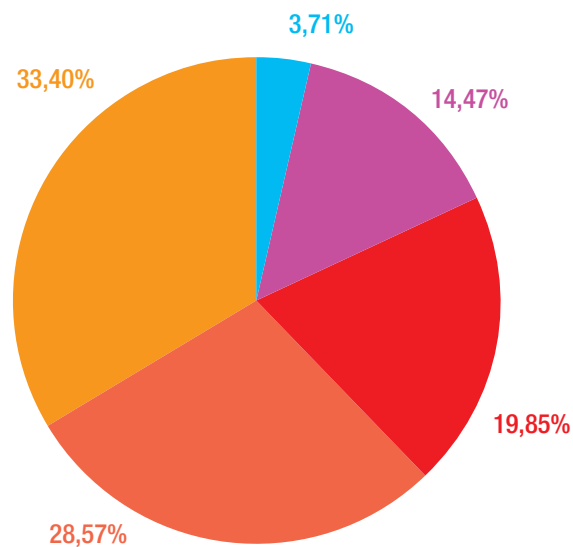
Gipuzkoako eskualdez eskualde begiratzen badugu, Debako eskualdean ematen diote garrantzirik handiena jarduera fisikoa eta kirola egiteari; %67,39ren ustez “garrantzi handikoa” da.

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Batere ez	0,00%	0,99%	0,00%	3,08%	2,70%	3,92%
Gutxi	2,17%	3,30%	3,23%	7,69%	2,70%	0,00%
Erdizka	6,52%	10,89%	9,68%	15,38%	18,92%	21,57%
Nahikoa	23,91%	28,05%	48,39%	29,23%	35,14%	39,22%
Handia	67,39%	56,77%	38,71%	44,62%	40,54%	35,29%

2. Taula: Jarduera fisikoa eta kirola egiteak duen garrantziari buruzko pertzepzioa eskualdearen arabera.

1.2 KIROLA EGITEN EMATEN DUTEN DENBORA

Jarduera fisikoa eta kirola egiteari ematen dioten garrantziaren datuak kontraesankorrak dira, oro har, kirola egiten ematen duten denboraren datuekin alderatzen baditugu. Emaitzen arabera, % 28,57k denbora “gutxi” ematen dute kirola egiten, eta % 33,40k “batere ez”. Soilik % 3,71k ematen dute denbora “asko” kirola egiten.

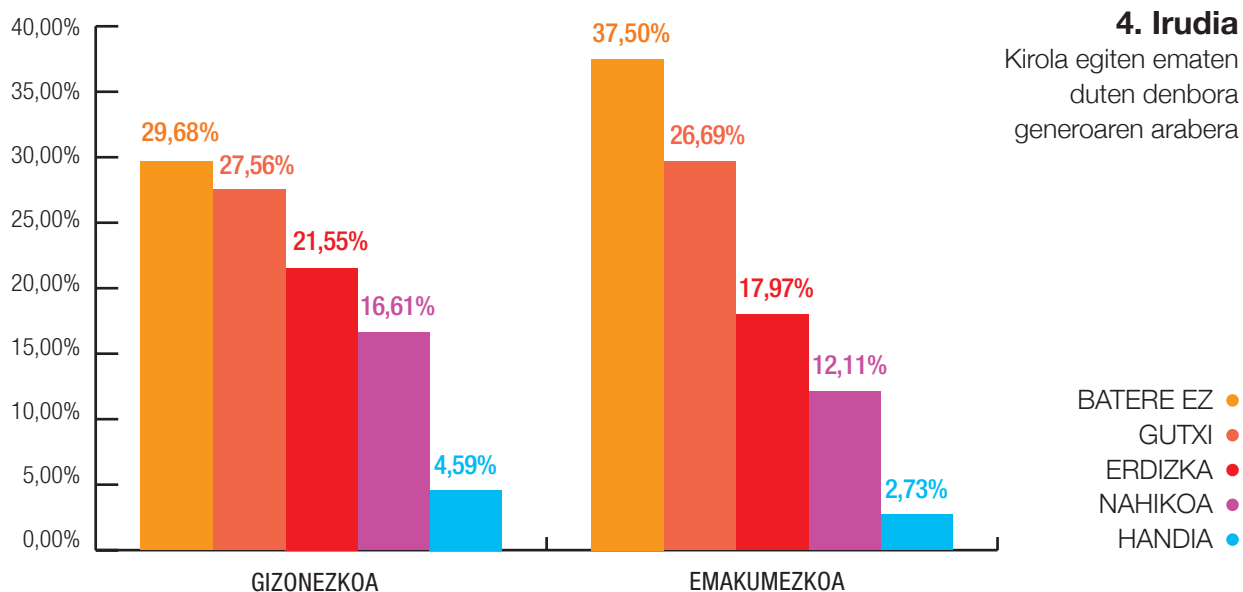


3. Irudia

Kirola egiten ematen duten denbora lagin osoan.



Bestalde, emakumezkoek gizonezkoek baino denbora gutxiago ematen dute jarduera fisikoa eta kirola egiten. Emakumezkoen % 37,5ek “batere ez” du egiten, eta % 29,69k denbora “gutxi” ematen du horretan. Gizonezkoetan, aldiz, % 29,68k “batere ez” du egiten, eta % 27,59k denbora “gutxi” ematen du kirolean.



Dena dela, lurraldearen eskualde guztietan gailentzen da jarduera fisikoa eta kirola egiten denbora gutxi ematea; Urola Kostan eta Bidasoan dago kirola egiten batere denborarik ematen ez duen pertsonarik gehien (% 43,59 eta % 46,15 hurrenez hurren).

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Batere ez	26,09%	36,84%	12,50%	16,67%	43,59%	46,15%
Gutxi	26,09%	25,33%	40,63%	37,88%	25,64%	32,69%
Erdizka	15,22%	21,71%	9,38%	25,76%	17,95%	13,46%
Nahikoa	23,91%	12,83%	25,00%	16,67%	12,82%	7,69%
Handia	8,70%	3,29%	12,50%	3,03%	0,00%	0,00%

3. Taula: Kirola egiten ematen duten denbora eskualdearen arabera.

Urritasun mota eta jarduera fisikoa edo kirola egiten ematen duten denbora erlazionatzen baditugu, ikusiko dugu urritasun fisikoa duten pertsonak eskaintzen diotela denborarik gutxien kirola egiteari (% 42,22). Era berean, entzumen urritasuna dutenen % 68,52k ez dute “batere” denborarik ematen edo oso denbora “gutxi” ematen dute kirola egiten. Aitzitik, garun paralisia duten pertsonak ematen dute denborarik gehien kirola egiten: % 9,89k denbora “asko” eskaintzen dio, eta beste % 21,98k “nahikoa” denbora.

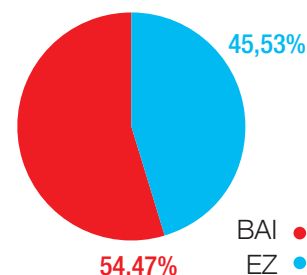
	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Batere ez	31,48%	42,22%	32,97%	26,09%	37,33%
Gutxi	37,04%	23,70%	23,08%	33,15%	26,67%
Erdizka	16,67%	16,30%	12,09%	25,00%	25,33%
Nahikoa	12,96%	14,81%	21,98%	13,04%	9,33%
Handia	1,85%	2,96%	9,89%	2,72%	1,33%

4. Taula: Kirola egiten ematen duten denbora urritasun motaren arabera.

1.3 PARTE-HARTZE PORTZENTAJEA

Elkarrizketatuak izan diren pertsona guztien %54,47k jarduera fisiko edo kirolen bat egiten dute, eta % 45,53k ez dute ezer egiten. Galdeketa egin diegun pertsonak denak ere etxetik irteten diren pertsonak dira eta beren erakundeetan bizimodu nolabait aktiboa egiteko gauza direnak. Ezin izan gara iritsi beren zailtasunak direla-medio etxetik irteterik ez daukaten pertsonengana. Kontuan izan behar da neurri batean besteren mende daudela pertsona hauek eta ezinezkoa izan dela haiengana iristea gure azterlana gauzatzeko.

Datu hauetan oso kontuan eduki behar da azterketaren laginean sartzen diren pertsonak aukera daukatela normalean antolatzen diren gizarte jardueretan parte hartzeko.



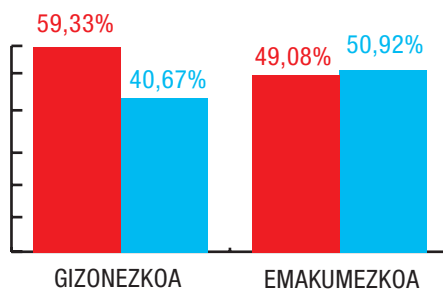
5. Irudia

Hautatutako laginak kirolean duen parte-hartzea ehunekotan

6. Irudia

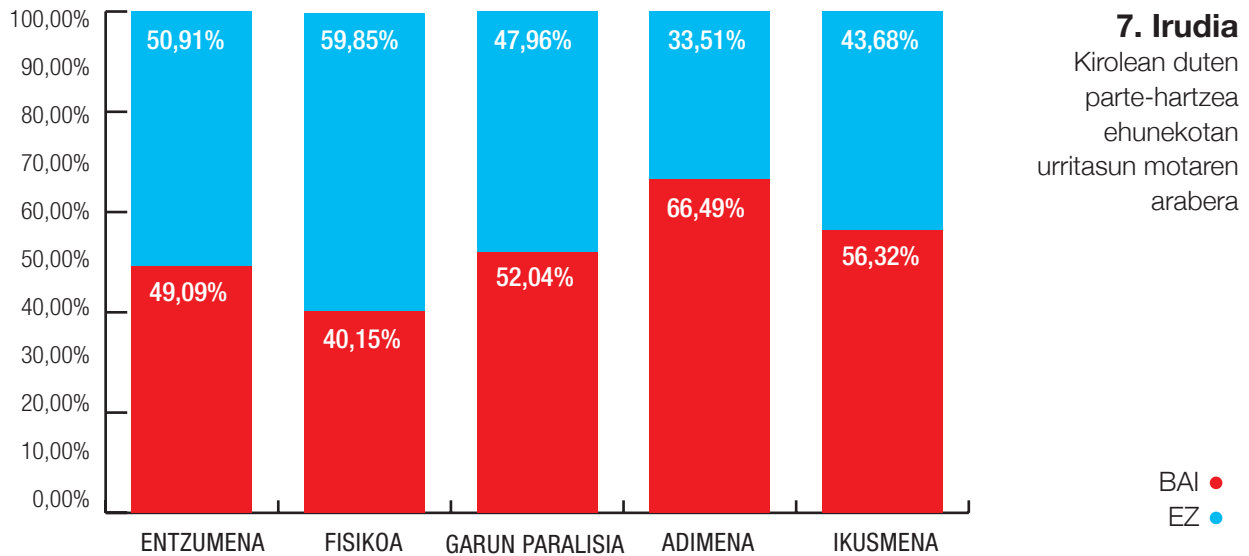
EHUNEKOAK de participación deportiva en función del género

● BAI
● EZ

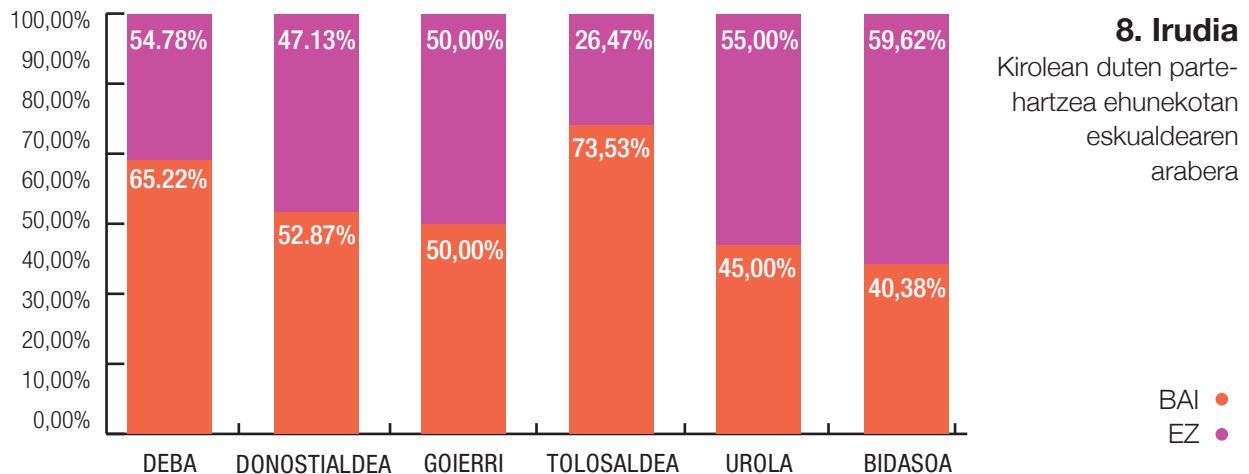


Generoak alderatuta aipagarriena zera da: zerbait egiten duten gizonezkoen kopurua handiagoa dela ezer egiten ez dutenena baino (% 59,33 eta % 40,67 hurrenez hurren); emakumezkoetan, aldiz, portzentaje hori homogeneoagoa da (% 49,08k kirola egiten dute eta % 50,92k ez).

Urritasun motari gagozkiola, partaidetzarik handiena adimen urritasuna daukaten pertsonek dute (% 66,49), gero ikusmen urritasuna dutenek (% 56,32) eta garun paralisia dutenek (% 52,04). Partaidetza portzentajerik txikiena urritasun fisikoa daukatenek dute (% 40,15).

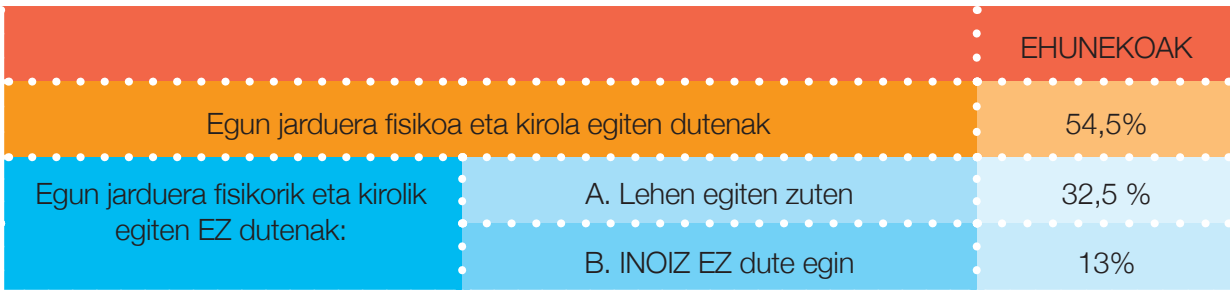


Eskualdeetan, berriz, Tolosaldean (% 73,53) eta Deban (% 65,22) dagoen parte-hartze handia azpimarratu behar da.



1.4 KIROLA EGITEARI UZTEA

Ondoko koadroan jaso ditugu jarduera fisikoa eta kirola egitearen gainean pertsona elkarrizketatuengandik bildutako emaitzak. Gaur egun, % 54,5ek egiten dute jardueraren bat, eta % 45,5ek ez dute ezer egiten. Garrantzitsua da azpimarratzea egun kirolik egiten ez dutenen %32,5ek lehen kirola egiten zutela. Hau da, horiek (% 32,5) jarduera fisikoa eta kirola egiteari utzi egiten diote.



5. Taula: Noizbait jarduera fisikoa eta kirola egin duten baina orain egiten ez duten pertsonen portzentajea.

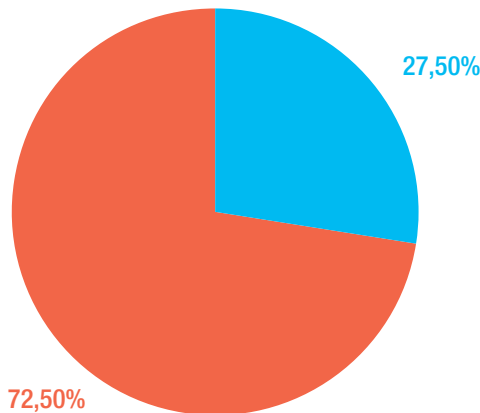
Gaur egun kirolik egiten ez duten pertsonen bakarrik gagozkiela, % 27,5ek dio inoiz ez duela jarduera fisikorik eta kirolik egin, eta % 72,5ek adierazi dute noizbait egin dutela kirola edo jarduera fisikoa.

Aldagai hau generoaren ikuspegitik aztertzen badugu, emaitzek adierazten dute egun jarduera fisikorik eta kirolik egiten ez duten gizonezkoen % 76,40k lehenago kirola egiten zutela; eta emakumezkoen kasuan, berriz, % 68,70ek egiten zuten lehenago.

9. Irudia

Kirola egiteari uzten dioten portzentajea

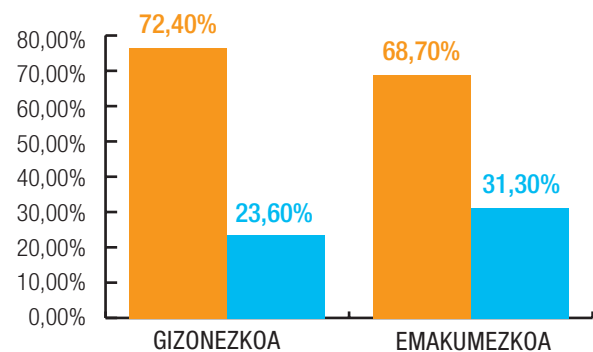
- BAI
- EZ



10. Irudia

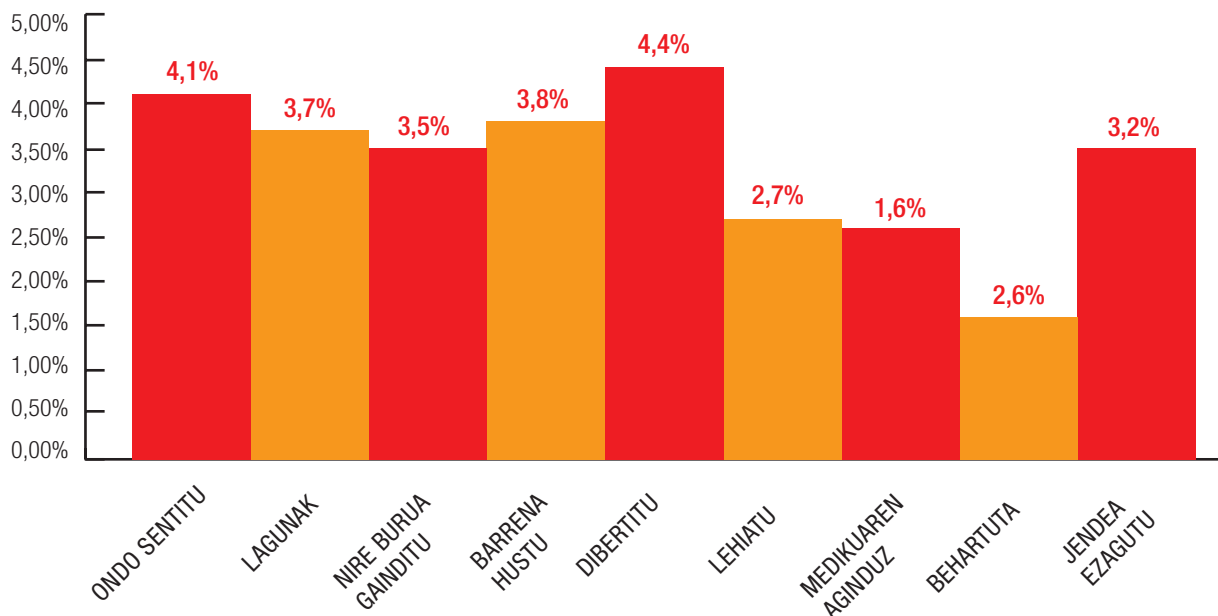
Kirola egiteari uztea eta generoa

- BAI
- EZ



1.5 JARDUERA EGITEAREN ZERGATIAK

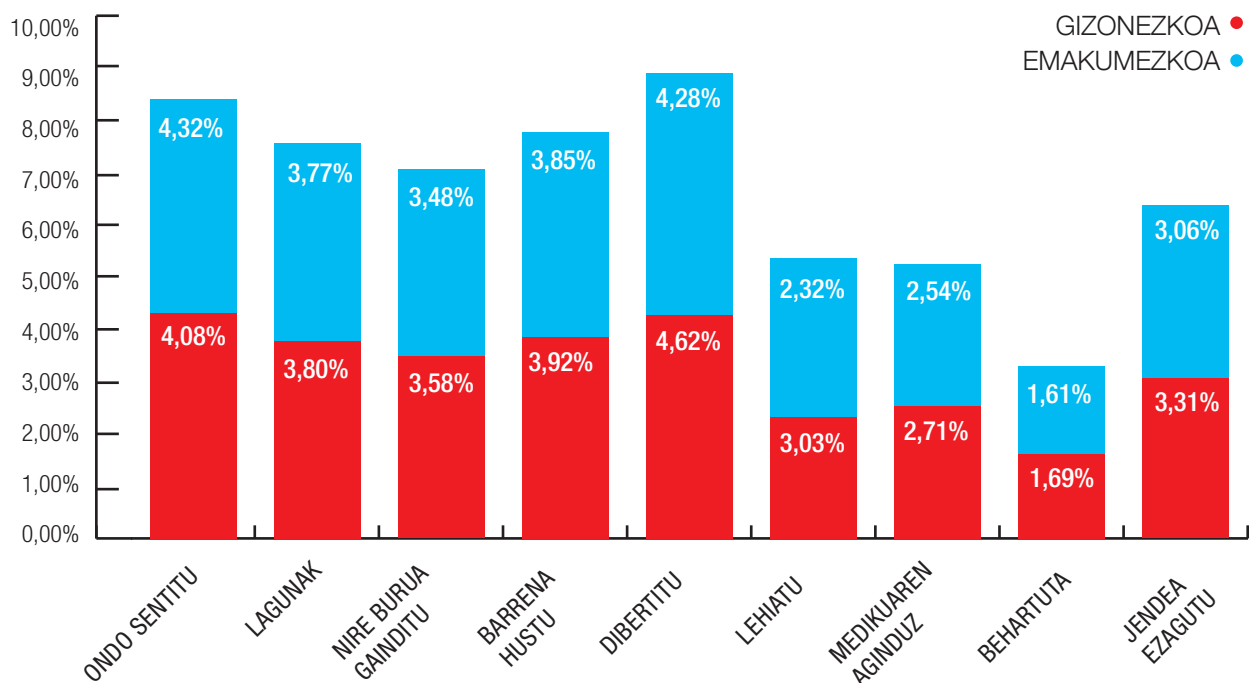
1etik 5erako eskala batean, 1 “batere ez” eta 5 “asko” izanik, bildutako datuen batez bestekoa atera eta zergatien artean honako hauek aipatzen dituzte elkarriketatuek: “dibertsioa” (4,47), “sasoi onean sentitzea” (4,18), “barrena lasaitzea” (3,89), “lagunak egitea” (3,78) eta “norbere burua gainditzea” (3,53); kirolariek gutxien hautatu duten zergatia “behartzen nautelako” izan da (1,65).



11. Irudia: Jarduera egiteko zergatien artean hautatuak

Generoari dagokionez, kirola egiteko zergati nagusi berberak dauzkate nola emakumezkoek hala gizonezkoek. “dibertsioa” eta “sasoi onean sentitzea” dira zergatirik balioetsienak. Gizonezkoen artean 4,62 eta 4,08ko puntuazioak lortu dituzte, hurrenez hurren. Eta emakumezkoetan 4,28 eta 4,32. Puntuaziorik txikieneko zergatia “behartzen nautelako” izan da, 1,69 punturekin gizonezkoetan, eta 1,61 punturekin emakumezkoetan. Jarduera egiteko zergatien eta sexuen artean alderdik deigarriena “lehiatzeari” dagokionez izan da; izan ere, gizonezkoetan batez beste 3,03ko puntuazioa lortu du, eta emakumezkoetan, aldiz, 2,32koa.

Urritasun motaren arabera aztertzen baditugu zergatiak, gehienek “dibertsioa” hautatu dute, urritasun fisikoa dutenek izan ezik, horiek “sasoi onean sentitzea” balioetsi baitute. Aitzitik, puntuaziorik txikiena jaso duen zergatia berbera izan da urritasun mota guztietan: “behartzen nautelako”.



12. Irudia: Jarduera egiteko zergatien artean hautatuak generoaren arabera

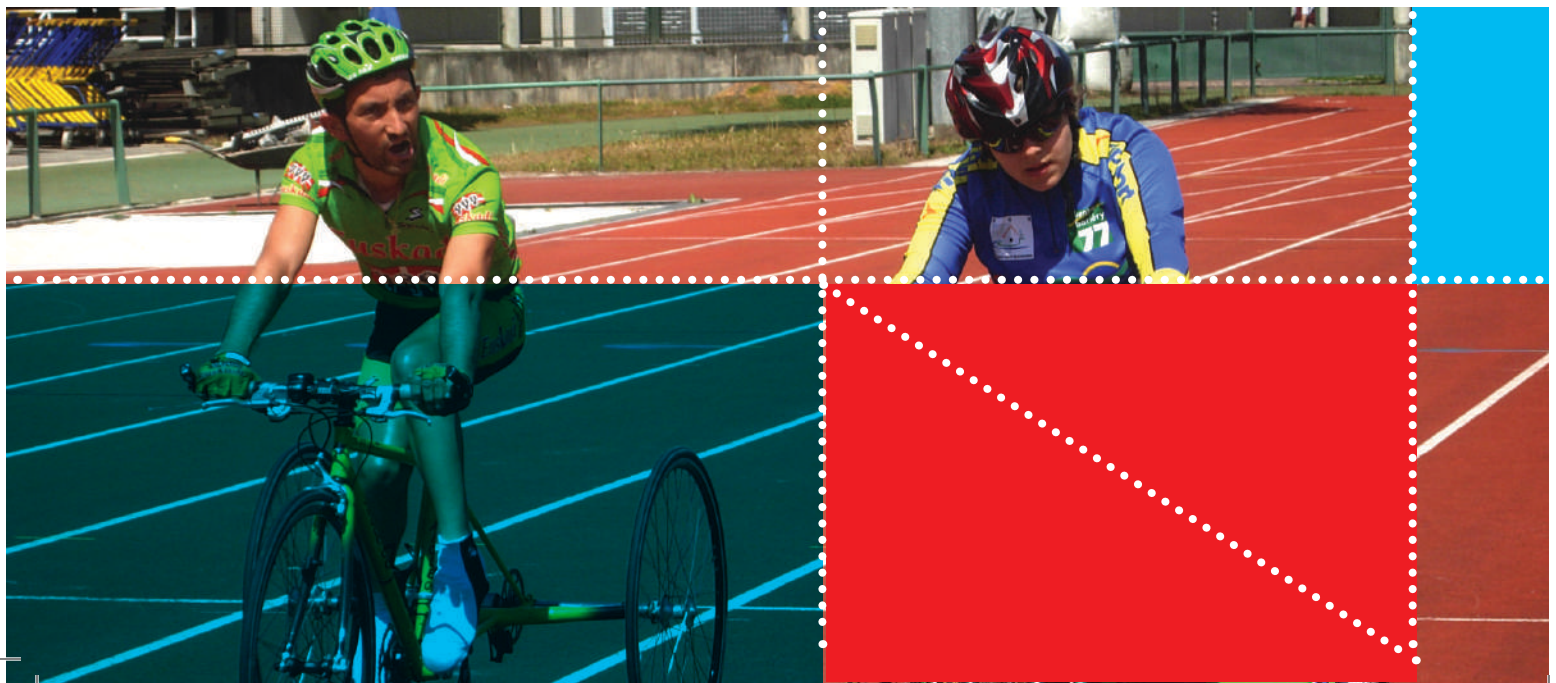
	ONDO SENTITU	LAGUNAK	NIRE BURUA GAINDITU	BARRENA HUSTU	DIBERTITU	LEHIATU	MEDIKUAREN AGINDUZ	BEHARTUTA	JENDEA EZAGUTU
Entzumena	4,12	3,19	3,74	4,00	4,26	2,68	2,61	1,50	2,77
Fisikoa	4,41	3,02	3,85	4,24	3,94	2,45	2,98	1,61	2,80
Garun paralisia	4,00	4,53	4,36	3,76	4,87	4,69	2,30	1,63	4,59
Adimena	4,09	3,99	3,06	3,63	4,21	2,37	2,73	1,80	3,07
Ikusmena	4,29	3,76	3,62	4,11	5,42	2,25	2,23	1,49	3,03
Guztira	4,18	3,78	3,53	3,89	4,47	2,73	2,64	1,65	3,20

6. Taula: Jarduera egiteko zergatien artean hautatuak urritasun motaren arabera

Gipuzkoako eskualdez eskualde aztertzen baditugu emaitzak, jarduera fisikoa eta kirola egiteko hautatutako zergatien artean, gehienek “dibertsioa” aipatu dute, eta ondoren “sasoi onean egotea”. Deba eskualdean, ordea, zergatirik balioetsiena “lagunak egitea” izan da (4,5). Bestalde, eskualde guztietan bat datoz gutxien balioesten duten zergatian: “behartzen nautelako”.

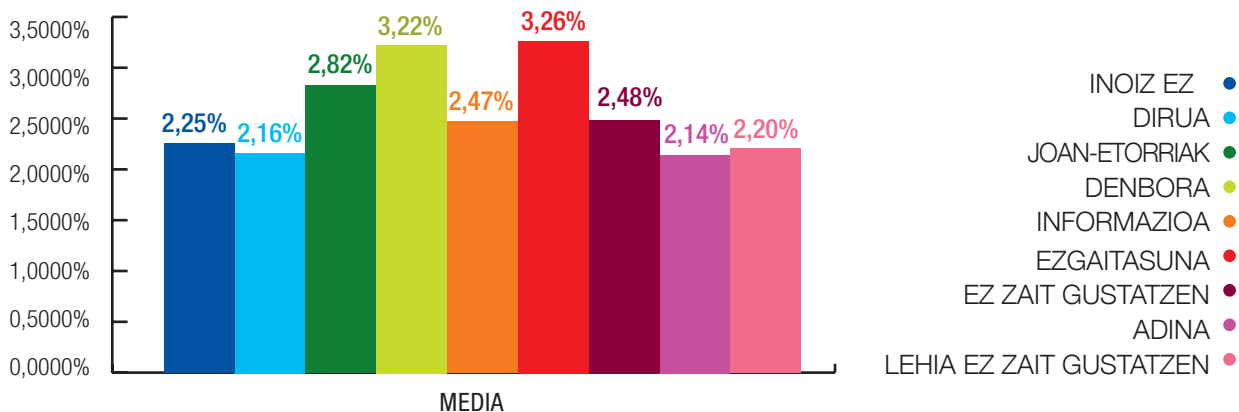
	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Ondo sentitu	4,23	4,33	4,20	3,80	4,09	4,06
Lagunak	4,50	3,78	3,85	3,49	4,08	3,18
Nire burua gainditu	3,00	3,72	3,64	3,24	3,22	3,63
Barrena hustu	3,84	3,95	4,00	3,91	4,00	3,08
Divertitu	4,23	4,66	4,40	4,24	4,38	4,06
Lehiatu	3,24	2,78	3,58	2,00	3,00	2,81
Medikuaren aginduz	2,55	2,63	2,00	2,83	3,55	2,07
Behartuta	1,95	1,62	1,30	1,63	2,09	1,59
Jendea ezagutu	3,20	3,31	3,62	2,98	3,00	2,75

7. Taula: Jarduera egiteko zergatien artean hautatuak eskualdearen arabera



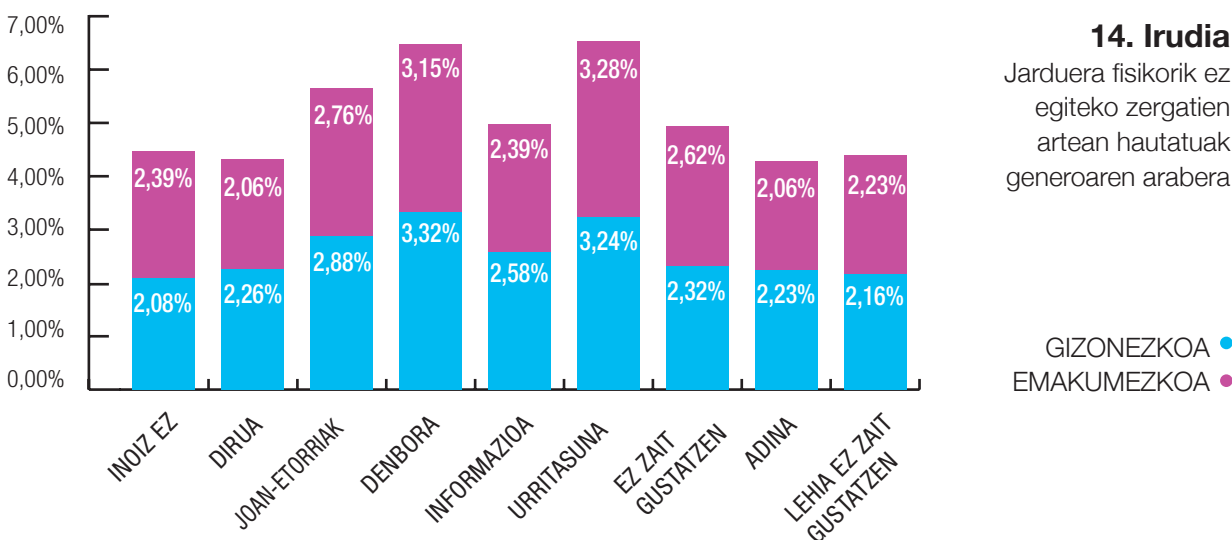
1.6 JARDUERARIK EZ EGITEAREN ZERGATIAK

Jarduera fisikoa eta kirola egiteko motibazio gabezia azaltzeko ondoko faktoreak aipatzen dira lagin osoan: "ezgaitasuna edo osasun arazoak" (3,26), bigarren "denbora eta ordutegi arazoak" (3,22) eta "joan-etorriak egiteko arazoak" (2,82).



13. Irudia: Jarduera fisikorik ez egiteko zergatien artean hautatuak

Bai gizonezkoek bai emakumezkoek "denbora falta" eta "ezgaitasuna bera" aipatzen dituzte batere jarduerarik ez egiteko zergati nagusi bezala. Gizonezkoen kasuan, "denbora falta" (3,32) da lehenengo zergatia, eta ondoren "ezgaitasuna eta osasun arazoak" (3,24). Emakumezkoetan, hurrenkera alderantzizkoa da: "ezgaitasuna eta osasun arazoak" (3,28) eta "denbora falta edo ordutegia" (3,15).



14. Irudia
Jarduera fisikorik ez egiteko zergatien artean hautatuak generoaren arabera

GIZONEZKOA ●
EMAKUMEZKOA ●

Azpirarratzekoak dira aldagai hau urritasun motaren arabera aztertzean lortutako emaitzak, batez ere urritasun fisikoa, adimen urritasuna eta garun paralisia duten pertsonen kasuan. Horien artean, honako zergati hauek lortu dute puntuaziorik handiena, batez beste: “ezgaitasuna eta osasun arazoak” (3,76); “ez zait gustatzen” (3,12), eta “joan-etorriak egiteko arazoak” hurrenez hurren. Bestalde, bai entzumen urritasuna dutenek bai ikusmen urritasuna dutenek gehien hautatu duten zergatia “denbora eta ordutegi arazoak” izan da (3,18 eta 4,14 hurrenez hurren).

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Inoiz ez	2,40	1,93	2,19	2,81	2,05
Dirua	2,00	2,12	2,44	2,12	2,05
Joan-etorriak	2,44	2,50	3,94	2,57	2,60
Denbora	3,18	2,97	3,07	3,08	4,14
Informazioa	2,53	2,42	3,15	2,30	1,95
Urritasuna	1,86	3,76	3,57	2,82	3,00
Ez zait gustatzen	2,07	2,12	2,57	3,12	2,29
Adina	2,38	2,08	2,09	1,94	2,48
Lehia ez zait gustatzen	2,08	1,85	2,96	2,31	2,11

8. Taula: Jarduera fisikorik ez egiteko zergatien artean hautatuak urritasun motaren arabera





Eskualdez eskualde, “ozgaitasuna eta osasun arazoak” izan da zergatirik hautatuena Deban (3,92), Donostialdean (3,26) eta Tolosaldean (3,36); Goierriin “denbora eta ordutegi arazoak” izan da hautatuena (3,89), Urola Kostan, “informazio falta” (3,33) eta Bidasoan “joan-etorriak egiteko arazoak” (3,35).

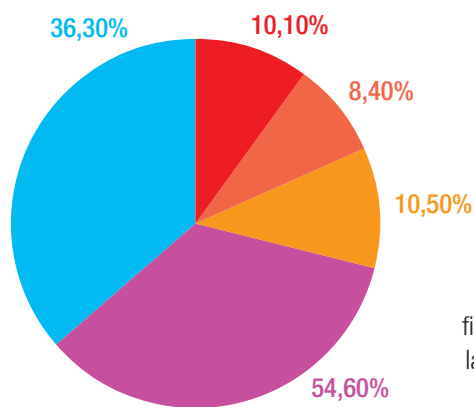
	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Inoiz ez	2,22	2,08	1,83	2,82	2,64	2,81
Dirua	2,10	2,04	2,00	2,42	2,60	2,57
Joan-etorriak	3,08	2,79	3,00	2,20	2,42	3,35
Denbora	3,50	3,24	3,89	3,17	3,00	2,75
Informazioa	2,33	2,46	1,71	1,80	3,33	2,77
Urritasuna	3,92	3,26	3,11	3,36	2,67	3,21
Ez zait gustatzen	3,50	2,15	2,60	2,90	3,25	3,25
Adina	2,70	2,16	1,60	2,20	1,91	1,80
Lehia ez zait gustatzen	2,78	2,08	2,00	2,00	2,75	2,36

9. Taula: Jarduera fisikorik ez egiteko zergatien artean hautatuak eskualdearen arabera

1.7 GIZARTE BABESA

1.7.1 Lagunak

ezgaitasuna duten pertsonen lagunengandik jasotzen duten babesaren gainean, % 70,90ek esan dute “babes handia” eta “nahiko babes” daukatela, eta % 18,50en iritziz “babes gutxi” edo “batere” ez daukate.

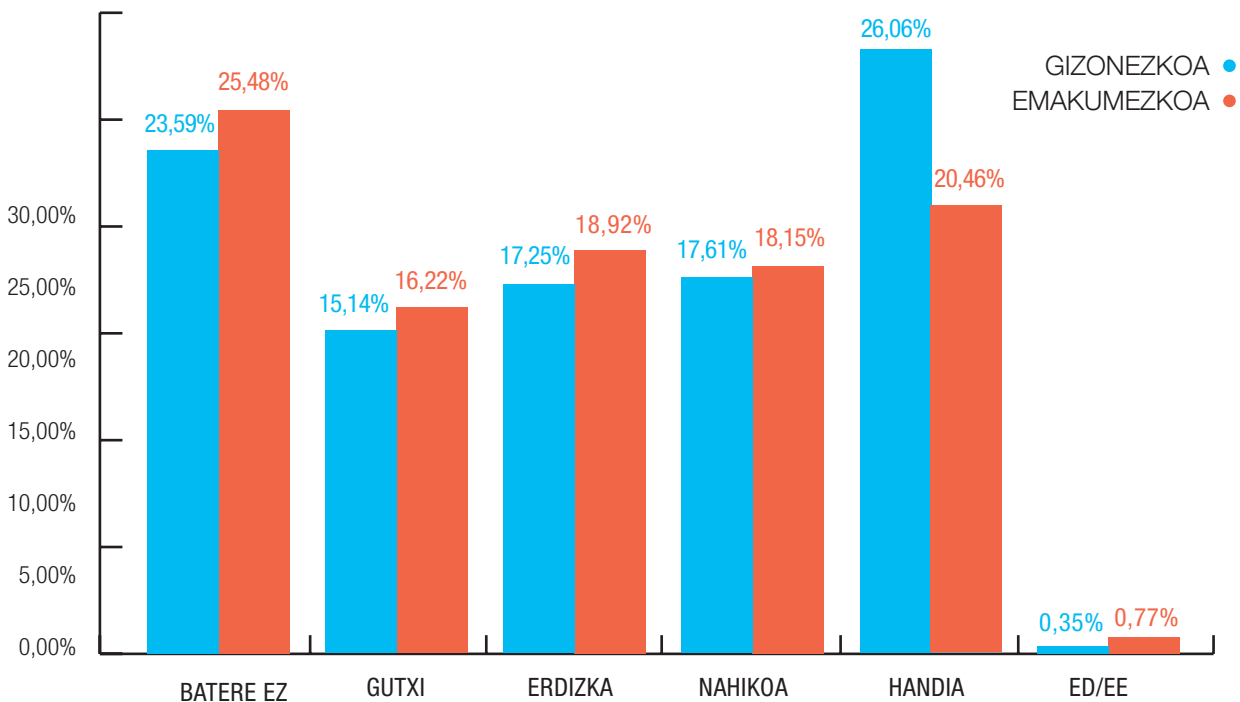


- BATERE EZ ●
- GUTXI ●
- ERDIZKA ●
- NAHIKOA ●
- HANDIA ●

15. Irudia

Ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean lagunengandik jasotzen duten babesaren gainean, % 70,90ek esan dute “babes handia” eta “nahiko babes” daukatela, eta % 18,50en iritziz “babes gutxi” edo “batere” ez daukate.

Generoaren arabera aztertzen baditugu datuak, gizonezkoek emakumezkoek baino babes handiagoa jasotzen dute lagunengandik. Gizonezkoen % 26,06k eta emakumezkoen % 20,46k adierazi dute “babes handia” jasotzen dutela lagunengandik, jarduera fisikoa eta kirola egitean. Aitzitik, gizonezkoen % 23,59k eta emakumezkoen % 25,48k adierazi dute ez dutela lagunen batere babesik.



16. Irudia: Ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean lagunengandik jasotzen duten babesaren gainean, generoaren arabera

Garun paralisia duten pertsonak daukate lagunen babesik handiena jarduera fisikoa eta kirola egiteko; izan ere, % 54,64k adierazi dute babes handia jasotzen dutela. Beste muturrean daude entzumen urritasuna eta urritasun fisikoa duten pertsonak, % 36,54k eta % 31,58k adierazi baitute ez daukatela batere babesik.

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Batere ez	36,54%	31,58%	9,28%	25,86%	20,69%
Gutxi	9,62%	19,55%	8,25%	18,39%	16,09%
Erdizka	21,15%	12,78%	10,31%	24,14%	20,69%
Nahikoa	15,38%	18,80%	17,53%	16,67%	20,69%
Handia	17,31%	17,29%	54,64%	13,79%	20,69%
Ed/Ee	0,00%	0,00%	0,00%	1,15%	1,15%

10. Taula: Ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean lagunengandik jasotzen duten babesak, urritasun motaren arabera

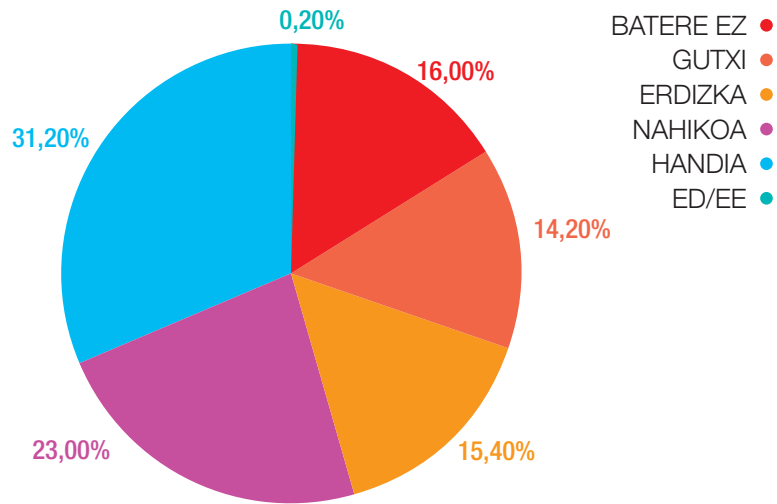
Ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean lagunengandik jasotzen duten babesak eskualdeka aztertuz, Bidasoa eskualdean jasotzen dute babesik gutxien lagunengandik, % 34,62k ez baitaukate batere babesik; laguntzarik handiena, berriz, Goierri daukate, % 34,38k jasotzen baitute babes handia.

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Batere ez	15,56%	26,20%	25,00%	15,15%	22,86%	34,62%
Gutxi	20,00%	15,02%	12,50%	18,18%	17,14%	13,46%
Erdizka	15,56%	15,97%	9,38%	22,73%	20,00%	30,77%
Nahikoa	22,22%	17,57%	18,75%	21,21%	20,00%	9,62%
Handia	26,67%	24,28%	34,38%	22,73%	20,00%	11,54%
Ed/Ee	0,00%	0,96%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%

11. Taula: Ezgaitasuna daukaten pertsonen lagunengandik jasotzen duten babesak jarduera fisikoa eta kirola egiteko, eskualdearen arabera.

1.7.2 Familia

Ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean familiarengandik jasotzen duten babesa, ehunekoetan: % 16k ez du “batere” babesik jasotzen, % 14,2k “gutxi”, % 15,4k “erdizka”, % 23k “nahikoa” eta % 31,2k “handia”.

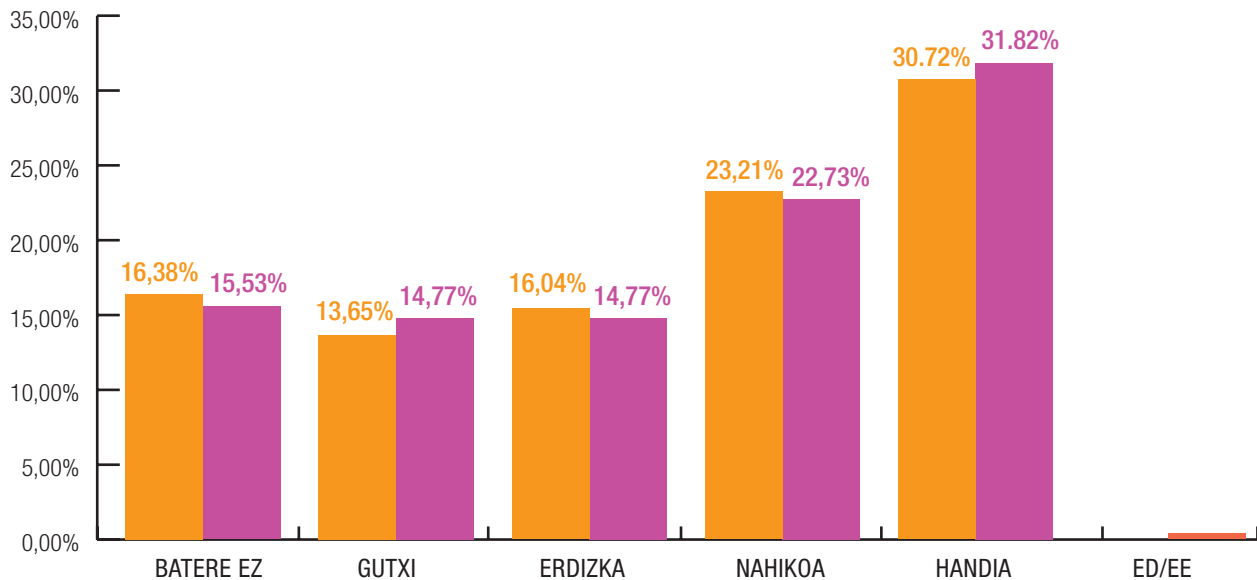


17. Irudia

Ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean familiarengandik jasotzen duten babesa

Gizonezko eta emakumezko guztiak sentitzen dira babestuak, hain zuzen ere gizonezkoen % 30,72k eta emakumezkoen % 31,82k jasotzen dute babes “handia”; eta gizonezkoen % 23,21 eta emakumezkoen % 22,73 sentitzen dira “nahiko” babestuak.

- GIZONEZKOA
- EMAKUMEZKOA



18. Irudia: Ezgaitasuna duten pertsonen jarduera fisikoa eta kirola egitean familiarengandik jasotzen duten babesa, generoaren arabera.

Pertsona elkarrizketatuek sentitzen dutenaren arabera, garun paralisia dutenak sentitzen dira babestuen, % 50ek jasotzen baitute babes “handia”. Aitzitik, entzumen urritasuna dutenek daukate familiaren laguntzarik gutxien, % 33,33k ez baitu batere babesik.

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Batere ez	33,33%	19,55%	15,63%	8,51%	16,28%
Gutxi	14,81%	16,54%	12,50%	12,77%	15,12%
Erdizka	18,52%	13,53%	7,29%	20,21%	15,12%
Nahikoa	20,37%	15,04%	14,58%	32,98%	24,42%
Handia	12,97%	35,34%	50%	25,53%	29,06%

12. Taula: Ezgaitasuna duten pertsonen jardura fisikoa eta kirola egitean familiarengandik jasotzen duten babesaren arabera

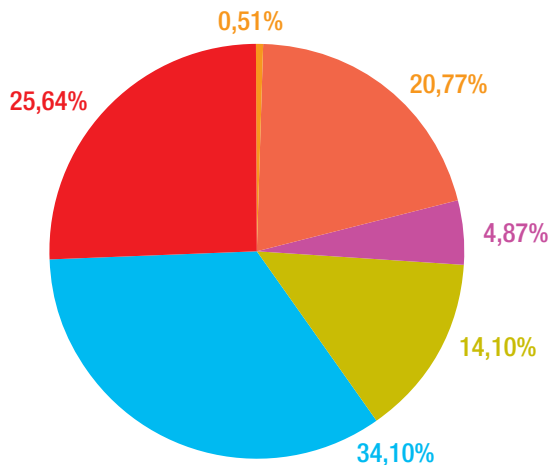
Eskualdeka eta familiarengandik jasotako babesari gagozkiola, Goierriko biztanleek jasotzen dute babesik gehien; izan ere, % 34,4k babes “handia” jasotzen dute, eta % 18,8k “nahikoa”. Aitzitik, Bidasoa eskualdean jasotzen dute babesik gutxien: % 34,6k “batere ez” eta % 13,5ek “gutxi”.

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Batere ez	18,18%	17,96%	6,06%	7,46%	15,38%	19,61%
Gutxi	9,09%	12,39%	12,12%	14,93%	23,08%	23,53%
Erdizka	15,92%	15,48%	12,12%	20,90%	7,69%	15,69%
Nahikoa	20,45%	21,67%	24,25%	25,37%	28,21%	25,49%
Handia	36,36%	32,20%	45,45%	31,34%	25,64%	15,69%
Ed/ee	0,00%	0,31%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%

13. Taula: Ezgaitasuna duten pertsonen jardura fisikoa eta kirola egitean familiarengandik jasotzen duten babesaren arabera

1.8 TEKNIKARIEN PRESTAKUNTZA MAILARI BURUZKO PERTZEPZIOA

Teknikarien prestakuntzari buruz egin duten balorazioak erakusten duenez, ezgaitasuna duten pertsonarik gehienek ustez prestakuntza ona daukate; prestakuntza “ona” daukatela uste dute % 34,10ek, eta “oso ona” % 25,64k.



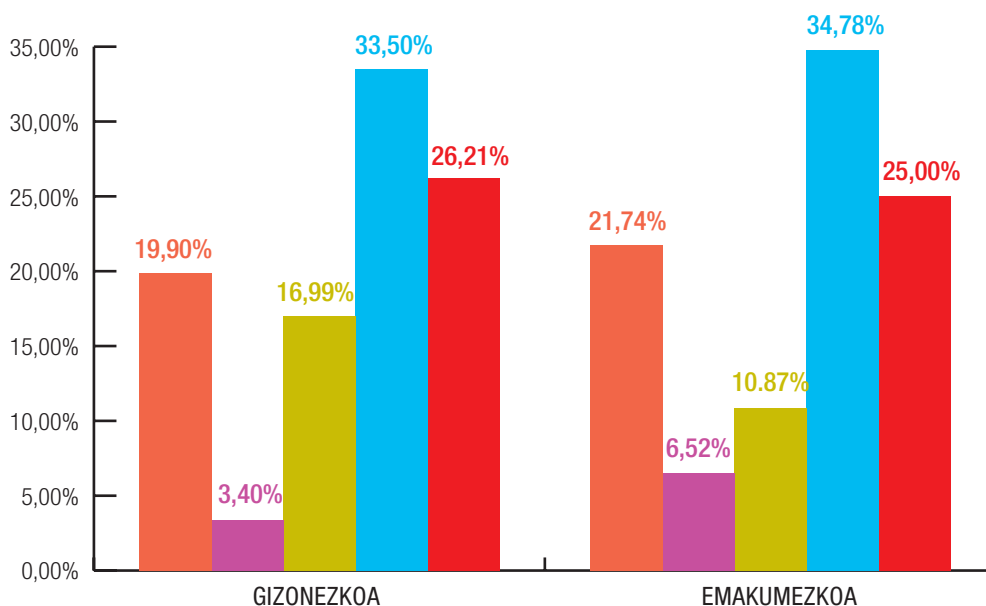
19. Irudia

Teknikarien prestakuntza mailari buruzko pertzepzioa lagin osoan

- BATERE EZ ●
- GUTXI ●
- ERDIZKA ●
- NAHIKOA ●
- HANDIA ●
- ED/EE ●

Nola gizonetakoek hala emakumeetakoek balorazio ona egiten dute teknikarien gainean.

Gizonetakoek %33,50en ustez teknikariek prestakuntza “ona” daukate, eta %26,21en ustez “oso ona”. Emakumeetakoetan, berriz, % 34,78ren ustez teknikariek prestakuntza “ona” daukate, eta % 25en ustez “oso ona”.



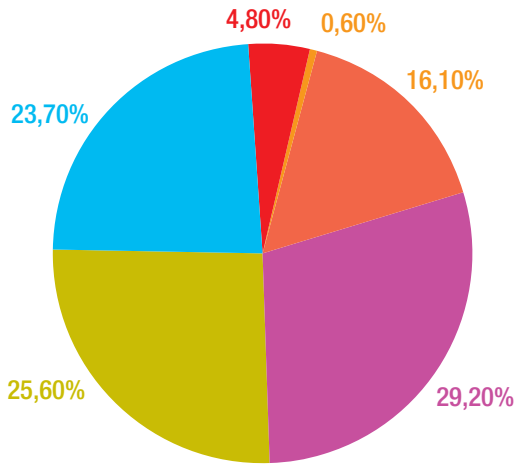
20. Irudia

Teknikarien prestakuntza mailari buruzko pertzepzioa kirolarien generoaren arabera

- BATERE EZ ●
- GUTXI ●
- ERDIZKA ●
- NAHIKOA ●
- HANDIA ●
- ED/EE ●

1.9 INSTALAZIOEN EGOKITZEARI BURUZKO PERTZEPZIOA

Pertsona elkarrizketatuek instalazioen egokitze mailari buruz ondoko iritzia dute: “batere ez” (% 16,1), “gutxi” (% 29,2), “erdizka” (% 25,6), “nahikoa” (% 23,7) eta “handia” (% 4,8).



21. Irudia

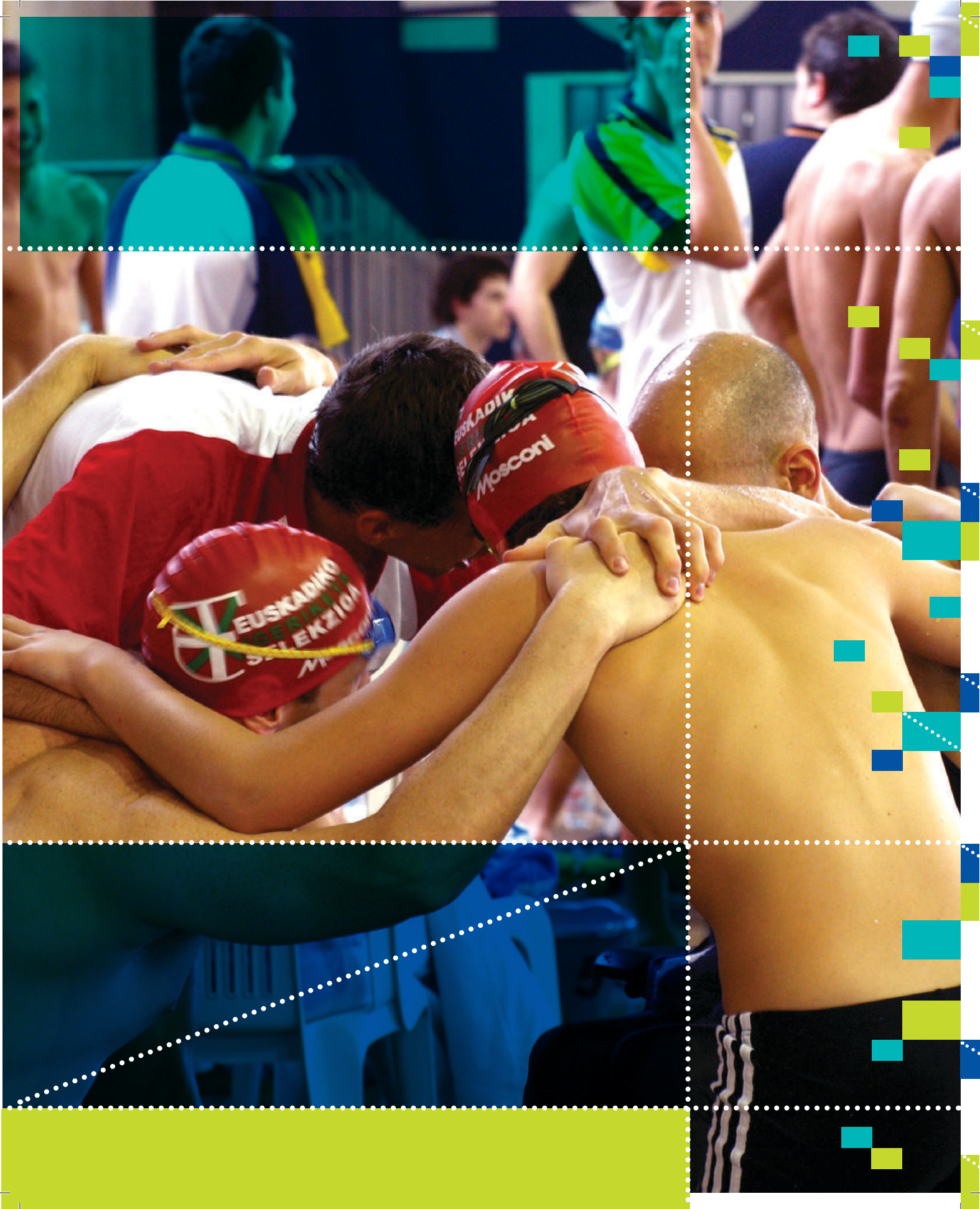
Instalazioen egokitzeari buruzko balioespena lagin osoan

- BATERE EZ ●
- GUTXI ●
- ERDIZKA ●
- NAHIKOA ●
- HANDIA ●
- ED/EE ●

Urritasun motaren arabera, adimen urritasuna eta garun paralisia daukaten pertsonak balioesten dituzte ondoen. Izan ere, soilik %10,24k eta % 8,99k, hurrenez hurren, adierazi dute “batere” egokitu gabeak direla. Aitzitik, ikusmen urritasuna eta entzumen urritasuna daukaten pertsonetan bildu dira ehunekorik altuenak (% 22,37 eta % 26,92 hurrenez hurren) instalazioak “batere” egokitu gabeak direla esatean.

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Batere ez	26,92%	20,83%	8,99%	10,24%	22,37%
Gutxi	36,54%	30,83%	30,34%	23,49%	32,89%
Erdizka	17,31%	25,83%	26,97%	28,92%	22,37%
Nahikoa	17,31%	20,00%	29,21%	28,31%	17,11%
Handia	1,92%	2,50%	4,49%	7,83%	3,95%
Ed/ee	0,00%	0,00%	0,00%	1,20%	1,32%

14. Taula: Instalazioen egokitzeari buruzko balioespena urritasun motaren arabera



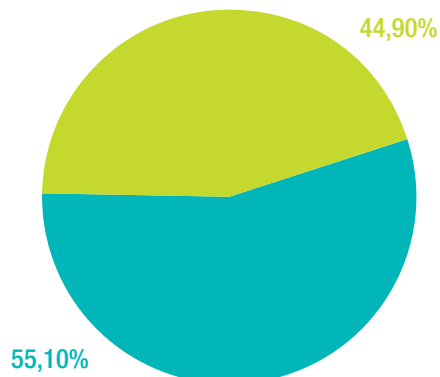
2. JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEAREN EZAUGARRI NAGUSIAK

Hautatutako adierazleak aztertzearekin batera, ezgaitasuna duten pertsonen kirol ohituren ezaugarri nagusiak deskribatu ditugu, eta hainbat informazio jaso dugu egoera ezagutzera emateko eta esku-hartze estrategiak planifikatzeko.

2.1. JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA MODU OSASUNGARRIAN EGITEN OTE DUTEN NEURTZEA

Aintzat hartu dugu maila aerobiko egokia lortzeko ariketa fisikoa modu mailakatuan egitea proposatzen duela Ameriketako Kirol Medikuntza Elkargoak, ezaugarri hauek dituzten pertsonentzat: banakoaren gehienezko maiztasun kardiakoaren %60-90, 20tik 60 minutura bitartean kirola eginda, jarraian edo jarduna pilatuz, gutxienez astean hirutan (American College of Sports Medicine, 1995 en Cooper, R. A., L. A. Quatrano; 1999).

Ikerlan honetako emaitzek erakusten dutenez, aztertutako herritar kirolarien artetik % 44,9k egiten dute osasun irizpideen arabera jarduera fisiko egokia, saioen maiztasuna eta iraupena kontuan hartzen baditugu; baina gogoan izan behar da ezin izan dugula neurtu egiten duten jarduera fisikoaren intentsitatea. Aitzitik, % 55,1 ez datoz bat ezarritako parametroekin.

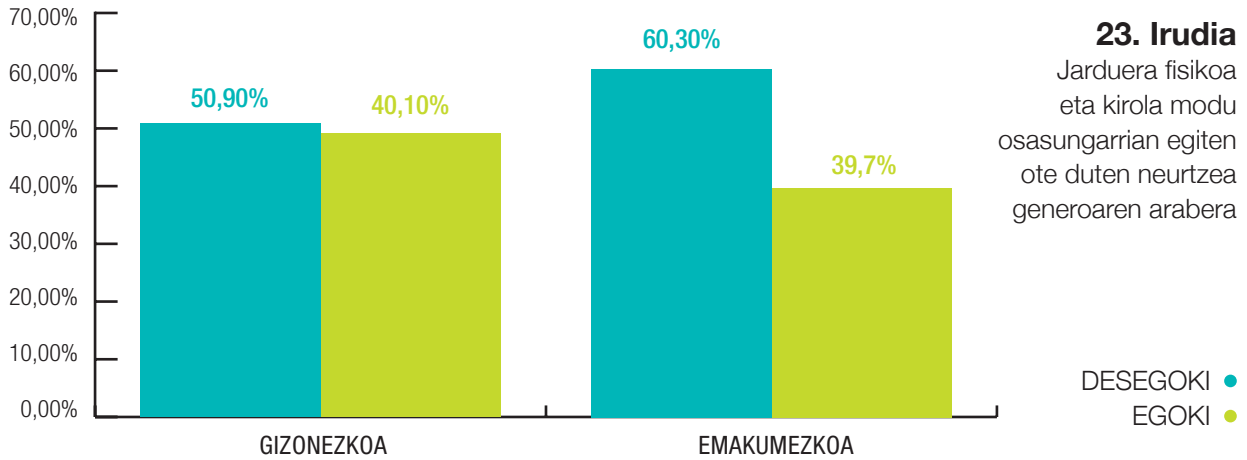


22. Irudia

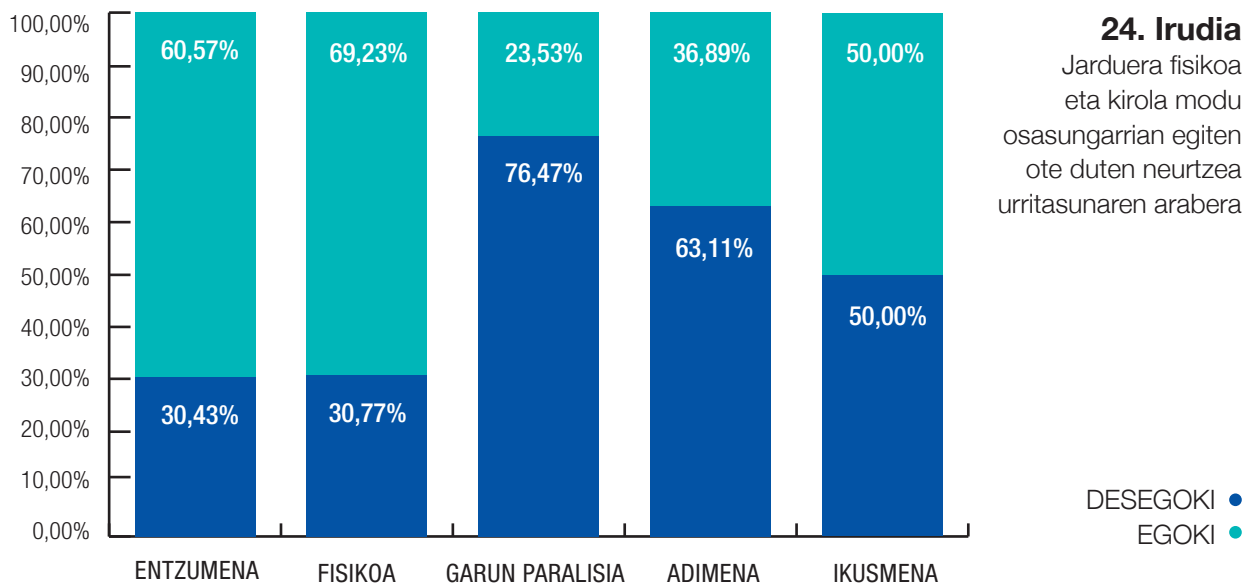
Jarduera fisikoa eta kirola modu osasungarrian egiten ote duten neurtzea lagin osoan

DESEGOKI ●
EGOKI ●

Generoaren arabera, emaitzek erakusten dute alde txikia dagoela gizonezkoen eta emakumezkoen artean. Gizonezkoen kasuan, % 49,08k desegoki egiten dute, eta emakumezkoetan, aldiz, % 39,69k.



Urritasunaren arabera, entzumen urritasuna eta urritasun fisikoa daukatenek egin ohi dute jarduera fisikoa eta kirola modu egokian, %69,57k eta %69,23k, hurrenez hurren. Garun paralisia daukatenen artean dago desegokitasunik handiena; izan ere, soilik % 23,53k egiten dute egoki.

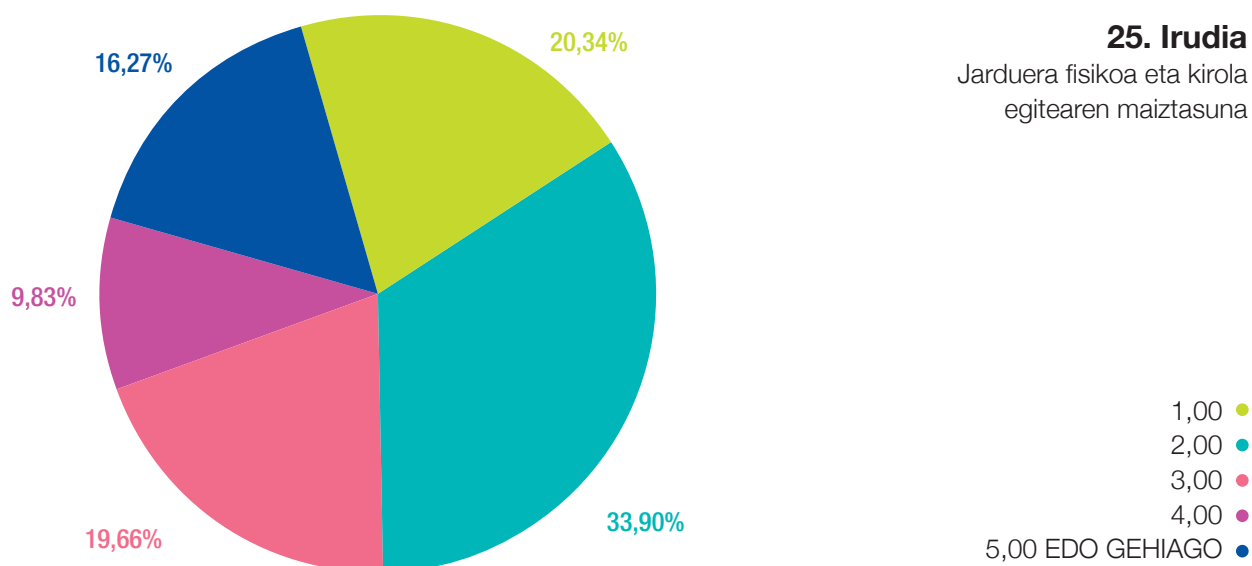


2.1.1. Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna, saioaren iraupena eta egunak

Bigarren aldagai multzo honen barruan, maiztasuna, saioen iraupena eta jarduera fisikoa edo kirola zein unetan egin ohi duten aztertu dugu.

2.1.1.1. Jardueraren maiztasuna

Oro har, kirolari gehienek (% 33,90) astean bitan egiten dute jarduera fisikoa, eta batzuek (% 20,34) astean behin. Aztertutako laginaren % 19,66 astean hirutan jarduten dira, eta gainerakoak (% 26,1) sarriago, astean lautan edo gehiagotan.

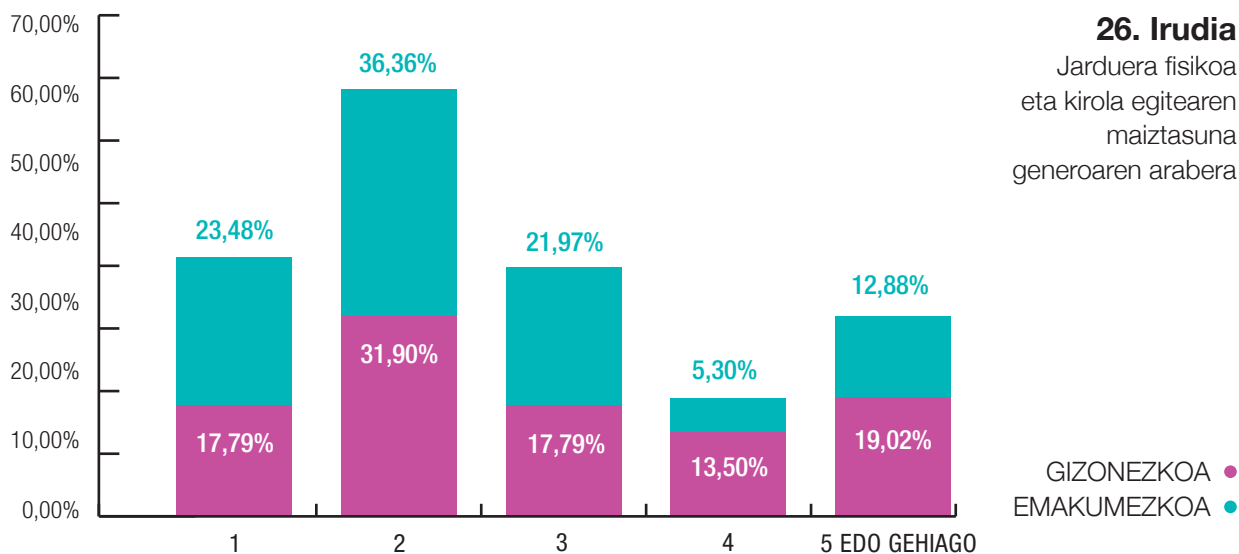


Entzumen urritasuna, urritasun fisikoa eta ikusmen urritasuna daukaten kirolari gehienek astean hirutan edo gehiagotan egiten dute kirola. Aitzitik, aztertu ditugun beste urritasunetan bi egunetan egitea da ohikoena.

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
1	8,70%	13,46%	21,57%	26,83%	15,22%
2	17,39%	17,31%	54,90%	35,77%	32,61%
3 edo gehiago	73,91%	69,23%	23,53%	37,40%	52,17%

15. Taula: Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna urritasun motaren arabera.

Generoari dagokionez, bai gizonezkoek (% 49,69) bai emakumezkoek (% 59,84) astean behin edo bitan egiten dute jarduera fisikoa edo kirola; hori da maiztasunik ohikoena bi sexuetan.



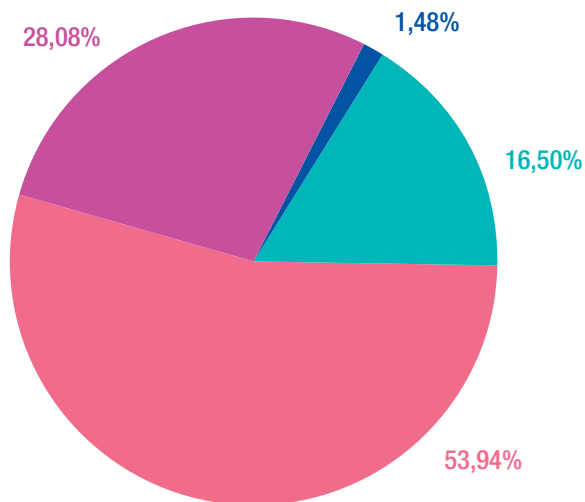
Eskualdeei begiratzen badiegu, Urola Kosta da maiztasunik handiena erakusten duena, elkarrizketatuen % 56,25ek astean hirutan edo gehiagotan egiten baitute jarduera fisikoa. Aitzitik, astean hirutan edo gehiagotan jardueraren bat egiten duten kirolari gutxien Deba eskualdean dago (% 23,34).

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLA KOSTA	BIDASOA
1	50,00%	18,93%	14,29%	14,89%	6,25%	15,79%
2	26,67%	32,54%	28,57%	40,43%	37,50%	42,11%
3	6,67%	21,30%	14,29%	21,28%	18,75%	26,32%
4	6,67%	10,06%	28,57%	6,38%	18,75%	0,00%
5 edo gehiago	10,00%	17,16%	14,29%	17,02%	18,75%	15,79%

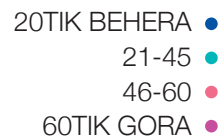
16. Taula: Taula: Jarduera fisikoa eta kirola egitearen maiztasuna eskualdearen arabera

2.1.1.2. Saioaren iraupena

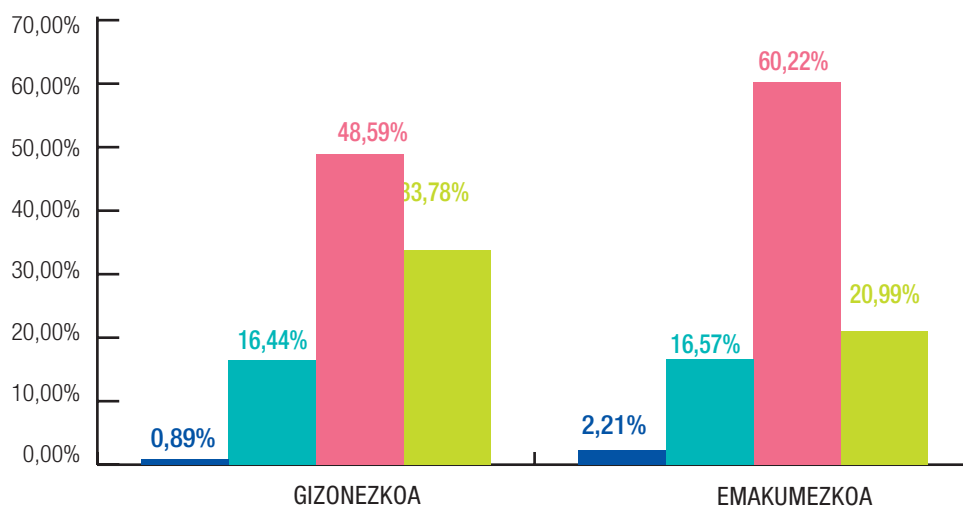
Kirolaririk gehienek 46 eta 60 minutu arteko saioak egiten dituzte. Aztertutako kirolarien % 53,94 minutu tarte horretan dabilta.



27. Irudia
Saioaren iraupena



Nola gizonezkoek (% 48,89) hala emakumezkoek (% 60,22) 46 eta 60 minutu arteko saioak egiten dituzte. Soilik gizonezkoen % 33,78k eta emakumezkoen % 20,99k egiten dituzte 60 minututik gorako saioak. Beraz, saio bakoitzean ematen duten denborari dagokionez, aldea ikusten da generoen artean.



28. Irudia
Saioaren iraupena generoaren arabera



Saio bakoitzari eskaintzen dioten denbora urritasun motaren arabera aztertzen badugu, azpimarratzekoa da garun paralisia dutenek eskaintzen diotela denborarik gehien beren kirol saioari- % 58,73k 60 minututik gora egiten dituzte saiko-. Oro har, gainerako urritasunetan, 46 eta 60 minutu arteko saioak egitea da ohikoena. Hain zuzen ere, saioaren iraupena zehaztuena duten kirolariak adimen urritasuna daukatenak dira, % 75,15ek 45-60 minutu bitarteko kirol saioa egien baitute.

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
20tik behera	0,00%	0,00%	0,00%	2,37%	3,03%
21-45	17,86%	28,75%	1,59%	15,38%	18,18%
46-60	46,43%	32,50%	39,68%	75,15%	42,42%
60tik gora	35,71%	38,75%	58,73%	7,10%	36,36%

17. Taula: Saioaren iraupena urritasun motaren arabera.

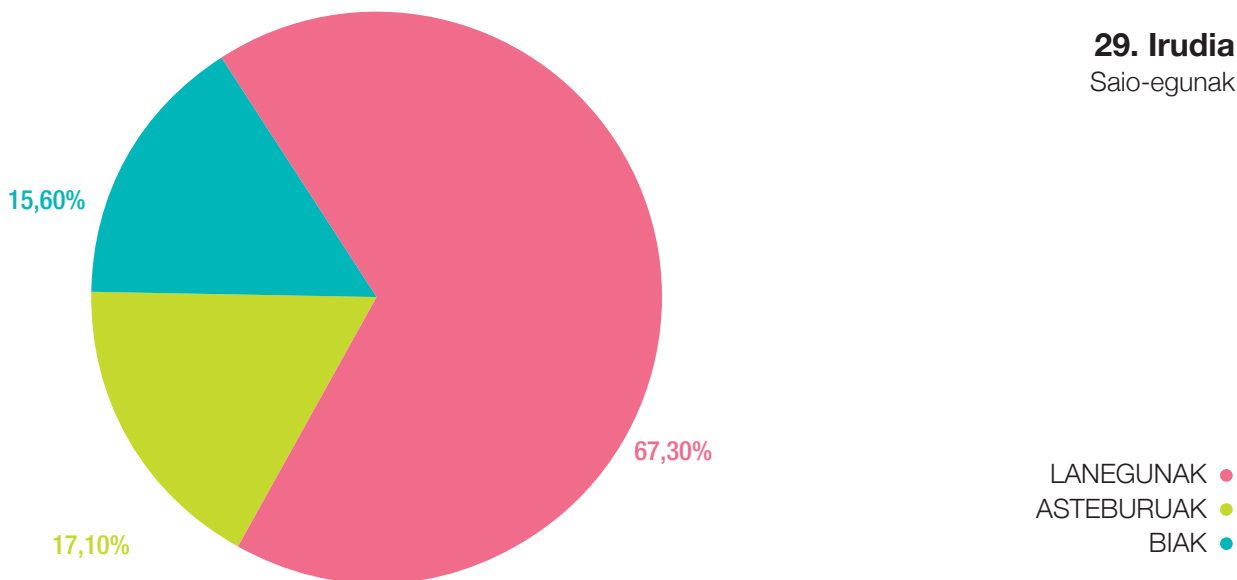
Azkenik, eskualdeei eta kirol saioen iraupenari dagokionez, Goierri aldean gehienek 60 minututik gorako jarduna egiten dute. Gainerako eskualdeetan, berriz, 46-60 minutu bitarteko saioak egitea da ohikoena.

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
20tik behera	0,00%	1,17%	0,00%	2,08%	5,56%	5,00%
21-45	30,00%	15,20%	6,67%	20,83%	16,67%	35,00%
46-60	36,67%	53,22%	40,00%	66,67%	38,89%	40,00%
60tik gora	33,33%	30,41%	53,33%	10,42%	38,89%	20,00%

18. Taula: Taula: Saioaren iraupena eskualdearen arabera.

2.1.1.3. Saio egunak

Asteko zein egunetan egin ohi duten kirola jaso dugu atal honetan. Emaitzek adierazten dutenez, kirolarien %67,3k lanegunean bakarrik egiten dute kirola. Kirolarien % 15,6k, aldiz, bai lanegunetan bai asteburuetan jarduten dute, eta % 17,1ek asteburuetan bakarrik.

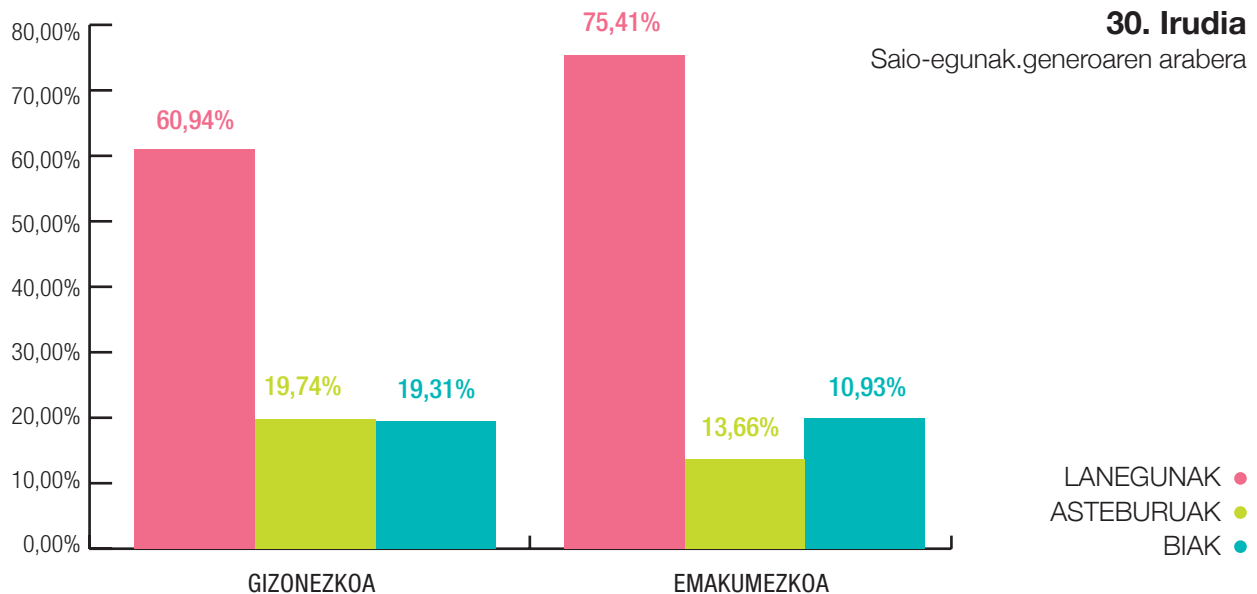


Horren harira, eta aldagai hau eskualdearen arabera aztertuz, lekurik gehienetan, batez ere lanegunetan aritzen dira kirolean. Badira, ordea, zenbait berezitasun: Deba aldean, adibidez, asteburuetan soilik aritzen direnen kopurua txikia da (%4,88); bai lanegunetan bai asteburuetan aritzen direnen kopuru handiena Tolosaldean daukagu (%25), eta Bidasoan elkarriketatatu ditugun kirolarietatik bakar batek ere ez du adierazi kirol jarduera lanegunetan nahiz asteburuetan egiten duenik.

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Lanegunak	78,05%	66,10%	77,27%	56,94%	68,18%	82,61%
Asteburuak	4,88%	19,49%	13,64%	18,06%	13,64%	17,39%
Biak	17,07%	14,41%	9,09%	25,00%	18,18%	0,00%

19. Taula: Saio-egunak eskualdearen arabera

Sexuaren arabera aztertzen badugu, emakumezko gehienek lanegunetan egiten dute jarduera fisikoa (%75,41), eta modu proportzionalan, gizonetzkoek baino gutxiagotan egiten dute asteburuetan (gizonetzkoak: % 19,74; emakumezkoak: % 13,66), edo bietan –bai asteburu bai lanegunetan- (gizonetzkoak:% 19,31; emakumezkoak: % 10,93).



Saio-egunari dagokionez, azpimarratzeko moduko emaitzak bildu ditugu urritasun motarekin lotuta. Garun paralisia duten pertsonen % 92,19k lanegunetan bakarrik egiten dute jarduera fisikoa. Eta saio-egunari dagokionez, banaketarik orekatuena, entzumen urritasuna dutenen artean aurkitu dugu: lanegunetan % 40, asteburuetan % 26,67 eta bietan %33,33.

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Lanegunak	40,00%	58,02%	92,19%	73,41%	51,47%
Asteburuak	26,67%	17,28%	0,00%	16,18%	30,88%
Biak	33,33%	24,69%	7,81%	10,40%	17,65%

20. Taula: Saio-egunak urritasun motaren arabera

2.2. GEHIEN EGITEN DEN KIROL MODALITATEA URRITASUN MOTAREN ARABERA

Urritasun motaren arabera gehien egiten diren kirol modalitateak jaso ditugu jarraian.

2.2.1. Entzumen urritasuna

Entzumen urritasuna duten pertsonen gehien egiten duten kirola igeriketa da, % 28 aritzen baitira igerian. Bigarren eta hirugarren lekuetan mendizaletasuna (%15,6) eta futbola (%9,4) dauzkagu, hurrenez hurren.

	MAIZTASUNA	BALIOZKO PORTZENTAJEA
Aerobika	2	6,3
Xakea	1	3,1
Atletismoa	2	6,3
Bizikleta estatikoa	2	6,3
Korrira egin	1	3,1
Txirrindularitza	1	3,1
Korrika	1	3,1
Eskia	1	3,1
Frontenisa	1	3,1
Futbola	3	9,4
Halterofilia	1	3,1
Karatea	1	3,1
Mantentze gimnastika	1	3,1
Mendizaletasuna	5	15,6
Igeriketa	9	28,1
Guztira	32	100,00

21. Taula: Entzumen urritasuna duten pertsonen gehien egiten duten kirola

2.2.2. Urritasun fisikoa

Urritasun fisikoa dutenek egiten dituzten kirolen artean igeriketa nabarmentzen da argi eta garbi, % 34,4k egiten baitute. Bigarren, gimnastika dago, partaideen % 9,8rekin.

	MAIZTASUNA	BALIOZKO PORTZENTAJEA
Aerobika, aerोजजा	2	3,2
Ibiltzea	2	3,3
Errehabilitazioa	1	1,6
Atletismoa	1	1,6
Saskibaloia	1	1,6
Saskibaloia aulkian	4	6,6
Bizikleta estatikoa	3	4,9
Boccia	1	1,6
Urpekaritza	1	1,6
Ehiza	2	3,3
Txirindularitza	3	4,9
Zalditerapia	1	1,6
Eskia	2	3,3
Frontenisa	1	1,6
Futbola	1	1,6
Gimnastika	6	9,8
Mendizaletasuna	3	4,9
Igeriketa	21	34,4
Padela	1	1,6
Pisuak	1	1,6
Taichia	1	1,6
Mahai tenisa	1	1,6
Aquagym	1	1,6
Guztira	61	100,0

22. Taula: Urritasun fisikoa duten pertsonen gehien egiten duten kirola



2.2.3. Garun paralisia

Garun paralisia duten pertsonen dagokienez, boccia da gehien egiten duten kirola, % 35,5ek egiten baitute. Atzetik, eta emaitza berdintsuekin, slaloma(%16,1), atletismoa (%14,5), igeriketa (%12,9) eta jaurtiketa (%11,3) dauzkagu.

	MAIZTASUNA	BALIOZKO PORTZENTAJEA
Atletismoa	9	14,5
Boccia	22	35,5
Korrira egin	1	1,6
Txirrindularitza	3	4,8
Futbola	1	1,6
Lanzamiento	7	11,3
Igeriketa	8	12,9
Slalom	10	16,1
Tiro	1	1,6
Guztira	62	100,0

23. Taula: Garun paralisia duten pertsonen gehien egiten duten kirola

2.2.4. Ikusmen urritasuna

Ikusmen urritasuna duten pertsonak egiten dituzten kirolen artean ez da bakar bat ere nabarmen gailentzen. Gehien egiten direnen artean hauek daude: gimnastika, Tirosa eta igeriketa, bakoitza % 11,6rekin, eta futbola % 10,1ekin.

	MAIZTASUNA	BALIOZKO PORTZENTAJEA
Aerobika	6	8,7
Ibiltzea	2	2,9
Dantza	2	2,9
Bizikleta estatikoa	4	5,8
Korrira egin	2	2,9
Txirindularitza	3	4,3
Futbola	7	10,1
Gimnastika	8	11,6
Goalballa	6	8,7
Beste batzuk	3	4,3
Mendizaletasuna	6	8,7
Igeriketa	8	11,6
Pisuak	2	2,9
Pilates	2	2,9
Tiros	8	11,6
Guztira	69	100,0

24. Taula: Ikusmen urritasuna duten pertsonak gehien egiten duten kirola



2.2.5. Adimen urritasuna

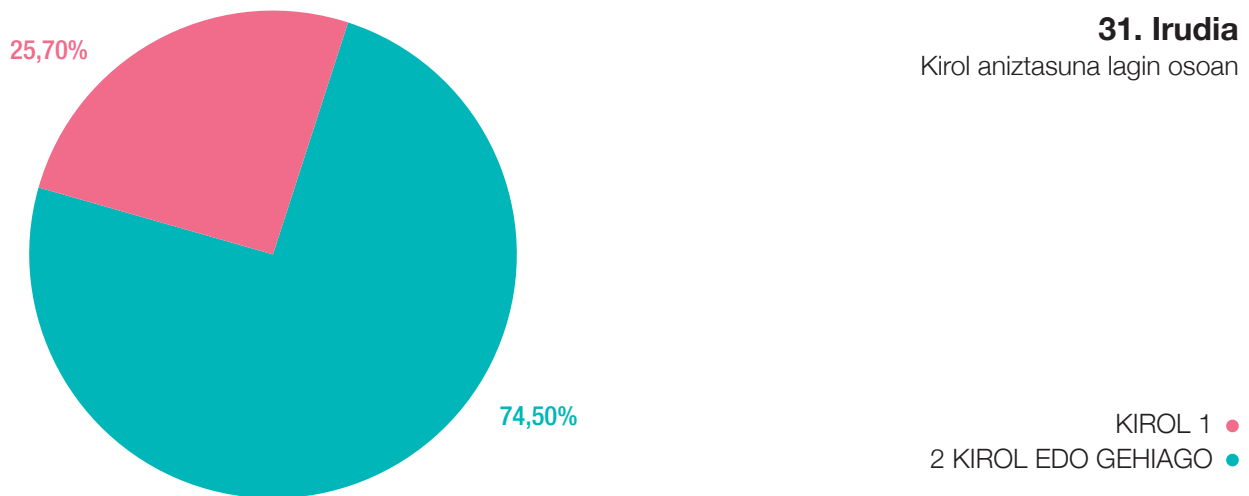
Adimen urritasuna duten pertsonen gehien egiten duten kirola igeriketa da (% 42,5) eta ondoren gimnastika (% 31,9).

	MAIZTASUNA	BALIOZKO PORTZENTA JEA
Atletismoa	4	2,5
Dantza	10	6,3
Saskibaloia	2	1,3
Bizikleta	1	,6
Bizikleta estatikoa	5	3,1
Estatikoa eskia	1	,6
Frontenisa	1	,6
Futbola	8	5,0
Gimnastika	51	31,9
Mendizaletasuna	5	3,1
Igeriketa	68	42,5
Tenisa	3	1,9
Mahai tenisa	1	,6
Guztia	160	100,0

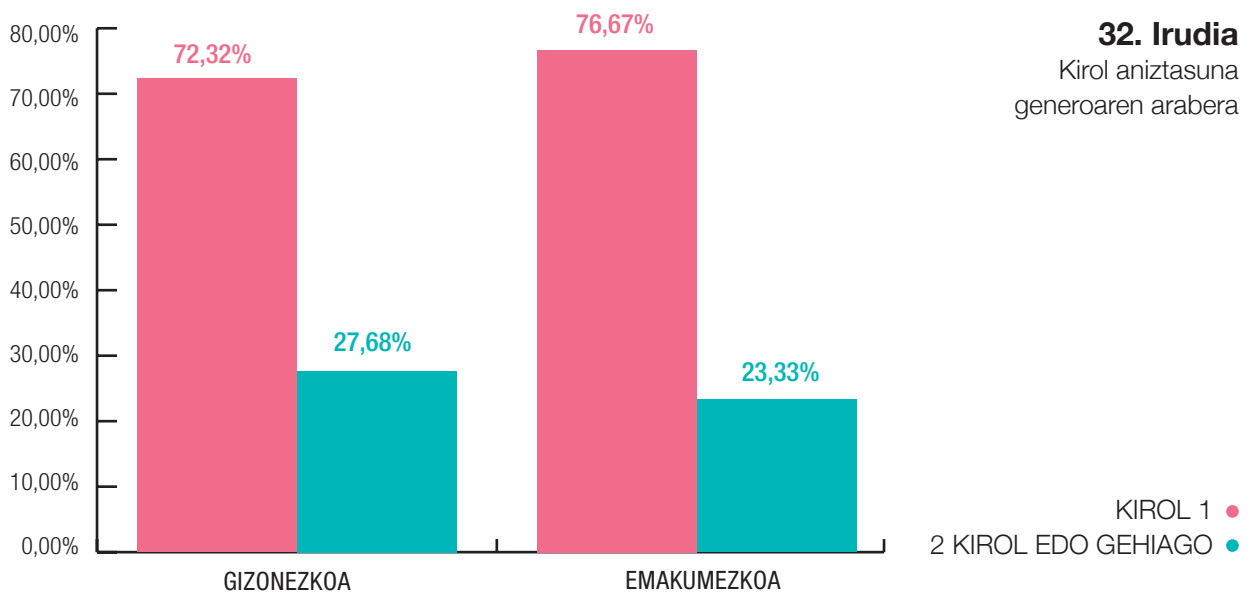
25. Taula: Adimen urritasuna duten pertsonen gehien egiten duten kirola

2.3. KIROL ANIZTASUNA

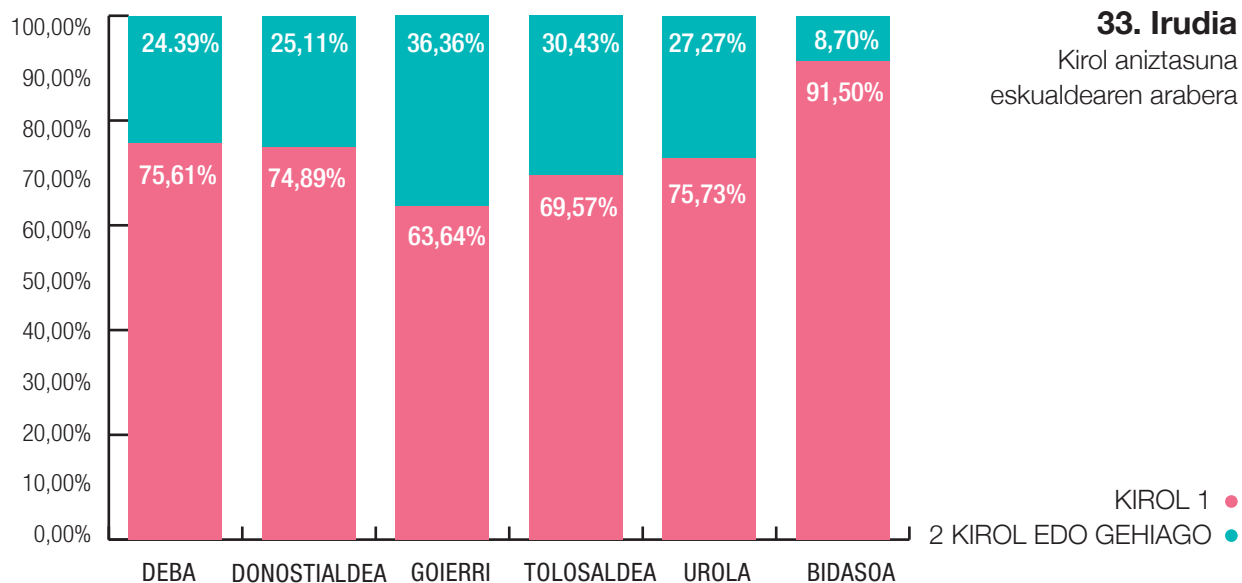
Aldagai hau neurtzean deskribatu nahi duguna zera da: lagin hautatuak kirol jarduera bakarra edo gehiago egiten ote dituen. Ikerketak utzi digun emaitzaren arabera, elkarrizketatutako pertsonen artean soilik % 25,7 aritzen dira bi kiroletan edo gehiagotan, eta % 74,3 kirol bakarrean aritzen dira.



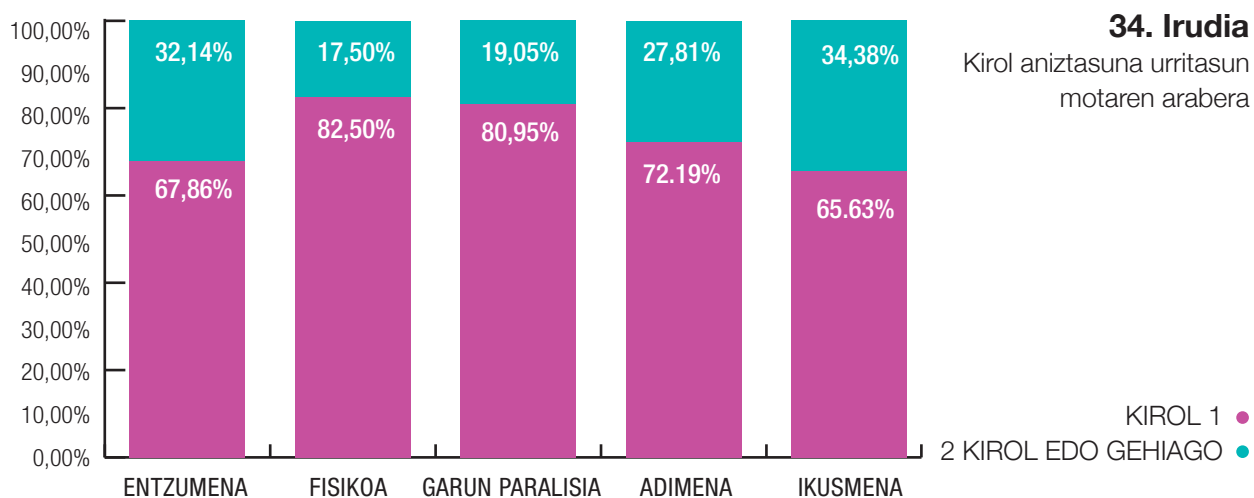
Kirol aniztasunari dagokionez, generokako banaketak antzeko emaitzak utzi dizkigu. Kirol bakarra egiten duten emakumezkoak gehixeago dira kirol bakarrean aritzen diren gizonezkoak baino (% 72,32 / %76,67).



Eskualdeei gagozkiela, bi nabarmentzen dira denen artean: Goierri, kirol aniztasunik gehien erakusten duena (% 36,36), eta Bidasoa, non kirolari gehienak kirol bakarrean aritzen diren (% 91,3).

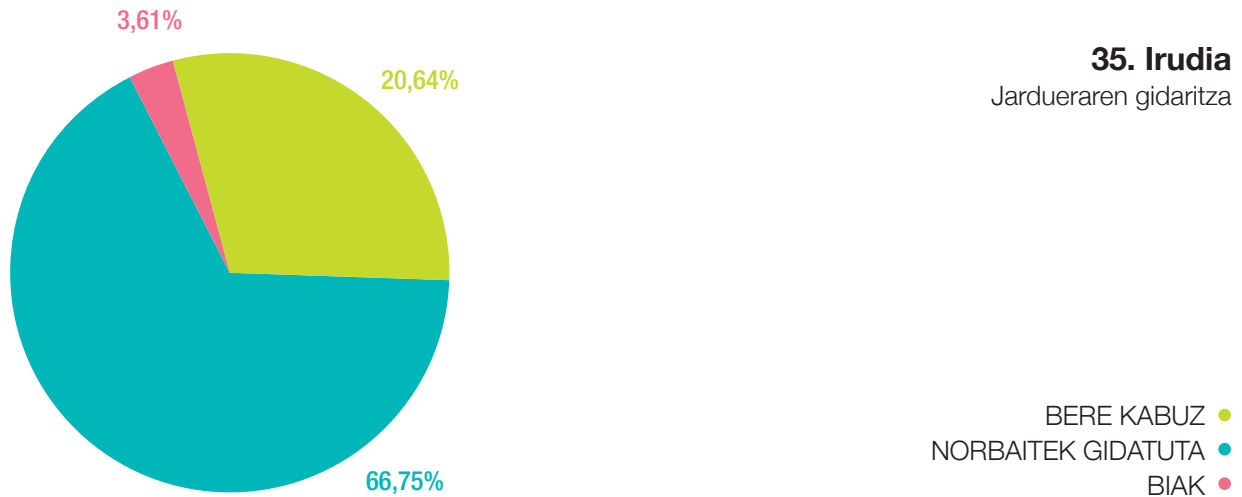


Urritasunez urritasun aztertuta, kirol aniztasun gehien agertzen duena ikusmena urritasuna da (% 34,38); eta aitzitik, jarduera fisiko edo kirol bakarrean aritzen direnen kopururik handienak urritasun fisikoa eta garun paralisia dutenengan dauzkagu: %82,50 eta 80,95 aritzen dira kirol bakarrean.

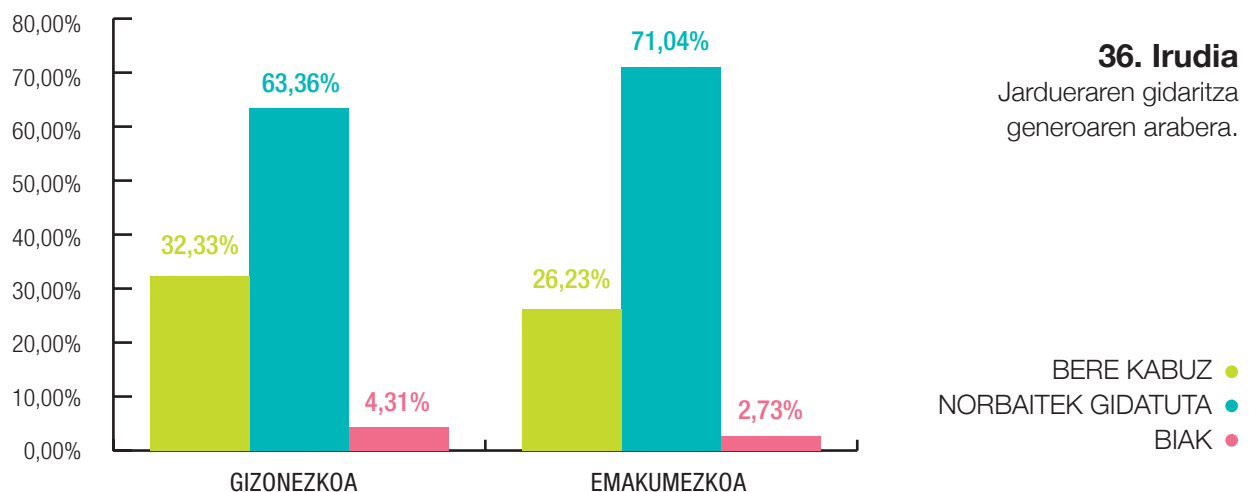


2.4. JARDUERAREN GIDARITZA

Ezgaitasuna duten pertsonen kirola jarduera nola dagoen gidatuta jaso dugu atal honetan. Bildu ditugun erantzunak aztertutik esan daiteke % 66,7 kasutan entrenatzaile baten gidaritzapean egiten dutela beren jarduera; % 29,64 beren kasa aritzen dira, hau da, inork zaindu gabe, eta % 3,61ek adierazi dute batzuetan beren kabuz aritzen direla eta beste batzuetan norbaiten esanetara.



Generoari gagozkiola, bai gizonezkorik bai emakumezkorik gehienek norbaiten gidaritzapean egiten dute kirola, baina emakumezkoen kasuan ehuneko handiagoa da (% 71,04); gizonezkoen % 63,36k aritzen dira norbaiten aginduetara, eta % 32,33 beren kabuz.



Jardueraren gidaritza urritasunaren arabera aztertzen badugu, adierazgarria da bi urritasunetan bildu dugun emaitza: garun paralisia duten kirolarien % 98,44 entrenatzaile baten gidaritzapean aritzen dira; aitzitik, entzumen urritasuna dutenen % 29,03 soilik aritzen dira norbaitek gidatuta, gehienak (% 67,74) bakarrik, inork zaindu gabe, aritzen dira.

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Bere kabuz	67,74%	49,38%	1,56%	20,81%	37,88%
Norbaitek gidatuta	29,03%	46,91%	98,44%	74,57%	57,58%
Biak	3,23%	3,70%	0,00%	4,62%	4,55%

26. Taula: Jardueraren gidaritza urritasunaren arabera

Eskualdeka, Deba aldean egiten da gehien jarduera gidatua (%92,68), eta inork begiratu gabe kirola egiten duten kirolari gehien Urola Kostan daude (% 54,55).

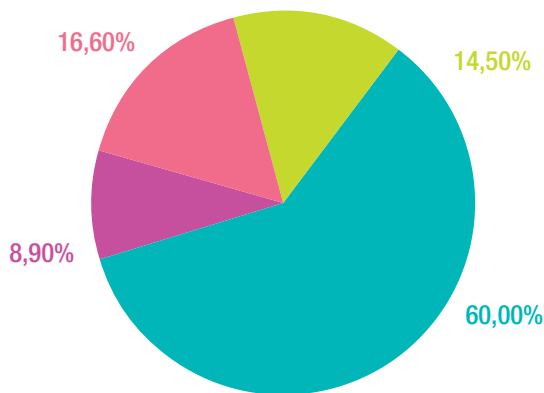
	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Bere kabuz	7,32%	29,79%	21,74%	33,80%	54,55%	39,13%
Norbaitek gidatuta	92,68%	65,11%	78,26%	63,38%	40,91%	60,87%
Biak	0,00%	5,11%	0,00%	2,82%	4,55%	0,00%

27. Taula: Jardueraren gidaritza eskualdearen arabera

2.5.URRITASUNIK EZ DUTEN PERTSONEKIN EDO URRITASUNA DUTENEKIN BATERA EGITEA JARDUERA FISIKOA

Jarduera fisikoa eta kirola egitearen helburu nagusietako bat urritasuna duten kirolariak urritasunik ez dutenekin batera jardutea da. Izenburuak berak dioen bezala, urritasunen bat duten pertsonak urritasunik ez dutenekin batera edo urritasunen bat dutenekin batera aritzen ote diren aztertu nahi izan dugu. Hori, oro har, eta adierazle espezifiko bakoitzean (eskualdea, urritasuna eta generoa) zenbateraino gertatzen den aztertu dugu atal honetan.

Ondoko .Irudian ikus daitekeenez, urritasuna duten kirolari askok (% 60) beraiena bezalako urritasuna edo antzekoa dutenekin batera egiten dute jarduera fisikoa. Soilik % 14,50 aritzen dira urritasunik ez duten pertsonekin batera, eta % 8,90ek adierazi dute bi moduetara jarduten direla. Urritasuna duten kirolarien % 16,60 bakarrik aritzen dira.

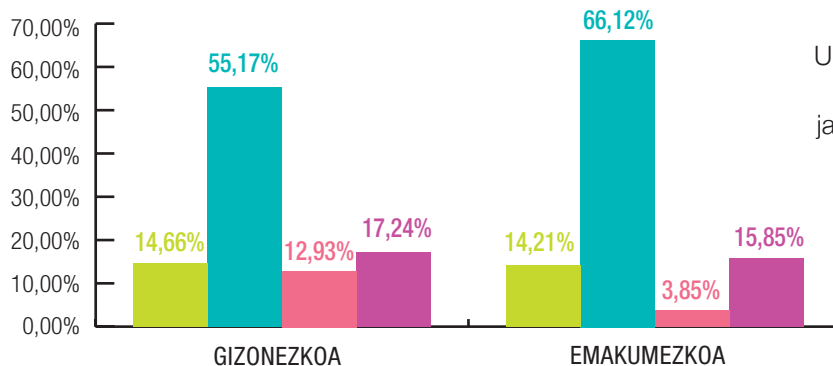


37. Irudia

Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa.

- URRITASUNIK EZ DUTENEKIN ●
- URRITASUNA DUTENEKIN ●
- BIEKIN ●
- BAKARRIK ●

Alde txikia dago gizonezkoen eta emakumezkoen artean aldagai honi dagokionez. Urritasuna dutenekin batera kirola egiten duten emakumezkoen kopurua handiagoa da (%66,12) gizonezkoena baino (%55,17).



38. Irudia

Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa, generoaren arabera.

- URRITASUNIK EZ DUTENEKIN ●
- URRITASUNA DUTENEKIN ●
- BIEKIN ●
- BAKARRIK ●

Eskualdez eskualde aztertzen badugu, Bidasoa aldean egiten dute kirolik gehien (% 21,74) urritasunik ez duten pertsonekin batera. Aitzitik, Deba aldean aritzen dira gehien urritasunen bat dutenak urritasunen bat dutenekin (% 87,80).

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Urritasunik ez dutenekin	9,76%	14,83%	13,64%	14,08%	13,64%	21,74%
Urritasuna dutenekin	87,80%	56,78%	77,27%	59,15%	31,82%	56,52%
Biekin	0,00%	11,44%	0,00%	8,45%	13,64%	4,35%
Bakarrik	2,44%	16,95%	9,09%	18,31%	40,91%	17,39%

28. Taula: Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa, eskualdearen arabera.

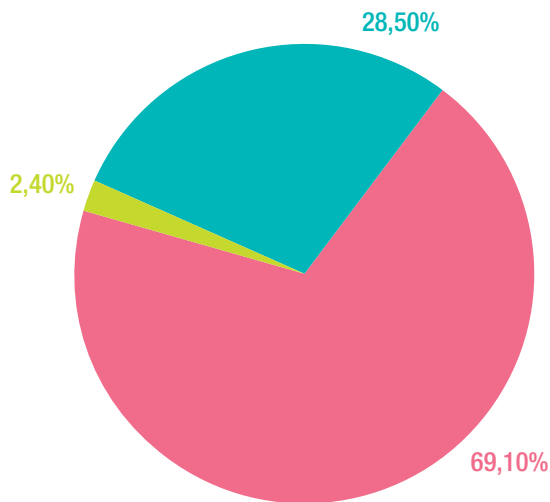
Urritasun motari dagokionez, garun paralisia dutenak aritzen dira batez ere beste urritasunen bat dutenekin batera (% 93,75). Aitzitik, entzumen urritasuna dutenak dira urritasunik ez duten pertsonekin batera gehien jarduten dutenak (% 30).

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Urritasunik ez dutenekin	30,00%	22,22%	3,13%	10,40%	19,40%
Urritasuna dutenekin	20,00%	38,27%	93,75%	70,52%	44,78%
Biekin	6,67%	18,52%	0,00%	7,51%	10,45%
Bakarrik	43,33%	20,99%	3,13%	11,56%	25,37%

29. Taula: Urritasunik ez duten pertsonekin edo urritasuna dutenekin batera egitea jarduera fisikoa, urritasunaren arabera.

2.6. KIROL FEDERATUA / EZ-FEDERATUA

Zer jarduera mota egiten duten galdetuta ohartu gara kirolari gehienak ez daudela federatuta (% 69,1). Soilik % 28,5ek daukate federatu lizentzia.

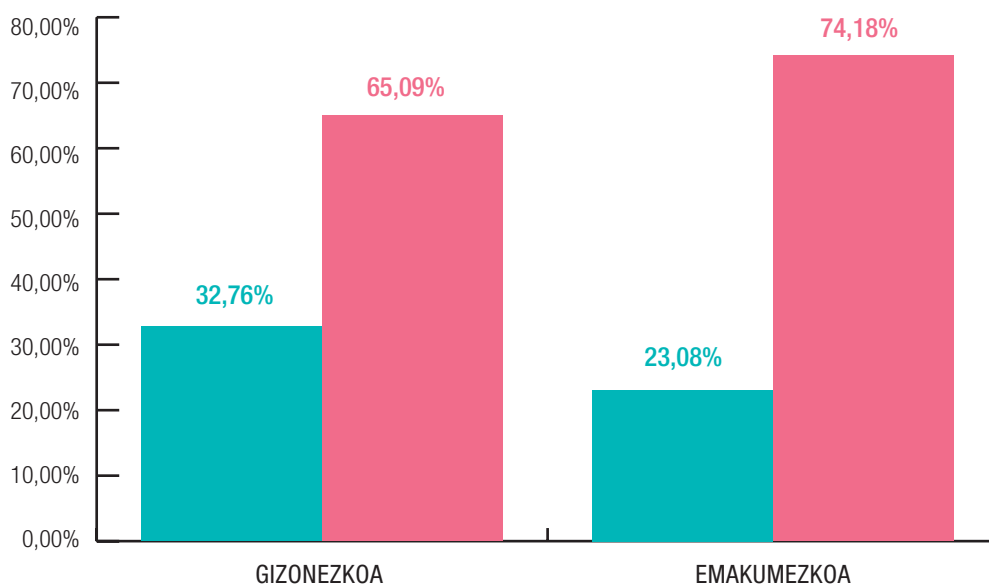


39. Irudia

Kirol federatua/ez-federatua lagin osoan

BAI ●
EZ ●
ED/EE ●

Jarduera mota generoaren arabera aztertuta ikusten da gizonezko gehiago daudela federatuta (% 32,78) emakumezkoak baino (% 23,08).



40. Irudia

Kirol federatua/ez-federatua generoaren arabera

BAI ●
EZ ●

Jarduera mota urritasunez urritasun aztertutik, garun paralisia duten pertsonen artean dago federatu gehien (% 87,50). Aitzitik, adimen urritasuna duten pertsonetan dago federatu kopuru txikiena (% 7,51).

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Bai	20,69%	22,22%	87,50%	7,51%	37,31%
Ez	75,86%	76,54%	10,94%	89,02%	61,19%
ED/EE	3,45%	1,23%	1,56%	3,47%	1,49%

30. Taula: Kirol federatua/ez-federatua urritasunaren arabera

Jarduera motari eta eskualdeei gagozkiela, Goierri (% 59,09) eta Deban (% 48,78) dago federatu kopururik handiena.

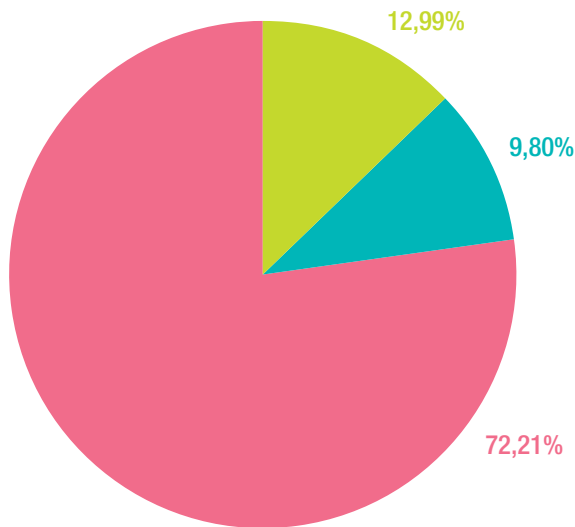
	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLAKOSTA	BIDASOA
Bai	48,78%	28,21%	59,09%	13,89%	22,73%	17,39%
Ez	51,22%	68,80%	40,91%	83,33%	77,27%	78,26%
ED/EE	0,00%	2,99%	0,00%	2,78%	0,00%	4,35%

31. Taula: Kirol federatua/ez-federatua eskualdeen arabera



2.7. HIZKUNTZA

Jarduera fisikoa eta kirola egitean erabiltzen duten hizkuntzari dagokionez, % 72,21 gaztelaniaz aritzen dira, % 9,80 euskaraz eta % 12,99 bi hizkuntzetan.

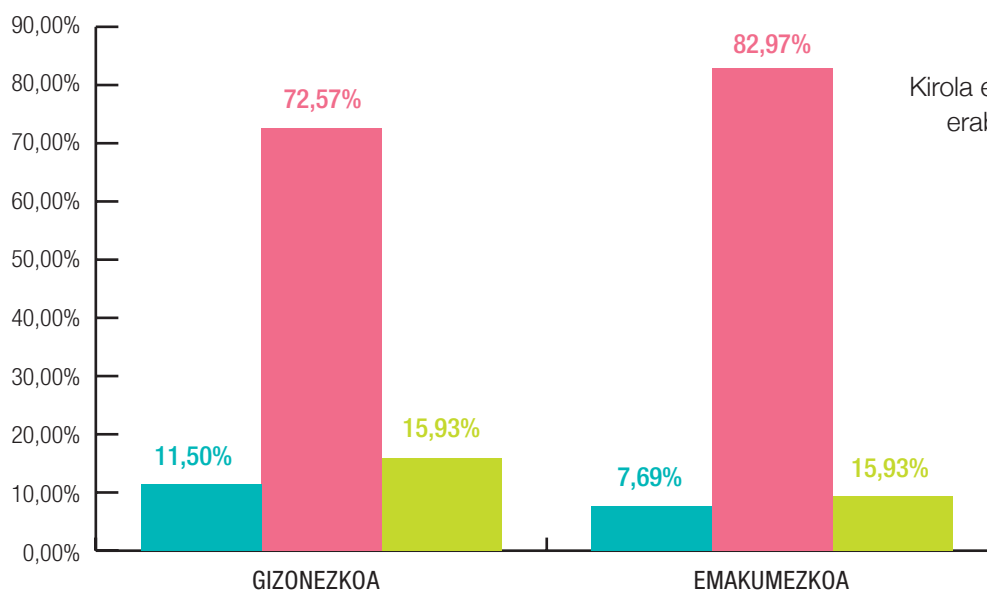


41. Irudia

Kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza

EUSKARA ●
GAZTELANIA ●
BIAK ●

Kirola egiten ari direnean, gizonezkoen % 72,57k eta emakumezkoen % 82,97k gaztelania erabiltzen dute komunikatzeko. Gizonezkoen %15,93 eta emakumezkoen % 9,34 bi hizkuntzetan aritzen dira.



42. Irudia

Kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza generoaren arabera

EUSKARA ●
GAZTELANIA ●
BIAK ●



Jarduera fisikoa edo kirola egitean gaztelania erabiltzen dute gehien urritasun mota desberdinetako pertsonen. Entzumen urritasuna dutenek (% 90,32) eta adimen urritasuna dutenek (% 83,73) erabiltzen dute gaztelania gehien. Euskararik gehien, berriz, urritasun fisikoa dutenek darabilte (% 16,46), eta garun paralisia duten pertsonen erabiltzen dituzte gehien bi hizkuntzak (% 25).

	ENTZUMENA	FISIKOA	GARUN PARALISIA	ADIMENA	IKUSMENA
Euskara	0,00%	16,46%	3,13%	10,24%	11,76%
Gaztelania	90,32%	67,09%	71,88%	83,73%	72,06%
Biak	9,68%	16,46%	25,00%	6,02%	16,18%

32. Taula: Kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza urritasunaren arabera

Eskualdeei eta hizkuntza erabilerari gagozkiela, Bidasoan (% 86,96) eta Donostialdean (% 84,55) erabiltzen dute gaztelania gehien. Aitzitik, Urola Kostan (%20), Deban (%19,51) eta Tolosaldean (%16,18) erabiltzen dute euskara gehien kirola egitean.

	DEBA	DONOSTIALDEA	GOIERRI	TOLOSALDEA	UROLA KOSTA	BIDASOA
Euskara	19,51%	6,44%	8,70%	16,18%	20,00%	0,00%
Gaztelania	41,46%	84,55%	65,22%	77,94%	65,00%	86,96%
Biak	39,02%	9,01%	26,09%	5,88%	15,00%	13,04%

33. Taula: Kirola egitean komunikatzeko erabiltzen duten hizkuntza eskualdearen arabera



Konklusioak

Aurkeztu dugun azterlan zabal hau laburbiltze aldera, ikertutako bi atal nagusien konklusioak bildu ditugu jarraian: jarduera fisikoa eta kirola egitea baldintzatzen duten aldagaiak eta jarduera fisikoa eta kirola egitearen ezaugarri nagusiak.



1. JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEA BALDINTZATZEN DUTEN ALDAGAIAK

1.1. KIROLA EGITEAREN GARRANTZIA

Oro har, ezgaitasuna duten pertsonak “garrantzi handikoa” dela uste dute jarduera fisikoa egitea. Kasu honetan ez dago alderik generoen edo eskualdeen artean, baina bai urritasun motari dagokionez; hain zuzen ere, garun paralisia dutenek baloratzen dute ondoen kirola egitea.

1.2. KIROLA EGITEN EMATEN DUTEN DENBORA

Kirola egiteari ematen dioten garrantzia aintzat hartzen badugu, kirola egiten ematen duten denboraren gainean lortutako emaitzak kontraesankorrak dira. Ezgaitasuna duten pertsonen % 64k adierazi dute ez dutela “batere” denborarik ematen edo denbora “gutxi” ematen dutela. Eta garun paralisia daukatenek ematen dute denborarik gehien kirola egiten.

1.3. PARTE-HARTZEA EHUNEKOTAN

Datuek diotenez, gizonezko gehiago aritzen dira kirolean emakumezkoak baino. Bestalde, urritasunez urritasun aztertuta, adimen urritasuna dutenek egiten dute kirolik gehien. Eskualdeetan, berriz, Tolosaldean dago parte-hartzerik handiena.

1.4. KIROLA EGITEARI UZTEA

Orain batere jarduerarik egiten ez duten pertsonen % 28k, nola gizonezko hala emakumezkoek, adierazi dute lehenago kirola egin izana. Proporzioan, adimen urritasuna daukatenek uzten diote gehien kirola egiteari. Kirolik inoiz egin ez duen jenderik gehiena Tolosaldean dago.

1.5. KIROLA EGITEAREN ZERGATIAK

Dirudienez, kirola egitearen zergati nagusia “dibertsioa” da, eta ondoren “sasoi onean egotea”. Gutxien hautatu duten aukera “behartzen nautelako” izan da. Generoen artean ez dago alderik “lehiatzea” aldagaian ez bada; hor, gizonak “lehiakorragoak” dira emakumezkoak baino. Urritasunei dagokionez, desberdintasun bakarra urritasun fisikoa dutenengan aurkitu dugu, “sasoi onean egotea” hautatu baitute gehien.

1.6. JARDUERA EZ EGITEAREN ZERGATIAK

Kirolik ez egitearen zergati nagusiak “denbora falta” eta “urritasuna bera” izan dira, azken hori batez ere urritasun fisikoa eta entzumen urritasuna dutenen artean. Aipatzekoa da garun paralisia dutenek kirola ez egiteko hautatutako zergati nagusia: joan-etorria.

1.7. GIZARTE BABESA

Garun paralisia duten pertsonak jasotzen dute babesik gehien lagunengandik eta familiarengandik. Aitzitik, entzumen urritasuna daukaten pertsonak izaten dute laguntzarik gutxien.

1.8. TEKNIKARIEN PRESTAKUNTZA

Elkarrizketaturiko pertsonarik gehienek “ona” edo “oso ona” bezala balioesten dute. Entzumen urritasuna daukatenek balioesten dute okerren teknikarien prestakuntza, eta ondoen, berriz, garun paralisia dutenek.

1.9. INSTALAZIOEN EGOKITZEA

Iritziak orekatuta daude aldagai honetan: % 45en ustez instalazioak ez daude “batere” egokituak edo “gutxi” egokituak daude; % 50ek, aldiz, uste dute “ondo” edo “oso ondo” egokituak daudela; entzumen eta ikusmen urritasuna daukatenak kexatu dira gehien instalazioak behar bezala egokitu gabe daudelako.



2. JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA EGITEAREN EZAUGARRI NAGUSIAK

2.1 JARDUERA FISIKOA ETA KIROLA MODU OSASUNGARRIAN EGITEN OTE DUTEN NEURTZEA

Parte-hartzea handia den arren, oso pertsona gutxik egiten dute jarduera fisikoa modu osasungarrian (laginaren % 19k soilik). Ildo horretan, gutxigatik bada ere, gizonezkoek modu osasungarriagoan egiten dutela ematen du. Urritasunari dagokionez, berriz, entzumen urritasuna duten pertsonak egiten dute kirola modurik egokienean edo osasungarrienean, eta aitzitik, garun paralisia dutenek pertsonak dira desegokien egiten dutenak.

2.2. KIROL MODALITATEA URRITASUNAREN ARABERA

Urritasuna duten pertsonak gehien egiten duten kirola igeriketa da. Esate baterako, entzumen urritasuna dutenen % 28 aritzen da igerian, urritasun fisikoa dutenen %34,4 eta adimen urritasuna dutenen %42,6. Ikusmen urritasuna dutenei dagokienez, igeriketa da gehien egiten duten kirola, gimnastika eta tiro edo tiraketarekin batera. Garun paralisia duten pertsonak, ordea, boccia-n aritzen dira batez ere, % 35,5 hain zuzen ere.

2.3. KIROL ANIZTASUNA

Kirol edo jarduera fisikoren bat egiten duten pertsonen heren bat baino gehiago kirol batean baino gehiagotan aritzen dira. Bidasoa eskualdea aipatu behar da, han kirolari gehienak kirol bakarrean aritzen baitira. Era berean, garun paralisia duten gehienek ere kirol bakarra egiten dute. Generoari dagokionez, ez dago alde handirik, baina kirol batean baino gehiagotan aritzen direnen kopurua handixeagoa da gizonezkoetan emakumezkoetan baino.

2.4. JARDUERAREN GIDARITZA

Aztertu den beste alderdietako bat jardueraren gidaritza izan da; hau da, jarduera gidatua den edo ez. Kasurik gehienetan norbaiten gidaritzapean gauzatzen dute jarduera, baina entzumen urritasuna eta urritasun fisikoa duten asko beren kasa aritzen dira. Aitzitik, garun paralisia duten ia pertsona guztiak norbaiten gidaritzapean aritzen dira. Aipagarria da, halaber, gehiago direla beren kabuz aritzen diren gizonezkoak emakumezkoak baino.

2.5. URRITASUNIK EZ DUTENEKIN/URRITASUNA DUTENEKIN

Jarduera fisikoa urritasunik ez dutenekin edo urritasuna dutenekin batera egiteak ezgaitasunaren beste alderdi batzuen egoera erakusten du. Urritasuna dutenek urritasunen bat dutenekin batera gauzatzen dituzte jarduerarik gehienak. Kasu honetan, urritasunak badu zerikusia jarduera egiteko moduarekin; izan ere, entzumen urritasuna dutenak aritzen dira batez ere urritasunik ez dutenekin batera, eta ondoren datoz urritasun fisikoa eta ikusmen urritasuna dutenak. Eta beste aldean, urritasunen bat dutenekin batera aritzen direnen aldean, daude garun paralisia daukatenak.

2.6. KIROL-FEDERATUA – EZ-FEDERATUA

Jarduera fisikoa edo kirola egiten duten oso pertsona ezgaitu gutxi daude federatuta (% 28). Gizonezko federatuen kopurua handiagoa da emakumezkoena baino. Urritasun motari dagokionez, garun paralisia dutenen artean dago federatu gehien eta adimen urritasuna dutenen artean gutxien. Aldagai hau eskualdez eskualde azterturik, Goierri aldean dago federaturik gehien eta Tolosaldean nahiz Urola Kostan gutxien.

2.7 HIZKUNTZA

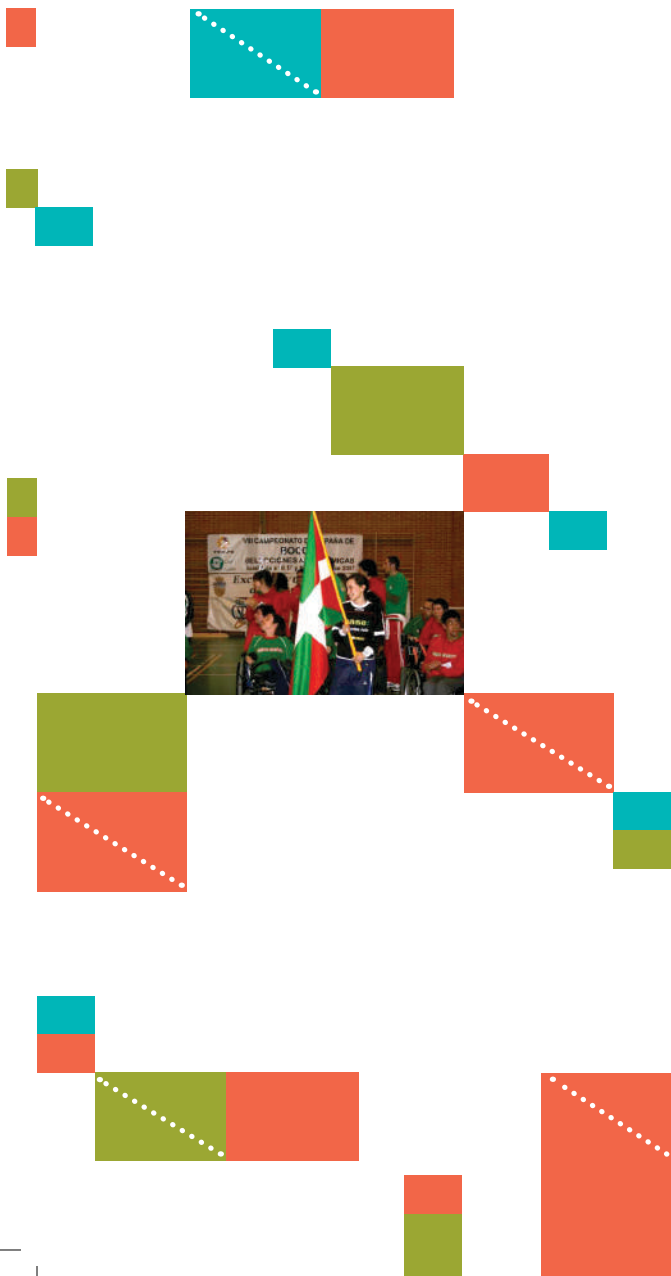
Kirola edo jarduera fisikoa egitean batez ere gaztelania erabiltzen dute komunikatzeko, eta euskararik gehien Deba bailaran egiten dute.



ETORKIZUNEN IKERKUNTZA ILDOAK

Azterlan hau osatzeko komenigarria izango litzateke *Gipuzkoan ezgaitasuna duten pertsonen kirol ohiturekin* lotura duten eta hainbat arrazoirengatik aztertu ezin izan ditugun beste zenbait alderdi ikertzea.

ETORKIZUNEN IKERKUNTZA ILDOEN ARTEAN HONAKOAK EGON DAITEZKE



- Urritasunen bat duten ikasleak zein egoeratan dauden aztertu kirol aniztasunari eta kirolari egiteari dagokienez. Zailtasunak dauzkaten neska-mutilek derrigorrezko hezkuntzan zer kirol eskaintza duten ikusi.
- Urritasuna duten pertsonekin kirol jardueretan aritzen diren teknikarien prestakuntzari buruzko azterketa egin.
- Buruko gaitzak dauzkaten pertsonen buruzko azterketa bat egin; izan ere, eta azken urteetan ugaritzen ari den urritasuna izan arren, azterlan honetan ez ditugu aintzat hartu.

Bibliografía

American College of Sports Medicine, 1995 en Cooper, R. A., L. A. Quatrano; (1999) (American College of Sports Medicine, 1995. ACSM's guidelines for exercise, testing, and prescription. 5th ed. Baltimore, MD: Williams and Wilkins; en Cooper, R. A., L. A. Quatrano (1999). *Research on Physical Activity and Health among People with Disabilities: A consensus Statement*. Journal of Rehabilitation and Development. Vol. 36, Nº 2, April 1999. pp 142-154.)

Arbinaga Ibarzabal, Felix. *¿Por qué se hace deporte siendo discapacitado físico?*
Federación Provincial de Asociaciones de Minusválidos Físicos, Huelva, 2003.

Arruza J., Arribas S. y cols. (2001). Estudio sobre los hábitos deportivos de la población de Guipúzcoa. G.U.M.P. Iceberg. Diputación Foral de Gipuzkoa.

Caus i Pertegaz, Nuria y Gutiérrez Sanmartín, Melchor. *Descripción y evolución de la práctica de actividad física adaptada. III Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Valencia, 22-25 noviembre de 2001.*

Doll-Tepper, G. (1992). Deporte de minusvalidos e integración social. En, Libro de ponencias. / *Congreso de Paralímpico. Barcelona '92*. 31 de agosto a 3 de septiembre de 1992. Barcelona: Fundación ONCE.

Golberg, G. (1995) *Sports and exercise for children with chronic health conditions*. Champaign Ill.: Human Kinetics.

Fu, F. H. (1996). *Attitudes towards and participation in sport and physical activity: A survey among disabled persons*. Hong Kong: Departement of Physical Education, Hong Kong Baptist University. En Sit, C.H.P. y K. J. Lidner (2002). Sport participation of Hong Kong chinese children with disabilities in special schools. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2002, 19, 453-471.

Fung, L. (1996). An inquiry into the motives for engaging in physical activities among male and female disabled athletes. In K.M. Chan & F.H. Fu (Eds.), *Synopsis of sports medicine and sports science 1988-1989* (pp. 14-15). Hong Kong: Hong Kong Centre of Sports Medicine and Sports Science, The Chinese University of Hong Kong. En Sit, C.H.P. y K. J. Lidner (2002). Sport participation of Hong Kong chinese children with disabilities in special schools. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2002, 19, 453-471

Health, G. W., & Fentem, P. H. (1997). *Physical activity among persons with disabilities – A public health perspective*. Exercise Sport Science Review, 25, 195-234; en Hanson, C.S., D. Nabavy, 2001. The Effect of Sport on Level of Community Integration as Reported by Persons with Spinal Cord Injury. American Journal of Occupational Therapy, nº3, vol 55, 332-338.

Longmuir and Bar-Or (1994). "Factors Influencing the Physical Activity Levels of Youth with Physical and Sensory Disabilities" *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2000,17, 40-53.

Prieto Saborit, Jose Antonio y Paloma Nistal Hernández. *La importancia del deporte-salud*. <http://www.efdeportes.com> Revista digital, Buenos Aires. Año 9, nº 61, junio de 2003. pag.1.

Rollins, R., & Nichols, D. (1994). Leisure constraints, attitudes, and behaviour of people with activity restricting physical disabilities. En A. Tomlinson (Ed.), *Leisure: modernity, postmodernity, and lifestyles* (pp. 277-290). Brighton. UK: LSA Pub. En Caus i Pertegaz, Nuria y Gutiérrez Sanmartín, Melchor. *Descripción y evolución de la práctica de actividad física adaptada*. III Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Valencia, 22-25 noviembre de 2001.

Van Der Ploeg, H. P., A. J. Van Der Beek (2004). *Physical Activity for People with a Disability. A Conceptual Model*. Sports Medicine, 34. pp 639-649.

Ross, C.D. (1983). Leisure in the desinstitutionalization process: a vehicle for change. *Journal of Leisure Studies*, 10.

Weiss, J., Diamond, T., Demark, J. and Lovald, B. (2003). *Involvement in Special Olympics and its relations to self-concept and actual competency in participants with developmental disabilities*.

www.gkef-fgda.org

