



En la Autónoma promovemos el Deporte Seguro

Queremos que todos los deportistas de la Autónoma puedan entrenar y competir en un ambiente saludable, seguro y solidario, en un espacio respetuoso, equitativo y libre de cualquier forma de acoso y abuso.

En nuestra Universidad fomentamos la práctica de actividad física y deporte seguro para toda la comunidad, garantizando la aplicación de los diferentes principios en cada actividad deportiva.

01

Dignidad

Valoramos la dignidad de cada persona.

Mostramos respeto por la vida privada de los atletas, entrenadores y líderes.

Queremos un #EntornoSeguro para todos los miembros de nuestra comunidad, asegurando así el bienestar y la igualdad de oportunidades para cada individuo.

02

Estereotipos

Promocionamos los valores inherentes al deporte y la práctica de la actividad físico-deportivo como la fuerza, valentía, perfección, vitalidad y la salud. Sin embargo, reconocemos que también es posible experimentar dolor, miedo y frustración.

Aceptamos y validamos estas emociones como parte del sentir de cada persona.

03

Deporte libre de discriminación

El deporte adaptado y paralímpico reconoce la existencia de atletas con discapacidades físicas, visuales, intelectuales y auditivas, quienes pueden participar en diversas disciplinas y categorías.

Esto reconoce y valora la diversidad funcional y garantiza una competencia justa, libre de sesgos y discriminación para todas las personas.

04

La importancia de las diferencias

La diversidad enriquece las prácticas deportivas. Se ha demostrado que, en el deporte, los equipos formados por personas con diferentes perspectivas y habilidades tienden a ser más efectivos y cohesivos. Valoramos cómo las diferencias aportan a la mejora continua y al desarrollo de habilidades.

05

El tipo de contacto y la relación con el cuerpo

Enseñar una destreza físico-deportiva no te faculta para tocar o hablar libremente sobre el cuerpo de quienes realizan la actividad.

Cuando corrijas aspectos posturales o motores, pide permiso antes de tocar y enfócate en el aprendizaje y destreza al momento de evaluar.

Lo importante es el progreso y la autosuperación de cada persona.

06

Respeto

Tratar a todas las personas con respeto es esencial.

Nos comprometemos a abstenernos de cualquier forma de comunicación, acción o comportamiento que pueda ser percibido como ofensivo.

Buscamos crear un entorno donde todos los miembros de la comunidad deportiva se sientan valorados, seguros y dignos.

07

El rol del técnico

Creemos en un rol que evite relaciones afectivas con deportistas y el uso de refuerzo negativo en la enseñanza.

Las interacciones afectivas en situaciones de desigualdad de poder afectan el consentimiento y la dinámica de aprendizaje.

La agresividad en la enseñanza deteriora el autoconcepto y el rendimiento deportivo, en lugar de mejorarlo.

08

Éxito deportivo y estándar de perfección física

¿Por qué asumir que los mejores atletas o deportistas deben tener un físico perfecto?

Los desafíos del deporte adaptado y paralímpico, practicado por personas con discapacidad, enseñan que los estereotipos de un cuerpo perfecto se desmoronan.

La verdadera esencia del deporte reside en la actividad física y en la autosuperación.