

HOJA DE AUTORREFLEXIÓN SOBRE LAS BARRERAS QUE ENFRENTA A LOS PARTICIPANTES

Reflexiones sobre las barreras a la participación

Esta hoja de trabajo está diseñada para ayudar a entrenadores, facilitadores y organizaciones deportivas a reflexionar sobre las barreras que pueden afectar la participación en su contexto local. El objetivo es fomentar el pensamiento crítico, identificar áreas de mejora y promover entornos deportivos más inclusivos.

Parte 1. Identificación de barreras

¿Qué barreras tienen más probabilidades de afectar la participación en su organización?

- ☐ Barreras lingüísticas
- ☐ Costes y limitaciones financieras
- ☐ Transporte y accesibilidad
- ☐ Restricciones de tiempo
- ☐ Miedo a la discriminación
- ☐ Acceso limitado a la información
- ☐ Baja autoestima o aislamiento social
- ☐ Otro: _____

Parte 2. Reflexiones sobre la participación

¿Qué barrera cree usted que tiene el mayor impacto en la participación en su contexto?



EQUAL PLAY

¿Por qué cree que esta barrera es particularmente importante?

Parte 3. Reconocer las señales de advertencia

¿Ha observado alguno de los siguientes signos?

- ☐ Asistencia irregular
- ☐ Llegadas tardías frecuentes
- ☐ Participación limitada
- ☐ Evitar la comunicación
- ☐ Dificultad para seguir las instrucciones
- ☐ Aislamiento social
- ☐ Abandono inesperado
- ☐ Otro: _____

¿Cuáles son los síntomas más comunes?



Co-funded by
the European Union



PFI
Padel Federation
of Ireland



nekser



PRISM
Impresa Sociale





EQUAL PLAY

Parte 4. Comprender las causas

¿Alguna vez has asumido que un participante carecía de motivación cuando podría haber existido otro obstáculo?

☐ Sí

☐ No

Si es así, ¿qué podría haber estado sucediendo?

Parte 5. Planificación de acciones

¿Qué obstáculo debería abordar primero su organización?

¿Qué medidas podrían adoptarse para reducir esta barrera?



Co-funded by
the European Union



PFI
Padel Federation
of Ireland



nekser



PRISM
Impresa Sociale





EQUAL PLAY

¿Quiénes deberían participar?

¿Cuándo podría implementarse esta medida?

Compromiso personal

Una medida que tomaré durante el próximo mes para mejorar la inclusión y la participación:



Co-funded by
the European Union



PFI
Padel Federation
of Ireland



nekser



PRISM
Impresa Sociale

