

RESUMEN

“El deporte tiene la potestad de cambiar al mundo; tiene la potestad de conquistar; tiene el dominio de unir a las personas de una manera que pocas cosas pueden lograr”. (Mandela, N., 1994) . Esta investigación determina la influencia de un programa de entrenamiento de la fuerza en el desarrollo del lanzamiento de la Boccia en jugadores con Parálisis Cerebral del equipo paralímpico del Ecuador durante el año 2019. La investigación nace con el fin de apoyar el deporte ecuatoriano en este caso el Boccia, buscando la inclusión social y el mejoramiento de la calidad de vida de las personas con Discapacidad Física e Intelectual. Es de vital importancia tomar en cuenta que el mejoramiento del lanzamiento este año incidirá de manera positiva o negativa en los futuros juegos paralímpicos de Tokio 2020, por lo que esta investigación se alinea con los objetivos prioritarios de este año de los Juegos Paralímpicos del Ecuador a manos del Ministerio del Deporte. Es así que se seleccionó a 7 deportistas Bc1 y Bc2 del equipo de Boccia que pertenecen a la Federación deportiva ecuatoriana de personas con discapacidad física con el fin de implementar un programa de entrenamiento de la fuerza y conseguir de esta forma mejores resultados en juegos paralímpicos. Se muestran los resultados al término de la investigación con datos estadísticos sobre las variables de esta investigación.

Palabras claves:

- **BOCCIA**
- **FUERZA**
- **DISCAPACIDAD**

ABSTRACT

This research determines the influence of a strength training program on the development of the launch of the Boccia in players with Cerebral Palsy of the Ecuadorian Paralympic team during the year 2019. The research was born with the aim of supporting Ecuadorian sport, in this case, Boccia, seeking social inclusion and improving the quality of life of people with Physical and Intellectual Disabilities, attacking its main problems associated with the decrease in Strength, one of the most serious problems in our players with Cerebral Palsy of the Paralympic team. It is vitally important to note that improving launch this year will positively or negatively impact future Tokyo 2020 Paralympic Games, so this research is aligned with this year's priority goals of the Ecuador Paralympic Games to hands of the Ministry of Sport. Different experimental studies have shown that strength training improves performance in athletes who require launch strength, including athletes with cerebral palsy. Thus, 7 Bc1 and Bc2 athletes from the Boccia team who belong to the Ecuadorian Sports Federation of people with physical disabilities were selected in order to implement a strength training program and thus achieve better results in Paralympic games, applying a program that consisted of a 10-week macro cycle, 3 mesocycles and 4 micro cycles per week.

Keyword:

- **BOCCIA**
- **STRENGTH**
- **DISABILITY**