

	<p align="center">VALORES DEL DEPORTE Una historia real de: SUPERACIÓN</p>	<p align="center">DIRIGIDO A: Alumnos/as de 2º ESO</p>
<p>Apellidos y nombre: Curso: Grupo: Nº: Fecha de entrega:</p>	<p align="center">PUNTUACIÓN</p>	

¿Puede una persona en silla de ruedas, llegar a ser campeona olímpica? . Dicen que el arte de triunfar es el arte de saber empezar muchas veces. WILMA RUDOLPH, llamada “la gacela negra”, conquistó el mundo en los JJOO de Roma (1960), por su superación, su encanto natural y sus hazañas deportivas; para conseguirlo tuvo que “empezar muchas veces”.

Esta es la breve radiografía de su vida:

- 0 años (nace), es el año de 1940. Era la vigésima de **22 hermanos**, sus padres pobres; una infancia infeliz la esperaba.
- 4 años. Una escarlatina, seguida de una doble pulmonía acabó por paralizarle una pierna. A los 4 años era poliomielítica.
- 4 a 6 años. Fue un calvario; los pasó en una silla de ruedas, luchando por poder levantarse de ella.
- 7 a 9 años. Logra empezar a caminar, siempre con la ayuda de una muleta.
- 9 años. Cinco años después de enfermar, sus padres logran ahorrar un dinero para llevarla a un fisioterapeuta. Comienzan unas sesiones durísimas, que le exigen un gran sacrificio.
- 10 años. Comienza a reponerse, a valerse por sí misma.
- 11 años, Es la figura del equipo de baloncesto de su colegio.
- 16 años. Es seleccionada para formar parte del equipo norteamericano de 4 x 100 en los juegos olímpicos de Melbourne (1956) . Gana la medalla de bronce. Se propone superarse en la siguiente Olimpiada.
- 20 años. Los Juegos olímpicos de Roma pagarán a Wilma una infancia triste, dura, con sesiones interminables de recuperación. Logra 3 medallas de oro en las pruebas más importantes de velocidad: 100 metros, 200 metros y relevos 4x100

Y es que la voluntad puede con casi todo. Cuentan que al regresar a su país y tras pasar la mitad de su vida sin andar como cualquier chica de su edad, sonrió y exclamó:” ¡ LO CONSEGUÍ!”.

PREGUNTAS

1. Esta es una historia real, ¿qué te ha llamado más la atención?
2. ¿Por qué razón crees que una niña en silla de ruedas, poliomielítica, llega a ser campeona olímpica?
3. ¿Qué piensas cuando ves a deportistas minusválidos?

SUGERENCIAS

Para tu vida

- Anota en un papel o simplemente piensa cales son tus “puntos débiles”; tacha un cuadrado por cada “batallita” que ganes por superar ese punto débil.
- Acepta con buen humor cada vez que no hayas podido superarte, recuerda que el arte de triunfar es el arte de saber empezar muchas veces.
- Cuando estés “jorobadillo/a” o triste, obligate a sonreír a los demás; ellos no tienen la culpa de lo que te pasa. Les dejaras mejor de cómo los encontraste, y tu mismo/a te sentirás mejor.
- ¿Qué puedes hacer por un amigo/a, compañero/a, familiar...que no hayas hecho?

Para la clase de Educación Física.

- Piensa siempre que puedes llegar más lejos, al menos no te pongas barreras desde el principio. Prepara un plan cuando te propongas algo.
- Intenta superarte físicamente y progresar en tu técnica deportiva; realiza anotaciones y pregunta a tu “profe” si mejoraste tal o cual prueba.
-

EL PROPÓSITO

Escribe un propósito que creas poder cumplir en este trimestre y que guarde relación con el valor que acabas de leer. Procura que sea algo fácil de llevar a cabo pero que realmente puedas hacer. No te comprometas a realizar algo que sea muy difícil.

ACTIVIDADES

Busca en internet una fotografía de WILMA RUDOLPH , la protagonista de esta historia . (En Google, en el borde superior izquierdo puedes encontrar un apartado que se llama **IMÁGENES**. Pulsa sobre él y accederás a un montón de imágenes. Pon en la barra de Google el nombre de la persona que quieras buscar y tendrás a tu disposición muchas fotografías. Utiliza Cortar y Pegar para trasladar esa imagen a una hoja de Word y luego pégala por detrás de esta hoja)

RESUELVE EL ENIGMA:

Hay un atleta que ha pasado por una situación similar, pero en este caso quizás sea algo más dramático . Se llama Oscar Pistorius. ¿Te parece igual de admirable que “la gacela negra” ? . Razona tu respuesta