

	<p style="text-align: center;">VALORES DEL DEPORTE Una historia real de: AUTONOMÍA</p>	<p style="text-align: center;">DIRIGIDO A: Alumnos/as de 4º ESO</p>
<p>Apellidos y nombre: Curso: Grupo: Fecha de entrega:</p>	<p style="text-align: center;">Nº:</p>	<p style="text-align: center;">PUNTUACIÓN</p>

“SOLA EN TRINEO A TRAVÉS DE ALASKA”

Así reza el título de un artículo de la revista nacional Goegraphic, publicado en marzo de 1983. Es la historia, resumida, de la carrera de trineos para perros más larga del mundo, la “Iditarod”, que atraviesa Alaska a lo largo de 1600 km. nos la cuenta la propia protagonista SUSAN BUTCHER.

“Nací en Cambribge, Massachussets, y desde pequeña me pasaba el día observando la naturaleza. En mi interior empecé a suspirar por un lugar en el que pudiera respirar libremente y en el que el esfuerzo de mi propio trabajo diera la medida de mi éxito y la razón de mi existencia.

Llegué a Alaska en 1975 y viví sola en el campo durante tres años preparando un tiro de perros que me permitiera participar en la Iditarod. En 1978 quedé decimonovena; al año siguiente, novena; en 1980 y 1981 fui quinta; y esta que cuento es la de 1982 y estoy decidida a quedar la primera.

He preparado la carrera durante todo el año adiestrando a 50 perros, para elegir los quince con los que voy a correr (huskies esquimales). Además he preparado el equipo y repartido 700 kg de comida por los puestos de control. Este año participan 54 corredores y 796 perros.

Salgo en el puesto vigésimo sexto con *Tekla* al frente del trío. Apenas al kilómetro y medio de la salida caemos por un terraplén helado y tres de mis perros quedan malheridos. Los tengo que montar en el trineo y yo ir detrás con patines para aligerar peso. Al anochecer del primer día se me acerca un trineo en dirección opuesta y me dice que nos hemos desviado 15 kilómetros de la ruta establecida. Después de 4 horas de retraso, entro en el primer control y *Tekla* cojeando. La tengo que dejar con los tres perros heridos. Mi tiro queda con 11. Pongo a *Copiloto* junto a *Ali* como perros guía para los próximos 1500 km.

A los cuatro días de la salida, la nieve cae con intensidad, y topo con los corredores de cabeza que se habían perdido y esperaban el amanecer para salir. Hasta ahora hemos avanzado individualmente pensando cada uno en sí mismo., Pero ahora debemos trabajar en equipo, turnándonos para abrir una ruta en la nieve. Juntos cubrimos 568 kilómetros. De nuevo a solas, soporto temperaturas de hasta 43 grados bajo cero. Al llegar a Shacktoolick tengo la cara congelada. Lucy, una amiga de otras veces me acoge en su casa con perros y todo. vientos de 130 km/h no se puede seguir. Esperamos 52 horas para reemprender la marcha. He tenido que abandonar a otros dos perros y me quedo con 9. Emmit Peters lleva 10, Rick Swenson, 12 y Jerry Austin 14, pero aún no hay nada decidido.

A 65 km de la meta *Ali* está cansado de recibir órdenes y lo cambio por *Stripe*, que coloco al lado de *Copiloto*. Ha sido un acierto, ahora el tiro corre ligero a buen paso. Me coloco en cuarta posición y cerca de Emmiit Peters al que rebaso enseguida aunque se queda pegado a mi zaga. Alguien me grita que Rick y Jerry están a poco más de dos minutos. Quedan solo 35 km. *Stripe* flaquea y vuelvo a poner a *Ali* en su puesto esperando que ya haya descansado. Grito con todas mis fuerzas y arrancamos con fuerza. Por fin dejo detrás a Emmiit. *Ali*, que efectivamente ha descansado, ya ha corrido otras veces conmigo, sabe que estamos acabando y tira de todos los demás. Al poco tiempo supero a Jerry, ya solo queda Rick por delante.

Hacemos los últimos tramos con toda nuestra energía, pero al final Rick Swenson entra 3 minutos y 45 segundos antes que yo. La carrera ha durado dieciséis días. Suenan vítores a mi alrededor Acepto agradecida el segundo puesto. El ultimo trineo llegará diez días después.

Amo Alaska y la oportunidad que me da de realizar mis sueños”.

PREGUNTAS

1. Casi al comienzo de la historia aparece una definición de autonomía ¿sabrías cuál es?.
2. Que Susan sabe valerse por si misma no deja lugar a dudas, pero ¿podrías decir otros valores que también tiene y que se desprenden de la historia?
3. ¿Qué relación crees que hay entre autonomía y trabajo en equipo?

SUGERENCIAS

Para tu vida

- Intenta hacer por ti mismo/a algo que hasta ahora hacían siempre por ti: hacer la compra, limpiar tu habitación, capitanear tu equipo de deporte, organizar tu horario de estudio (y luego no suspender, claro).
- Antes de comprometerte a algo reflexiona si eres capaz de hacerlo en solitario o necesitas la ayuda de otros.

Para la clase de Educación Física.

- Intenta llevar un control de la mejora de tu rendimiento físico y aprende a diseñar tu propio progreso como deportista.
- Trabaja intensamente y haz correctamente los diferentes ejercicios independientemente de si tu profesor te está mirando o no.
- Pide la ayuda necesario o júntate con otros compañeros/as cuando no puedas realizar las cosas tu solo/a..

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 SUSAN BUTCHER con sus perros. (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:

¿Qué otras grandes pruebas de ultraresistencia, con o sin animales, conoces? Nombra alguna de ellas. .