

## **Tema 6:** Deporte, ocio y arte

**Título:** 7º Encuentro Deportivo Nacional de la Comarca de Los Cerros y El Mar

**Autor:** Darío Plada

### **Resumen:**

Luego de haber investigado y comprobado a través de seis años consecutivos el comportamiento de personas con síndrome de Down en el desarrollo de los mismos, creemos que puede ser de utilidad para otros colegas docentes de la Educación Física.

Este evento que nació de alumnos con síndrome de Down desde una escuela, es sustentado por el corazón de la gente y quienes se involucran en su organización. Es totalmente solidario y voluntario, por lo cual no se recibe dinero para el mismo bajo ningún concepto. Hemos tenido el honor de compartir inolvidables jornadas deportivas, artísticas, culturales, sociales y recreativas como sucedió en este último encuentro próximo pasado con aproximadamente 600 participantes de todo el país que nos acompañaron durante los tres días del evento.

Aquí no existe el término organizador ni voluntario sino el de gran familia de la cual se forma parte al ingresar.

He debido estudiar e investigar mucho respecto al desempeño deportivo de estos atletas en los diferentes juegos de acuerdo a sus características sico-físicas. Al respecto y tras la evaluación correspondiente estoy programando el 7º encuentro del año próximo y poder comprobar que a la propuesta de ejecutar las pruebas deportivas podemos ajustarnos perfectamente a las reglas oficiales de las mismas. Por ejemplo realizamos, atletismo, natación, gimnasia artística, karate, taekwon-do, ciclismo, fútbol, básquetbol, bochas, entre otros deportes, siguiendo sus reglas oficiales y no como tienden a realizarse en diferentes encuentros deportivos para estas personas por intermedio de juegos adaptados. Lo que demostramos es el potencial que poseen de poder realizarlo correctamente y que ese potencial sea a su vez, la justa medida del esfuerzo que cada uno puede realizar de acuerdo a sus posibilidades, basado en el esfuerzo de todo el año para participar del encuentro. Hasta hoy nadie ha fallado en ese sano objetivo. Se terminaron los eventos por compasión, lástima, derechos relegados y discriminación. Aquí se demostró igualdad de capacidades a cambio de oportunidades, igualdad de derechos a cambio de libertad, demostraciones de ciudadanía, a cambio de ofrecer respeto y solidaridad.

Parte de la visión del proyecto es su proyección internacional, por lo que agradecería esta oportunidad para lanzar la invitación hacia algunos países y a Usted para participar del próximo encuentro junto a nosotros.

Sería un gran honor para mi sólo poder contar con su gentileza al brindarme vuestro tiempo, atención y críticas a la distancia para poder mejorar para el futuro estos humildes emprendimientos que solo buscan aportar un grano de arena en la búsqueda de mejorar la calidad de vida de las personas con síndrome de Down o sólo brindarles desde nuestra comarca de los cerros y el mar un momento de felicidad y, como lo expreso en la introducción del proyecto deportivo, obtener el bien maspreciado que existe : la libertad.

**Palabras clave: Encuentro deportivo de los cerros y el mar**

Este trabajo se basa en datos recogidos durante seis años de investigación en el “Encuentro deportivo Nacional de la Comarca entre los cerros y el mar” para personas con síndrome de Down.

La investigación consiste en observar el desenvolvimiento de dichas personas, referente a su desempeño social, físico, técnico y emocional durante el transcurso de las diferentes instancias deportivas regidas por las reglas oficiales de cada Federación.

De esta manera se programó el encuentro, en el cual aproximadamente 600 participantes provenientes de todo el País conviven realizando actividades deportivas entre si. También comparten actividades artísticas y recreativas, integrados con la Comunidad de la Comarca.

Este evento de carácter totalmente solidario y voluntario se hace realidad gracias al corazón de la gente y quienes se involucran en su organización.

Cientos de personas lo nutren aportando su grano de arena en alimento, alojamiento, transporte y todo lo necesario para que puedan recibir la mejor de las atenciones. Ello pudo lograr que el Evento no dependa de alguien en particular haciéndose por lo tanto indestructible en el tiempo.

A diferencia de otras actividades deportivas del área, este evento se rige de acuerdo a reglas oficiales. De esta manera los atletas participantes se deberán regir en forma estricta por ellas. Exigencia para deportistas y entrenadores y esfuerzo constante durante todo el año garantizando que no decaiga el estímulo y atención por lograr el mejor desempeño que se irá fortaleciendo a lo largo de los años.

En este evento no existe la derrota pero si el vencedor. De esta manera todos reciben el mismo premio pero las reglas son las que definen la igualdad, no sentimientos encontrados, lástima o la mentira.

Para cada deporte desarrollado se debió investigar exhaustivamente el comportamiento de los participantes involucrados para buscar el equilibrio justo que permitiera desarrollar sin riesgo su mejor potencial físico, psíquico y emocional. Poder determinar eficazmente consideraciones como tiempo de esfuerzo a realizar, presión psicológica derivada de la responsabilidad asumida y el contacto con el público.

Quiero detenerme en este punto especialmente y destacar que gracias al apoyo recibido por el Sr. Ministro de Deportes y de la AUF (Asociación Uruguaya de Fútbol) se realizó un torneo de fútbol para personas con síndrome de Down en el Estadio Centenario cuya capacidad es de 80.000 personas, siendo preliminares de los juegos de la Liga Profesional.

Este hecho fantástico para mí, tiene el objetivo de que sea también fantástico para los participantes con el fin de brindarles felicidad, estímulos positivos y experiencia; pero también el permitirme la posibilidad de investigar como se desenvolvían ante dichos estímulos y presión popular.

Se me ocurrió así la visión de realizar torneos futuros en igual condición que el resto de las Instituciones deportivas de fútbol y que a través de ese tiempo también profesionalizar a los jugadores con síndrome de Down en su respectiva Liga.

El Encuentro de la Comarca de los Cerros y el mar tiene una duración de 3 días consecutivos y es debido al hecho de que al ser un evento totalmente solidario y voluntario en todos los rubros y aspectos, insume enorme esfuerzo y responsabilidad de quienes se involucran en su organización y también en ello debo buscar el justo equilibrio, lo que a su vez garantizará la permanencia del mismo en el tiempo.

Los juegos deportivos que realizo son:

Fútbol, básquetbol, atletismo, natación, karate, Taekwondo, Bochas, Gimnasia artística, Tenis de mesa, Tenis, Ciclismo.

La actividad ecuestre se realiza como parte de las actividades recreativas pero es uno de los objetivos próximo a incorporar como deporte oficial en estos juegos.

Estoy investigando con muy buenas experiencias al respecto y a través de la práctica, la actividad de manejo de moto acuática como deporte de exhibición al igual que el patín sobre ruedas.

En el desarrollo de la investigación observé un excelente espíritu participativo e integral con nuestra sociedad de Maldonado. Se comparten duras y alegres jornadas de trabajo como por ejemplo compartir tareas de higiene, cocina, etc., lo cual estrechó aún mas el vínculo social. También compartimos innumerables instancias de recreación, artísticas, musicales, etc., que el proyecto estimula que sean integradas.

Si no se disfrutara, no se trabajare en equipo, como una gran familia de la que todos somos parte e iguales, nada tendría sentido ni surgirían motivos para hacerlo.

Por ello 6 años de experiencia y estudio nos han demostrado que tenemos mucho para aprender pero que es posible. Siempre será posible hacer posible hacer feliz a otra persona y que podamos recibir lo mismo de ella.

Sin egoísmo lo queremos y obtenemos.

Desde el punto de vista físico en referencia al riesgo y desgaste producido por la suma de actividades individuales y colectivas debo destacar que los atletas participan en aquellas pruebas en las que están preparados y el cual es un lineamiento indispensable para participar del proyecto; pero a su vez se lleva a cabo un profundo análisis sobre su potencial, capacidad y condición física específica orientada al deporte en el cual se desempeña.

Un ejemplo gráfico sería la obligación de certificar que la persona con síndrome de Down no sufra de subluxación atlanto-axial (con la correspondiente radiografía de la extensión y flexión completa del cuello) mas el informe médico que acredite que dicha persona podría participar en deportes como el fútbol.

Desde el punto de vista logístico tratamos de regirnos según los lineamientos Internacionales para los eventos de alto nivel. El voluntario cumple un papel fundamental para poder cubrir diferentes áreas como; deportiva, seguridad, salud, alimentación, alojamiento, transporte, actividades extras, prensa y comunicación, protocolo, etc., lo que a su vez conforman cada uno su comité independiente con su respectivo coordinador por área y con la premisa de que cada uno de esos grupos tenga como integrante de ese voluntariado personas con síndrome de Down de la Localidad.

Este hecho nos ha servido muchísimo para mejorar en varios aspectos pero fundamentalmente en el ánimo que nos transmiten para seguir adelante.

Las personas con síndrome de Down no son invitados en esta organización sino que son parte de ella.

Es importante destacar que el proyecto lo sugirió uno de mis alumnos con síndrome de Down con visión de lo que intentamos cumplir de acuerdo a su solicitud.

Ellos se encargan de promocionar el evento por intermedio de la prensa radial y televisiva. Son los protagonistas y quienes lo hacen posible junto al resto de los voluntarios.

Hoy en la Comarca todos ven la realidad, la integración e inclusión con naturalidad.

Nadie representa individualmente al encuentro deportivo sino que se instaló el concepto de gran familia que interactúa con igualdad de derechos y obligaciones, esfuerzo y placer. Un encuentro que ha fomentado la unión y la libertad, el dar para recibir, el afecto antes que nada.

La inclusión total de las personas es algo que debemos producir entre todos simultáneamente. Cada uno aportando su grano en el rol que pueda desempeñar pero sobre todo apuntar al área del humanismo que debiera ser común a todos.

La visión del proyecto es y será siempre, mejorar en el futuro. Integrar otros países al encuentro. Integrar al mundo.

Por ello mi solicitud por este intermedio de obtener la anuencia para poder transmitir la invitación: “7° Encuentro 2010”. Acompáñanos y súmate a nuestra familia y comparte nuestro lema: “En la Comarca de los Cerros y el Mar somos libres de ser felices”.



Primer desafío de los juegos Marcha aventura por el bosque



El baloncesto un juego de equipos de alta complejidad



Por intermedio de los mismos participantes se promociona el evento



El respeto y la demostración que estas personas son verdaderos y dignos patriotas no debe faltar