

## DAME LA OPORTUNIDAD

Mary Jane Richardson

Hoy día existe un movimiento internacional responsable de promover la participación de los individuos minusválidos en la Educación Física, la Recreación y el Deporte. El código internacional de Educación Física y Deporte de la UNESCO, elaborado en París en 1978, en su artículo primero dice: "La práctica de educación física y el deporte son un derecho fundamental de toda persona". El inciso 1.3 agrega que se debe proveer de oportunidades especiales a los niños de nivel preescolar, a los ancianos y a los individuos minusválidos, para que puedan realizarse plenamente. Los programas especiales de Educación Física, Deporte y Recreación son parte de las oportunidades que permiten llenar las necesidades de los grupos poblacionales antes citados (UNESCO, 1978).

Agencias internacionales dedicadas a la organización y administración de actividades físicas y recreativas en general tienen entre sus objetivos promover la importancia que esas actividades tienen para todo individuo. Entre estas organizaciones están: la Federación Internacional de Actividad Física Adaptada; el Consejo Internacional de la Salud, la Educación Física y la Recreación; y el Consejo Internacional del Deporte y la Educación Física. Además, existen seis organizaciones internacionales dedicadas al deporte para minusválidos: a) La Asociación Internacional de Deporte y Recreación para Parálisis Cerebral, b) Olimpiadas Especiales Internacionales (retardo mental), c) Comité Internacional de Deportes para Sordos, d) Organización Deportiva Internacional Para Minusválidos (amputados), e) la Asociación Internacional de Deportes para Ciegos, y f) la Federación Internacional de los Juegos Stoke Mandeville (lesiones de la columna vertebral).

No es el propósito de este artículo analizar a fondo el valor del deporte como actividad competitiva en la vida de la persona minusválida; sin embargo, debe considerarse que el sobresalir como deportista, resulta ser una consecuencia de las oportunidades de Educación Física ofrecidas a una persona minusválida. No toda persona necesariamente anhela ser deportista, pero en cambio, sí

puede asegurarse que toda persona requiere tener buena salud, ser activa y disfrutar del movimiento y el ejercicio, para así llegar a comprender y experimentar el significado del "principio de normalización". Según Wolfensberger (1972), los individuos que viven con un impedimento necesitan tener la oportunidad de participar en todas las facetas de la vida, de la forma más normal posible.

Una persona es minusválida solamente en el grado que cree serlo. Una niña con parálisis cerebral puede mejorar el equilibrio; un muchacho ciego puede correr, saltar, y batear una bola; un niño con retardo mental severo puede participar en juegos con otros niños; un anciano puede mejorar su salud con una caminata diaria. Las personas minusválidas pueden participar en deportes recreativos como boliche, natación, atletismo, etc., durante toda la vida. Es incontable la lista de posibilidades existentes para niños, adolescentes y adultos minusválidos.

¿Qué papel tiene Costa Rica en todo este contexto? ¿Participa Costa Rica realmente en el movimiento internacional que intenta dar oportunidades de desarrollo y participación a la población minusválida, por medio de la Educación Física, la Recreación y el Deporte? ¿Son considerados realmente importantes estos campos? ¿Qué beneficios brindan a la persona minusválida y al país?

Según la Ley Fundamental de Educación costarricense, (Ley No. 2160) de 1957, en lo que corresponde a niños y adolescentes minusválidos, el objeto de la Educación Especial es "favorecer el desarrollo de sus capacidades y su incorporación a la sociedad como elementos útiles". ¿Acaso, puede y debe la Educación Física contribuir a alcanzar el objetivo de la Educación Especial?

Costa Rica debe volver a analizar la función de la Educación para la población minusválida, y más específicamente el papel de la Educación Física y la Recreación Terapéutica o Adaptada dentro de este proceso educativo particular. La Universidad de Costa Rica ha dado un primer paso y ha reconocido la importancia de esta situación. En 1981 se avaló un plan de estudios de Bachillerato en la

Educación Física, con énfasis en Educación Física y Recreación Terapéutica, como una alternativa de profundizar en la especialidad. En marzo de 1982, veinte estudiantes iniciaron esta modalidad. La Educación Física debe ser una parte de la educación integral de todo niño, y también del niño minusválido.

La Educación Física es la única asignatura particular y específicamente mencionada en la Ley de Educación de Todos los Niños Impedidos, de 1975, en los Estados Unidos (*Education for All Handicapped Children Act of 1975 - P.L. 94-142*) (Stein, 1978). La Educación Especial se define en esta ley así:

"Educación Especial significa instrucción específicamente diseñada para satisfacer (gratuitamente para los padres de familia) las necesidades particulares de un niño minusválido, incluyendo con ello la instrucción en el aula, la instrucción en educación física, la instrucción en el hogar y la instrucción en hospitales e instituciones.

Esta misma ley define la Educación Física como sigue:

- i. El término significa el desarrollo o aprendizaje de:
  - a) aptitud física y motriz
  - b) destrezas y patrones motores fundamentales, y
  - c) destrezas acuáticas, danza y juegos individuales y grupales, y deportes, incluyendo intramurales y deportes para toda la vida.
- ii. El término incluye educación física especial, educación física terapéutica, educación del movimiento y desarrollo motor" (*Registro Federal, p. 42480*).

La historia de la Educación Física Adaptada en los Estados Unidos, después de dicha ley, presenta un rápido desarrollo. La Ley Federal exige que a todos los niños minusválidos se les brinden lecciones de Educación Física Adaptada, según las circunstancias lo demanden, y considera la posibilidad de establecer modificaciones mínimas para el aprendizaje de los contenidos que se enseñarán. Por ejemplo, según su impedimento, un niño podrá participar en la clase regular de educación física con compañeros normales, mientras otro niño, debido a un impedimento más severo, necesitará

de una situación de niño y profesor solamente (uno a uno). En los Estados Unidos, los padres de familia pueden entablar juicios contra las instituciones educativas, si éstas no cumplen con el mandato de impartir educación física a sus hijos en la forma descrita. Lógicamente este derecho trae problemas de tipo administrativo dentro del sistema educativo: preparación de personal, costo, equipo, etc. ¿Estará Costa Rica lista para una ley semejante? ¿Se podría implementar una Educación Física adecuada para los niños y adolescentes minusválidos, dadas las condiciones actuales de la educación costarricense? ¿Por qué hacerlo?, ¿cuáles beneficios se obtendrían?

Sherrill (1981) cita como propósito de la Educación Física Adaptada, el modificar el comportamiento sicomotor, i.e., remediar o aliviar problemas específicos que interfieren con el éxito y con el funcionamiento óptimo de la Educación Física regular, en el hogar y en la comunidad. A la vez menciona varias metas de la Educación Física Adaptada, las cuales han sido aceptadas por parte de educadores, padres de familia y estudiantes. Entre ellas están: a) desarrollar un concepto positivo de sí mismo y una buena imagen corporal; b) reducir la hiperactividad, aliviar tensiones, y mejorar la salud mental y actitud hacia el ejercicio y la educación física; c) aumentar la creatividad en el movimiento y el pensamiento; d) aprender destrezas y patrones motores fundamentales; e) aprender a jugar; f) desarrollar el sistema cardiovascular, promover el peso ideal, aumentar la fuerza muscular, resistencia y flexibilidad, y mejorar la postura; g) aprender comportamientos sociales apropiados; h) aprender a transferir aprendizajes en educación física a hábitos deportivos, de danza y actividades acuáticas para toda la vida; i) mejorar el funcionamiento visual, auditivo, táctil, vestibular y kinestético, además reforzar aprendizajes académicos, mejorar la capacidad cognitiva, el lenguaje, y el funcionamiento motor mediante el incremento de la integración sensorial.

La Ley Fundamental de Educación costarricense de 1957, habla del derecho que tienen los niños y los adolescentes, cuyas características se diferencian de las consideradas normales, a contar con servicios educativos especiales, los cuales serán propiciados por el Estado. La Educación Física no se menciona específicamente en esta ley; sin embargo, debe considerarse parte integrante de la educación costarricense (Mezerville y Monge, 1980).

Un programa de Educación Física Adaptada, bien estructurado, debe tener la posibilidad de

demostrar avances o mejoramiento de los niños en sus destrezas psicomotrices. Un ejemplo particular es el programa llamado "Yo Puedo" de la doctora Janet Wessel, el cual fue puesto en práctica en Costa Rica, en 1982, por aproximadamente veinte profesores de educación física en algunas escuelas de enseñanza especial y aulas diferenciadas. Se demostró que la mayoría de los niños participantes mejoraron en destrezas motrices tales como imagen corporal, caminar, correr y lanzar.

Tal vez la Educación Física aún sea vista como un recreo en la escuela, donde un profesor lanza la bola: los varones juegan al fútbol y las niñas se sientan al lado a conversar sobre sus experiencias afectivas y otros temas de interés. Este concepto de Educación Física ha ido evolucionando en el país, y la Universidad de Costa Rica ha jugado un papel significativo en este cambio.

La Educación Física para niños minusválidos definitivamente debe ser concebida con la trascendencia que la ciencia ha demostrado, de otra forma haría más daño que bien. Un buen programa de Educación Física Adaptada es aquel donde cada niño: 1) es valorado al entrar al programa para determinar sus habilidades y necesidades, sus aspectos fuertes y débiles; 2) es colocado en un programa que consiste en actividades específicamente diseñadas para satisfacer sus necesidades psicomotrices, complementando su desarrollo emocional, social e intelectual, y 3) es evaluado periódicamente para ver mejorías y para hacer modificaciones en el programa. Entonces sí se estaría realmente impartiendo la Educación Física Adaptada.

Para llegar a esta Educación Física Adaptada, primero es necesario hacer un análisis completo de la Educación Física Adaptada (Terapéutica) actual en Costa Rica, y determinar posteriormente las necesidades existentes. Hay programas de educación física en casi todas las escuelas de enseñanza especial del país. Se deben evaluar estos programas, y con igual urgencia se debe estudiar la situación de la cantidad de niños en las aulas diferenciadas y de recurso, que tal vez no reciben educación física adaptada, ni educación física regular (Mezerville y Monge, 1980).

Algunas sugerencias que se deben considerar podrían ser:

1. Determinar la población real de minusválidos del país, luego la población real de minusválidos que recibe Educación Física Terapéutica y la que no la recibe.

2. Establecer prioridades en el campo de la Educación Física y Recreación Terapéutica.

3. Evaluar los programas de Educación Física Terapéutica existentes en las escuelas especiales y aulas diferenciadas y de recurso.

4. Realizar talleres de refrescamiento y entrenamiento para profesores que trabajan con niños minusválidos en el campo de la Educación Física y Recreación.

5. Realizar investigaciones para demostrar si existe mejoría significativa en niños costarricenses minusválidos en determinados criterios, cuando reciben programas apropiados de Educación Física Terapéutica.

6. Determinar modificaciones necesarias en los programas de Educación Física y Recreación existentes en todos los niveles, y además, la posibilidad de poner en práctica nuevos programas donde no existen.

7. Analizar las actividades deportivas ofrecidas a los minusválidos de toda edad en el país.

8. Evaluar el plan de estudios de Educación Física y Recreación Terapéutica en la Universidad de Costa Rica y hacer modificaciones basadas en los criterios 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7.

El rol de la Universidad de Costa Rica en la vida de la Educación Física y Recreación Terapéutica debe ser determinante. Una o dos personas solas no podrán hacer todo, ni siquiera el Departamento de Educación Física íntegro: tendrán que hacerlo todos los integrantes de la Facultad de Educación trabajando juntos para el bien de la población minusválida costarricense. La Educación Física tiene su razón de ser en la vida de los individuos excepcionales, una razón de sobrevivencia.

No hay nada más impresionante que ver la lágrima de un niño con síndrome de Downs, manchando su cara al ganar una carrera; o la paciencia de un niño de retardo severo, durante los tres minutos que requiere para completar la carrera de 30 metros en silla de ruedas; o ver una persona con parálisis cerebral quitar 10 segundos de su marca en los 25 metros estilo libre en natación, donde por la técnica utilizada pareciera que se ahoga en cada movimiento. Quienes lleguen a trabajar con niños, adolescentes o adultos minusválidos, podrían tener experiencias de igual belleza que compartir.

Tal vez ningún costarricense con retardo mental podrá representar al país en los Juegos Internacionales de las Olimpiadas Especiales de 1987; tal vez, la bandera de Costa Rica será la única representante, como en los juegos de 1983. Quizás ningún

atleta costarricense parapléjico, amputado, ciego o con parálisis cerebral participará en los Juegos Internacionales para Minusválidos que se celebrarán en Corea del Sur en 1988. Pero, si existiera la Educación Física Terapéutica en las escuelas y colegios donde se necesita, al menos cada niño y adolescente minusválido habrá tenido la oportunidad de experimentar la frustración de repetir muchas veces una acción, antes de poder lograr un movimiento correctamente, y la felicidad de saber que hizo lo más que pudo por compartir con otros, y demostrar al mundo y a sí mismo que es un ser humano, que tiene su propio yo, único, real y con dignidad humana. Y entonces, cada uno tendrá el derecho de decir "Me han dejado ser lo más normal posible, me dieron la oportunidad, traté, lo logré; estoy orgulloso de mí mismo, yo soy como soy".

#### REFERENCIAS

- Consejo Nacional de Rehabilitación y Educación Especial (1980). *Compilación de la legislación y otras normas costarricenses sobre la invalidez y la rehabilitación integral de personas minusválidas*. San José, Costa Rica.
- Federal Registrar (Registro Federal) (1977). Tuesday, August 23, 1977, Part II: Implementation of Part B of the Education for All Handicapped Children Act of 1975.
- Mezerville, G., y Monge, G. (1980). *¿Qué sucede? Manual informativo sobre rehabilitación y educación especial en Costa Rica*. Costa Rica: Oficina del Convenio Internacional de Rehabilitación.
- Sherril, C. (1981). *Adapted physical education and recreation: A multidisciplinary approach*. Second edition. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown Publishers.
- Stein, J. (1978). Physical education and sports as required by PL 94-142 and Section 504, *American Corrective Therapy Journal*, 32, 145-151.
- UNESCO (1978). *International Charter of Physical Education and Sport*. (Código Internacional de Educación Física y Deporte).
- Wolfensberger, W. (1972). *Normalization: The principle of normalization in human services*. Toronto, Canadá: National Institute on Mental Retardation.