PUERTAS a la LECTURA

Universidad de Extremadura • Vicerrectorado de Extensión Universitaria • Seminario Interfacultativo de Lectura

Lecturas y deporte.

Número 4 • Junio de 1998

EDITA: Universidad de Extremadura
Vicerrectorado de Extensión Universitaria
Seminario Interfacultativo de Lectura

COORDINACIÓN: ELOY MARTOS NÚÑEZ
Facultad de Educación

SECRETARIO: JOSÉ LUIS BONAL ZAZO
Facultad de Biblioteconomía y Documentación

DEPÓSITO LEGAL: BA- 187 - 1996

DISEÑO, MAQUETACIÓN E IMPRESIÓN:
TAJO GUADIANA ~ARTES GRÁFICAS~

- SALUTACIONES DEL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE 2
- EDITORIAL (*Eloy Martos Núñez - José L. Bonal Zazo*) 3
- PÓRTICO (*María José Mateos*) 4
- EDUCACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA. APUNTES HISTÓRICOS (*Felicidad Sánchez Pascua*) 5
- REFLEXIONES ACERCA DE LA CONSTRUCCIÓN DEL CONCEPTO DE DEPORTE EN ESPAÑA (*Juan José Lozano Pino*) 11
- LA EXTRAVAGANTE DIFUSIÓN DEL DEPORTE MODERNO EN ESPAÑA (*José Luis Pastor Pradillo*) 15
- LA SONRISA DEBAJO DEL MOSTACHO (*Manuel Vizuete Carrizosa*) 21
- CITAS EN EXTREMADURA 26
- ¿EL DEPORTE EDUCA? (*Saturnino Gimeno Martín y Luis Fdo. Valero Iglesias*) 27
- DEPORTE Y EDUCACIÓN (*Mª José Mateos Carreras*) 41
- EL DEPORTE COMO EXPRESIÓN DE VALORES (*Antonio F. Fernández Preciado*) 44
- LA RESPONSABILIDAD EDUCATIVA DEL TÉCNICO DEPORTIVO (*Luis Marqués Molías*) 45
- EL DEPORTE ESCOLAR (*Rafael J. Hernández Fernández*) 48
- LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE ESCOLAR: HACIA UN DEPORTE MÁS EDUCATIVO (*Víctor López Ros y Ricard Pradas Casas*) 51
- EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA (*Arturo Arteche Rivas y Benito León del Barco*) 55
- LA MUJER EN LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE (*Isabel Cuadrado Gordillo*) 58
- EL DOPAJE EN EL DEPORTE: UN PROBLEMA DEPORTIVO Y SOCIAL (*Juan I. Maynar Mariño*) 65
- EL AEROBIC COMO MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA (*Yolanda Hermoso Vega*) 67
- HABLANDO CON UN DEPORTISTA (ALBERTO ANGULO) (*Agustín Jociles Calleja*) 71
- GIMNASIA DE MANTENIMIENTO (*Mª Isabel Vivas Mera*) 73
- EL DESCONOCIDO MUNDO DEL HOCKEY (*Celia Aguado Maestro*) 76
- PARA SEGUIR LEYENDO....78

Salutación del Decano de la Facultad de Ciencias del Deporte UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA

El humanismo en las Ciencias del Deporte tiene una extensa tradición. La concepción del hombre como ser integral, que se mueve a la vez que se comunica, que salta a la vez que analiza, que juega a la vez que dialoga, se inicia en la época clásica. El humanismo que conformó la atmósfera literaria del pensamiento renacentista, posteriormente ha ido configurando un "ideal humano", donde el valor del cuerpo estaba unido al valor del espíritu, y ni la reciente llegada de la ciencia al deporte, ha conseguido desprender de este halo de humanismo al deportista.

Puertas a la lectura se detiene esta vez ante el deporte, para consagrar que el deporte ha sido y es una fuente de inspiración para la literatura. Homero, Píndaro o Virgilio han glosado las competiciones deportivas con toda la épica y el simbolismo que la victoria o la derrota nos puedan recrear.

El análisis del eco del deporte en la literatura nos ilustra acerca del interés de este hecho social en nuestros días, testimonio que ha sido ofrecido en las más variadas formas de expresión escrita. El deporte se presenta a la luz del día de la cultura, y lo hace para transcenderse a sí mismo, para inspirar al poeta que busca en el deporte la estética de la comunicación, la estética de la creación.

La literatura refleja igualmente el entramado del deporte, sus intereses y deseos, sus valores humanos tan frecuentemente ponderados, reflejando ese "espíritu deportivo", que a través del ámbito de lo imaginario nos trasmite la ética del deporte, para ejemplo de educadores y educandos.

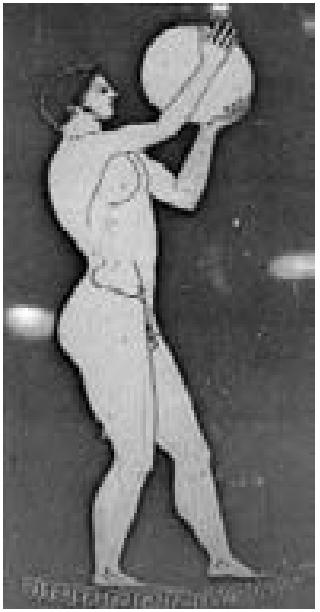
Lecturas y deporte representan por tanto un buen medio para reflexionar acerca de la vigencia del humanismo en la sociedad contemporánea, humanismo que en el terreno del juego se traduce en "deportividad".

Fernando del Villar Álvarez
Decano de Ciencias del Deporte

EDITORIAL

Puertas a la Lectura abre su número 4 con un agradecimiento inicial a los numerosos compañeros y personas -de dentro y de fuera de la Universidad- que nos piden los números ya publicados y cuyo interés es para nosotros el mejor estímulo para continuar un proyecto de esta índole, que no pretende sino fomentar la reflexión sobre la Lectura en la Universidad, en su doble dimensión de práctica profesional y -por qué no- de práctica de ocio, de lectura recreativa y amena.

Ciertamente, por esta Revista han pasado ya páginas de Mitología, Ciencia, Historia y, ahora, Deporte. No es fácil que profesionales de la talla de los que hay en número, nos cuenten con el talante propio de un universitario -es decir, con rigor y capacidad crítica- los entresijos de la práctica deportiva y sus diversas implicaciones con el mundo de los juegos, la expresión corporal, la plástica, etc., pero sin renunciar a compartir con todos nosotros -lectores de pie los más- sus problemas, temas de investigación o propuestas de trabajo. Gregorio Marañón, en un memorable artículo, decía que el gesto es la expresión de una emoción, y, sobre este planteamiento globalizador, desgranaba la psicología del gesto, la gestualidad como parte del lenguaje de una comunidad y otros aspectos que reivindican la dimensión humanística del



deporte, y que tanta actualidad tienen hoy cuando millones de personas disfrutan -disfrutamos- de un partido de fútbol o de una competición atlética.

En este contexto, debemos agradecer el esfuerzo de la profesora María José Mateos que con todo cariño ha coordinado este número. En el orden institucional, y aunque parezca protocolario o reiterativo, no hay que olvidar que el Seminario de Lectura de la UEX es un proyecto de expansión gracias al apoyo del Sr. Rector, del Sr. Vicerrector de Extensión Universitaria y de los Centros mismos de la UEX, del representado en este caso por el apoyo que hemos recibido del Sr. Decano de la Facultad de Ciencias del Deporte, así como del Sr. Secretario del Consejo Social de la UEX. En el ámbito extrauniversitario, Puertas a la Lectura agradece la confianza del Sr. Consejero de Educación y Juventud y de los directivos de Argentaria-Banco Exterior y El Corte Inglés.

Muchas gracias y antes de Navidad, esperamos volver a entrar en contacto con todos.

Eloy Martos Núñez- José Luis Bonal Zazo
Coordinador y Secretario del Seminario de Lectura de la UEX.

Ya dos guirnaldas de apio
lo coronaron cuando
en los Ístmicos Juegos tomó parte.
Tampoco le opusieron resistencia
los Nemeos: a orillas del Alfeo
la gloria de las piernas de su padre
Tésalo quedó un día consgrada.
En Pitón conquistó, en un mismo día
la gloria del estadio
y la doble carrera.
El mismo mes, en la rocosa Atenas,
el día de pies rápidos
depositó en sus hebras
las tres guirnaldas más hermosas.
Siete.

(***Odas triunfales***. Pindaro)

PÓRTICO

María José Mateos
Profesora Titular de Educación Física. UEX.

El mundo que rodea al Deporte puede ser tan extenso como quieran hacerlo aquellos que lo rodean.

Actualmente, este mundo pasa por un sin fin de áreas de conocimiento, todas ellas tienen algo que aportar y muchas de ellas pueden aprovechar la incidencia del Deporte en la vida del hombre para ahondar en sus teorías.

En este número hemos querido recoger, en la medida de lo posible, las diversas opiniones que, sobre el Deporte, tienen nuestros colaboradores, intentando que sus áreas de conocimiento sean las más próximas y las más, aparentemente, lejanas a la actividad física.

Desde la Educación Física, materia que les es afín, se plantea la controversia de sus valores, su situación y su necesidad.

Desde la Psicología, sus incidencias en el comportamiento.

Desde la Medicina, los valores y contravalores que acarrea.

Y así hasta las posibilidades del Deporte en la Educación, en cualquiera de las ramas de la Educación.

Queremos agradecer desde aquí el interés mostrado por los responsables de esta revista hacia el mundo de la actividad física, mundo que, a pesar del reconocimiento de su necesidad para el mejor desarrollo del ser humano, se traduce mayoritariamente en “ligas”, “campeonatos”, y “trofeos”, algo que, a los que defendemos el Deporte como actividad lúdica, educativa y saludable, nos parece, cuando menos, aprovechable y esperanzador.

Esperamos que, gracias a las páginas de este número, podamos acercar un poco más el mundo del Deporte a aquellos que lo ven lejano, y a los que lo viven, otros puntos de vista diferentes para el razonamiento, la discusión y el estudio.

Hemos querido presentar el Deporte no como un ramillete de actuaciones físicas sino como una filosofía de vida que, teniendo algunos defectos, imprime a sus seguidores un carácter especial.

EDUCACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA. APUNTES HISTÓRICOS

Felicidad Sánchez Pascua
Universidad de Extremadura

Para empezar resulta útil una reflexión sobre el valor de los términos "deporte" y "Educación Física"

Mehl, en la revista* Citius, Altius, Fortius*, dedica un artículo a historiar el concepto de la "gimnástica", concluyendo que en la centuria pasada gimnástica en general designaba aquella asignatura del curriculum tendente a desarrollar los aspectos corporales.

Actualmente, dice el mismo autor, se sustituye por Educación Física y Deportiva, debido al papel preponderante que en sus contenidos juega el deporte.

Betancor León y Vilanou Torrano en el "Estudio Preliminar" que incluyen en la obra* Hª de la Educación y el Deporte a través de los Textos*, afirman la riqueza semántica de estos dos términos, que si bien en ocasiones son utilizados unívocamente, como si designaran un mismo tipo de actividades, no es menos verdad que poseen igualmente campos de significación no solo distintos, sino tambien en ocasiones opuestos: son áreas muy próximas, pero que difieren en muchos aspectos.

Si recurriésemos a otros autores es posible que las diferencias y similitudes no coincidieran en las apreciaciones de unos y otros; pero, creo, que no merece la pena detenerse en disquisiciones lingüisticas, y por ello abordamos, sin más, la evolución histórico-deportíva; dejando constancia de que el término "deporte" se empleó ya en el* Poema del Mio Cid *y en las obras de Berceo.

Tambien ayuda a centrar el tema hacer una precisión al sentido de "deporte" en el* Diccionario de Casares*, definido como: "Recreación, juego, ejercicio físico o diversión al aire libre", pues tomado literalmente no serían tal los realizados en los numerosos pabellones cubiertos y piscinas climatizadas, por poner dos ejemplos.

1.- Origenes de los Deportes

El valor del ejercicio físico adquiere carta de naturaleza en la civilización griega. Pero... ¿deporte o juego? De nuevo salta la cercanía de los términos, sin que sea nítida la distinción.

Carmen Barreto Vargas, en la obra titulada *Juego, Deportes y Cultura*, apunta que el deporte implica una actividad física agotadora, una agresividad y un enfrentamiento continuado y reglamentado previamente, mientras que el juego apela una dinámica abierta, informal, capaz de adaptaciones y cambios constantes. Otra divergencia radica en la profesionalización que rodea al deporte actual.

Pero en los orígenes no existió tal profesionalización "crematística", pues incluso la preparación militar era cuestión de honor patrio. Así pués, utilizamos los términos juego, deporte, ejercicio físico, como sinónimos en la época clásica griega. Tambien para las mismas fechas aceptamos, en parte, la tesis de Carl Diem en *Historia de los Deportes*: "todos los ejercicios corporales fueron inicialmente actos de culto", a los dioses o a la patria, añadiríamos.

2.- Los juegos olímpicos en la Grecia clásica.

El acontecimiento más significativo dentro del deporte griego, lo constituyen los "Juegos Olímpicos" ligados a la ciudad sagrada de Olimpia.

En el origen de los juegos se mezcla la tradición con la leyenda, existiendo varias versiones al respecto.

La que goza de mayor popularidad refiere el pacto entre Hércules y Augías, consistente en que el primero limpiaría los amplios establos del segundo, y este le daría a cambio la décima parte de sus bueyes.

Aunque el hecho parecía imposible de realizar, Hércules lo logró mediante la estrategia de desviar el curso del próximo río Alfeo, hasta hacerlo pasar por los establos y arrastrar las inmundicias. Conseguido el fin Augías se negó a pagar lo prometido, originándose una lucha entre ambos que finalizó con la victoria de Hércules, quien en agradecimiento acude al Bosque Sagrado de Olimpia a ofrecer sacrificios a los dioses.

Independientemente del origen, coinciden diversos autores en señalar como fecha oficial de los comienzos el año 776 a. C.; igualmente coinciden en reconocer el sentido religioso con el que se iniciaron.

La organización refleja el aspecto de religiosidad, puesto que los cinco dias que abarcan (hay quien atribuye siete) se distribuían del modo siguiente:

1º: Sacrificios a los dioses, procesiones y ceremonias religiosas.
2º, 3º y 4º: Juegos propiamente dichos.
5º: Entrega de premios, ceremonia de carácter religioso, una procesión solemne y un banquete

Escena de Palestra que muestra a varios ciudadanos griegos dedicados a ejercitar y adiestrar sus miembros.

Al final esculpían la estatua de los vencedores en bronce, mármol u otro material noble. El deportísta obtenía como recompensa de su victoria el HONOR, simbolizado en una corona de olivos y ver su estatua en Olimpia.

En principio solo se trataba de una carrera a pie; pero en los siglos V y IV a. C. las pruebas consistían en :

- Carrera con armas.
- Lucha con manos abiertas.
- El boxeo o pugilato.
- El pancracio.
- El pentatlón.

Este último consistía en una lucha de eliminación por puntos, basada en cinco disciplinas propias del guerrero-atleta: salto de longitud, lanzamiento del venablo (precursor de la jabalina); los cuatro clasificados se enfrentaban en una carrera, los tres vencedores se enfrentaban en el lanzamiento de disco, los dos que vencían protagonizaban un combate de lucha para decidir la victoria final.

Posteriormente se introdujo la equitación y la carrera de carros muy espectacular. Al auriga no se le consideraba vencedor, sino al dueño de los caballos. El primero recibía una cinta para rodear su cabeza.

Las normas morales de participación fueron estrictas, los reglamentos

♦♦

El valor que los griegos daban a cuanto contribuyera al desarrollo corporal se plasma en la definición de Platón: "Dar al cuerpo y al alma toda la perfección y belleza de que son susceptibles"

♦♦

muy precisos y los jueces rigurosos en hacerlas cumplir. Los atletas debían jurar ser hombre libre de pura raza helena, no haber cometido delito o sacrilegio y que no utilizarían ningún medio ilegal para conseguir la victoria.

Olimpia contó para los juegos, además del templo de Zeus y otras capillas, con:

- El "gimnasio" para entrenamiento de los atletas.
- La "palestra", para los luchadores, gimnastas y boxeadores.
- Un "estadio" donde celebrar las competiciones, y
- El "hipódromo" para las carreras de cuadrigas.

Los espectadores se distribuían por las colinas circundantes.

Todo lo referido competía a los hombres. La mujer no podía ni asistir como espectadora.

Aquí tambien se mezcla la leyenda, relatando que una vez corrió una mujer haciendose pasar por hombre; para impedir que se repitiera, a partir de ese momento los participantes debían ir desnudos.

En *Las Etimologías*, escritas por San Isidoro de Sevilla en el siglo VII, se da otra versión a la desnudez: "en cierta ocasión, un corredor al que se le había desatado el cinturón, cayó repentinamente a tierra y murió asfixiado. Por ello, el arconte Hipomenes permitió, mediante decreto, que desde entonces participasen desnudos".

De cualquier modo, las mujeres organizaron sus propios juegos, los hereos, en honor de la diosa Hera, que tambien se veneraba en Olimpia, pero no podían coincidir en las fechas con los Olímpicos.

3.- Eclipse de la Olimpiadas y ejercicios deportivos en el Imperio Romano y Epoca Medieval.

El valor que los griegos daban a cuanto contribuyera al desarrollo corporal lo plasma Platón en la definición que formula sobre la educación: "Dar al cuerpo y al alma toda la perfección y belleza de que son susceptibles", muy en consonancia con la cultura helena.

Cuando Roma conquistó Grecia chocó el ocio de los griegos (el ne-gocio era= no ocio) con el hombre trabajador romano, para el que trabajar era virtud, frente al sentido de esclavitud que tenía para los vencidos.

No obstante el pueblo romano fue poco a poco amalgamando sus gustos con aquéllos que practicaba el griego culto.

Pero el sentido original del deporte fue perdiéndose, los griegos competían solo por la gloria, ese caracter "deportívo" desaparece y los Juegos Olímpicos empiezan a comercializarse, cargandose de agresividad y brutalidad que no respondía al espíritu religioso de los comienzos. Por estas razones el emperador romano Teodosio los suprimió en el año 394.

Despues la invasión de los bárbaros redujo el santuario de Olimpia a una ciudad fortificada, que más tarde desapareció bajo las crecidas del río Alfeo.

Otro es el modo en que se cultivó la Educación Corporal en el pueblo romano, y surgieron unas instituciones específicas para ello: las TERMAS o baños públicos, con una "palestra" aneja.

Las Termas cumplían tres fines: higiénico, gimnástico y fomento de relaciones entre los ciudadanos. Constaban de una serie de "salas" que servían para el baño, guardar la ropa, sauna, etc.; pero además de la "pales-

♦♦

Aparte del sentido social, el deporte en Roma, sobre todo en la época imperial, fue profesional, de espectáculos atléticos, gladiadores, etc.

♦♦

tra" para hacer deportes, otras dependencias completaban la función deportiva (lugar para untarse el cuerpo, para limpiarse el polvo despues del ejercicio, etc,) la piscina y establecimientos donde comer, beber, conversar, pórticos y jardines para pasear, biblioteca, sala de conferencias, etc.

Séneca escribe que no se puede soportar el ruido de unas Termas, refiriéndose a la muchedumbre que las ocupaba.

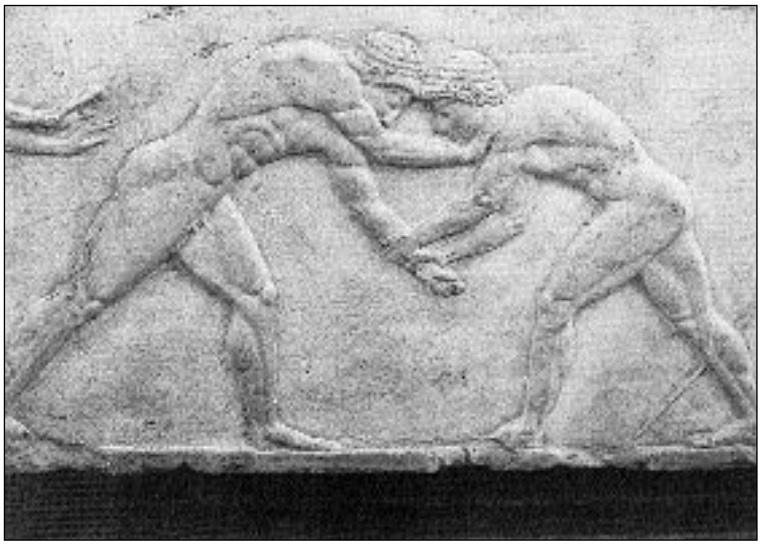
En resumen, aparte del sentido social, el deporte en Roma, sobre todo en la época Imperial, fue profesional, de espectáculos atléticos, gladiadores, etc.

La brutalidad que va imponiéndose y el sentido de negocio, lo lleva al desprestigio, y los romanos cultos como Cicerón, se muestran contrarios al ejercicio gimnástico, salvo que contribuya a hacer del cuerpo un buen instrumento de la voluntad para adquirir costumbres sobrias.

No obstante Juvenal defiende el "mens sana in corpore sano", pero los medios para llegar a ello no se perfilan.

La gimnasia médica sigue ocupando un lugar, junto a los ejercicios físicos en forma de juegos, que propone Quintiliano como necesarios para descansar de la fatiga que producen los intelectuales y morales, prioritarios en la educación.

Aunque de Grecia a Roma los deportes cambian de signo, no desaparecen. Como tampoco lo hacen en la Edad Media, en la que toman otro rumbo.



Jóvenes atletas luchando en la palestra. Relieve del año 510 a. C. (Museo Arqueológico Nacional de Atenas)

El tipo de educación que se imparte a lo largo de la historia, depende de las demandas sociales, y en función de ellas, se seleccionaron los contenidos, entre los que se hallan aquellos perfeccionadores de la parte física.

A la caida del Imperio Romano, surge en Europa un nuevo tipo de vida con la "caballería" que requiere modos de acción peculiares. Siguen necesitándose las actividades corporales; pues, como dice B. Delgado (Rev. *Hª de la Educación*, nº 14-15) la formación del caballero o militar de cierto rango en la Edad Media no fue distinta a lo que lo había sido en los siglos anteriores. Se tendía a lograr los mismos objetivos: agilidad, fuerza, rapidez, destreza en el manejo de las armas tanto a pie como a caballo; quizás cambiaron los ejercicios para alcanzarlos, incluyendo el de la caza (ya citado en la *Ciropedia*, para educar a Ciro), la equitación y la navegación. Se mezclan algunos de los griegos clásicos -saltos, carreras, lanzamientos- dándoles nuevas formas, en consonancia con los distintos tipos de vida: "torneos".

Cambian, así mismo, los lugares en que se ejercitan: los hipódromos, palestras, circos, termas, se sustituyen por los Castillos y las grandes extensiones de tierra para cacerías; pero, en definitiva siguen las prácticas deportivas.

4.-Renacer del culto al cuerpo

Un cambio espectacular se produce en la concepción del hombre, con el renacer de la cultura clásica, que se produce en el siglo XV.

El hombre se convierte en centro de atención de sí mismo, y la tarea principal será desarrollar los valores individuales, situándose al cuerpo en equilibrio con los demás valores humanos.

Aunque en el cuidado corporal, durante el periodo renacentista, predomina la prescripción higiénica o el propósito lúdico, se da un paso importante porque no existe oposición entre el juego y el trabajo intelectual, ya que no es solo este el objetivo del trabajo escolar.

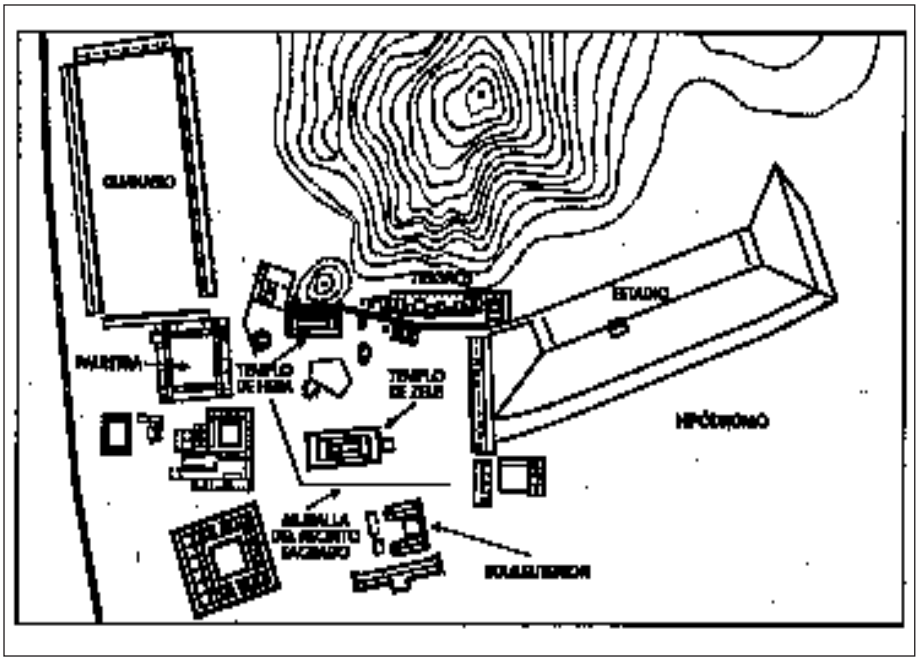
La *Ratio Studieron* de los jesuitas señala la necesidad de introducir juegos para compensar los efectos nocivos que sobre la salud produce el excesivo trabajo intelectual, y, en general, los autores cristianos defienden un cuerpo armónicamente sano, instrumento indispensable para proporcionar al alma capacidad de expresión.

Numerosos autores abogan por la práctica del ejercicio físico como medio excelente para favorecer la formación del hombre nuevo, cuyo prototipo es el "Cortesano" o dirigente civil en el que la belleza, el buen porte, etc., son cualidades a desarrollar.

Una obra maestra ve la luz en esta época: *De Arte Gimnástica*, escrita por Mercuriale (1530-1606). Supone la recuperación de la gimnasia griega, con una relación de los ejercicios practicados en la antigüedad. El objetivo de ellos es triple: a) conseguir fuerza o habilidad excepcionales (gimnasia atlética); b) adiestramiento en armas (gim. militar); c) conservación de la salud y mejorar físicamente (gim. médica). Se basa, para exponer sus ideas, en unos ciento veinte autores griegos, latinos y árabes. La obra, segun algunos, sirve de puente entre la época clásica, griega y romana, y la edad moderna.

5.- Hacia los juegos olímpicos modernos

La atención y entusiasmo hacia los aspectos físico-deportivos, crece en los siglos XVII y XVIII, hasta desembocar en las excavaciones para recuperar las ruinas de Olimpia (s. XVIII) y finalmente bajo la protección de COUBERTIN se recuperó la tradición de los juegos olímpicos en 1896, aunque con sentido bien distinto.



Plano de Olimpia en la época helenística (siglos II a I a. C.).s

Figura clave del s. XVII va a ser el inglés Locke. Y aunque falta consenso entre los historiadores respecto a la valoración del ejercicio físico en el s. XVII, los *Pensamientos sobre educación*, que él escribe, merecen atención especial. (Entre las razones que se apuntan para infravalorar la actividad corporal, ocupa un lugar la aparición de la pólvora que cambia el sentido de la lucha armada).

Pero la primera parte de los *Pensamientos* la dedica Locke a la E. Física indicando que la educación del espíritu es posterior, o al menos la física es imprescindible para asentar la espiritual.

El fin que concede a la E. Física es triple:

1.- Fortalecer el cuerpo para que sea capaz de vencer la fatiga que mina la salud, procurando descanso, diversión y equilíbrio.

2.- Lograr buena salud mediante el endurecimiento corporal, conseguido con destrezas corporales y hábitos endurecedores (adaptación a cambios climáticos que antes parecían insoportables, vestidos adecuados, higiene alimentaria, etc.)

3.- Conseguir la maestría de uno mismo dominando el cuerpo, convirtiendo a la E.Física en escuela del carácter y la moralidad. O lo que es igual, conservar fuerte el cuerpo para que pueda obedecer y ejecutar las órdenes del espíritu. Aunque admite que la parte más noble del

Anfora pintada con el tema de un grupo de mujeres compitiendo en una carrera. Pese a las abundantes pinturas que se han encontrado de este tipo, los juegos (olímpicos, pitios, etcétera) se reservaban exclusivamente a los hombres.

♦♦

En la contemporaneidad la casi devoción por el deporte y cuanto suponga culto al cuerpo ocupa altas cotas de popularidad, ocasionando todo ello una maraña terminológica, que no merece la pena intentar aclarar.

♦♦

ser humano es el espíritu, afirma rotundamente: "no debemos olvidar nuestra "cabaña de arcilla".

Avanzamos al siglo XVIII, siglo de "las luces", en el que se exalta el conocimiento, considerado vía para alcanzar la felicidad. Con estos presupuestos, todo lo que atañe al saber, a la educación se supervalora, y en esa efervescencia educativa, la educación corporal tiene un hueco.

Destaca, dando lugar a la corriente naturalista, el ginebrino Juan Jacobo Rousseau, quien en *El Emilio* dedica varias páginas a los ejercicios físicos, influyendo con sus ideas en el denominado "genio pedagógico"; Enrique Pestalozzi, (también suizo) inspirador del "Real Instituto Militar Pestalozziano de Madrid", erigido bajo los auspicios del Principe de la Paz. En la Orden de 20 de Agosto de 1807, se establecen las condiciones que debe reunir el nuevo edificio y, entre otras, se específica: "un gran espacio de campo o jardín, donde pueda construirse un estadio, que no sólo servirá para el salto y la carrera, sino también para los ejercicios militares; dos juegos de pelota, uno cubierto y otro descubierto; picadero; juego de bolos y estanque para la natación".

En el Instituto Militar ocupó el puesto de máxima responsabilidad Amorós, figura clave de la gimnástica en Francia (huyó de España acusado de afrancesado).

Las ideas gimnásticas de Amorós llegaron a Badajoz en 1868 de la mano de Mr. Daniel quien se anuncia para "enseñar gimnasia por el método de Amorós, seguidor en Francia de las ideas pestalozzianas".

Llegamos, pues, a la contemporaneidad, en la que las nuevas Olimpiadas, la casi devoción por el deporte y cuanto suponga culto al cuerpo ocupa altas cotas de popularidad, ocasionando todo ello una maraña terminológica, que no merece la pena intentar aclarar.

Concluimos, según lo expuesto, que el ejercicio corporal, con distintas denominaciones, se ha dado a lo largo de la historia respondiendo a diversos fines (religiosos, militares, higiénicos, estéticos, lúdicos, profesionales...), en sintonía con las épocas y culturas, condicionado por otros factores históricos, respondiendo al sentido de historia total.

REFLEXIONES ACERCA DE LA CONSTRUCCIÓN DEL CONCEPTO DE DEPORTE EN ESPAÑA

Juan José Lozano Pino

Ldo. en Educación Física. Profesor Titular de la E.U.F.P. de Cáceres. UEX

Es posible que detrás del uso tan generalizado como ambiguo del término Deporte, se esconda la llave que cierra el acceso de la población adulta española a los hábitos lúdicos y saludables de la actividad física para el empleo de su tiempo de ocio.

En efecto, dos de las más potentes y eficaces vías de socialización y culturización, el Sistema Educativo y los medios de comunicación de masas, están contribuyendo extraordinariamente a la promoción de la acepción "competitiva" de deporte. Así entendida, esta actividad es esencialmente selectiva, por tanto discrimina a la gran mayoría de ciudadanos potencialmente practicantes. Al tiempo, ambos agentes sociales están olvidándose sistemáticamente de la acepción "lúdica" del término, que debe emplearse para nombrar a otras actividades significativamente diferentes a las anteriores ya que poseen un carácter básicamente placentero e integrador, por tanto asequibles e indicadas para todo el mundo.

Los resultados de las últimas macroencuestas sociológicas realizadas en España por la Fundación Foessa en 1994, ponen de relieve que en nuestro país el éxito social del deporte en los últimos años viene dado por el aumento del tiempo que los ciudadanos dedican a la lectura y audiencia de los espacios deportivos en prensa, radio y televisión mucho más que por el aumento de la propia práctica deportiva. De este mismo estudio se desprende que los deportes más difundidos por la prensa, radio y televisión son los llamados "clásicos", es decir, los de asociación, más los individuales con importante presencia olímpica (los que en este artículo se incluyen dentro de la acepción "competitiva"). Por el contrario, también queda reflejado que los más practicados no son éstos, sino los llamados "elementales", es decir, paseo, carrera, caza, pesca "nado"... aquí incluidos en la acepción "lúdica".

Para analizar la situación descrita comenzamos realizando una aproximación lingüística al término Deporte. Los más reconocidos diccionarios de la lengua española, el de la Real Academia Española y el María Moliner, coinciden en otorgarle las dos acepciones hasta ahora referidas, a saber:

"Recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre, practicado individualmente o por grupos, con el fin de superar marcas o adversarios, siempre con sujección a ciertas reglas". *Diccionario de la R.A.E. de la Lengua*.

"Ejercicio físico o juego en el que se hace ejercicio físico realizado con o sin competición, con sujección a ciertas reglas". *Diccionario de uso del español María Moliner*.

Desde otra perspectiva, la etimología, del término Deporte, según Wagner, H. (1970), es algo compleja y no está absolutamente resuelta por los investigadores. En cualquier caso, este autor asegura que la forma tomada del inglés por casi todos los idiomas europeos a lo largo del siglo XIX aludía al "anti-

guo sentido deportivo" de los agonos griegos. Efectivamente, en esa época se incorporó a las Public School inglesas la práctica competitiva con intenciones educativas de una serie de juegos populares previamente estructurados y reglados con unas estrictas normas de comportamiento caballeresco -fair play-. No obstante, la palabra "Sport" que Inglatera exportó en el siglo XIX también incorporaba entonces otra acepción, la única que desde 1440 hasta ese tiempo había poseído dicho término, el cual según Wagner había sido tomado, a su vez, del francés "Desport" durante la invasión normanda; su significado era "pasatiempo agradable, entretenimiento, distracción, recreo, diversión". Sin embargo, es la acepción "competitiva" y no la "lúdica" la que a la postre se expande por todos los continentes debido fundamentalmente a razones políticas y económicas que más adelante comentaremos.

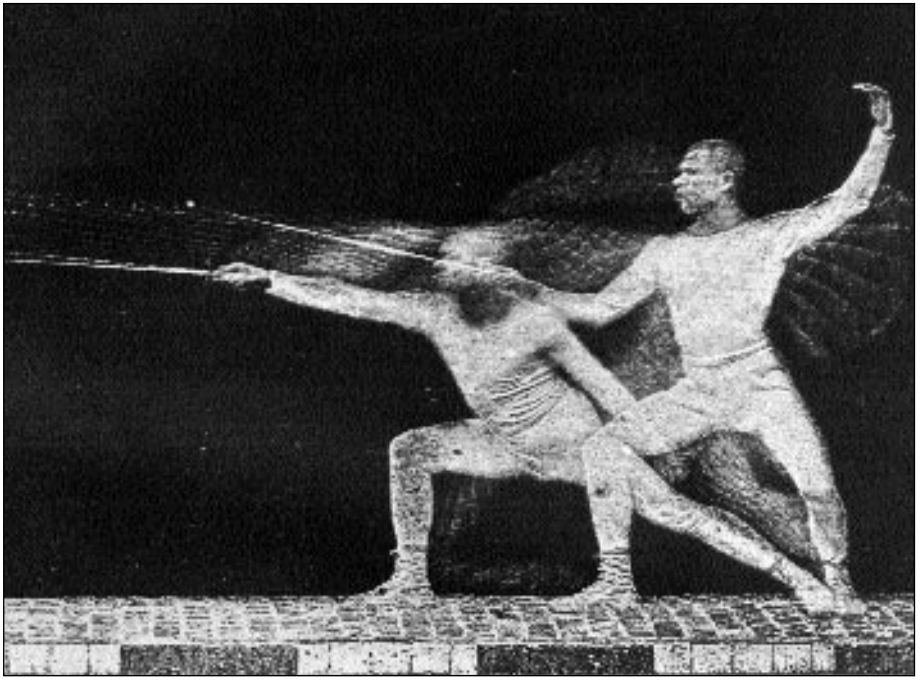


Foto de Etienne Jules Marey

Finalmente, desde el punto de vista histórico "el primer contacto en el ámbito popular de la sociedad española con las actividades físicas organizadas y los deportes se produce de forma espontánea, lejos de cualquier tipo de intención política o educativa; el hecho fortuito, es la consecuencia de la instalación de una colonia inglesa en la Ría de Huelva y en la propia ciudad por la puesta en explotación de los recursos cupríferos de la zona por la Río Tinto's Mining Company en 1873", (Vizuete, M. 1991). El fenómeno deportivo comienza a tomar cuerpo en todos los ámbitos de la sociedad española gracias a impulsos internos (gran promoción estatal en el régimen franquista) y sobre todo gracias a la creciente expansión internacional que el Imperio Británico provocó. A partir de aquí, la evolución del deporte en España estará marcada por el devenir internacional del fenómeno. Una de las consecuencias de su calado social en nuestro país es que el deporte "clásico" se incorpora al Sistema Educativo Español en forma de iniciación deportiva, como contenido de la Educación Física escolar.

Con todo, el hecho más determinante para la supremacía social de una acepción sobre la otra fue el acercamiento del poder político a la todavía incipiente "competición internacional" a principios del siglo XX. Dicho interés fue creciendo progresivamente hasta nuestros días en los que el poder político ostenta gran parte del control del *Deporte* a través de las federaciones nacionales e internacionales, comités olímpicos, consejos de administración de entidades deportivas, etcétera. Por supuesto la instauración del Olimpismo Moderno impulsó de manera decisiva la marcha de este proceso.

La instrumentalización del *deporte competitivo* como arma alienante y generadora de "ardor nacionalista", pasa a ser una herramienta comúnmente empleada por los gobiernos; desde los democráticos a los autoritarios, desde los nacionales a los locales -nada más políticamente rentable y mejor para fomentar el sentimiento de unidad

ciudadana que una victoria (normalmente cara, debido al fuerte soporte económico que estos logros requieren) de un deportista o equipo representativo de un país, comunidad autónoma o municipio-.

El poder económico, segunda parte del dominio bicéfalo de la Competición Internacional, es decir, las grandes compañías multinacionales de accesorios, vestimenta, hostelería, medios de comunicación de masas, etcétera, se incorpora al reparto de esta "tarta" coincidiendo, sobre otras circunstancias, con la aparición de la televisión. Entre las estrategias de estas compañías no cabe poner en el mercado, ni publicitar los productos suficientes para la práctica del *deporte lúdico*, por el contrario machacan a través de la publicidad y crean en el ciudadano de "a pie" la necesidad de consumir los sofisticados y caros equipamientos que se emplean en el *deporte competitivo,* de esta manera sus beneficios se multiplican.

¿Por qué entonces, como demuestra el Informe Foessa (1994), en España hay más practicantes del deporte *lúdico-elemental* que del *competitivo-clásico*? ¿Por qué la suma de todos ellos sigue siendo menor a la de los españoles no deportistas, en cualquiera de las acepciones del término?

Quizás sirvan como respuestas a estos interrogantes que el modelo de deporte al que dedican su atención casi en exclusiva los medios de comunicación es el deporte superprofesionalizado -reflejo de enormes intereses económicos y políticos-, de élite -inaccesible para la mayoría-, agonístico -casi violento-. A este hecho debemos añadir, como causa coadyuvante, el que la iniciación deportiva dominante desarrollada tanto en la Educación Física escolar como en las escuelas deportivas municipales o de otras instituciones públicas, está contribuyendo a la reproducción del *deporte competición*, ya que hasta ahora su didáctica adolece de un carácter discriminante hacía los menos dotados físicamente, hacía los mayores y hacía la mujer (en otra de las conclusiones del citado Informe Foessa, que coincide con García Ferrando, M. (1990), se explica que los índices de prácticas deportivas decaen bruscamente en la frontera de los treinta y cinco años, en las clases populares y en las mujeres, con respecto a los jóvenes, a las clases medias altas y a los hombres respectivamente).

Las grandes compañías internacionales crean en el ciudadano de "a pie" la necesidad de consumir los sofisticados y caros equipamientos que se emplean en el deporte competitivo.

♦♦

El éxito social del deporte en los últimos veinte años, viene dado por el aumento del tiempo que los ciudadanos dedican a la lectura y audiencia de los espacios deportivos

♦♦

La siguiente cuestión sería plantearse por qué se mantiene a estos niveles la oferta de dicho modelo deportivo en cada uno de los ámbitos señalados:

- Las escuelas deportivas y patronatos municipales están alimentando por la base la pirámide del control político del *deporte competitivo* al dejar la iniciación deportiva (parcela que pertenece claramente al *deporte lúdico*) y sus presupuestos consiguientes, en manos de clubes y federaciones. En gran número de casos esto supone, además, la esponsorización encubierta de dichas entidades públicas al *deporte competitivo*: semiprofesional y de élite.
- De los medios de comunicación de masas baste decir que su principal fuente de financiación, hoy por hoy, son los ingresos recibidos por la publicidad en los espacios deportivos.
- En lo que concierne al sistema educativo hay que señalar que el Ministerio de Educación y Cultura dio un importante paso en la "di-

rección deseada". En efecto, el tratamiento que el deporte recibe en el Curriculum Oficial de la Reforma no deja lugar para la duda. No obstante, a partir de aquí deben ser los propios profesionales de la Educación Física los que lleven a cabo su labor respetando estos criterios. Entre otros párrafos dedicados a este tema, puede leerse el siguiente:

> "*La práctica deportiva, sin embargo, tal como es socialmente apreciada, corresponde a planteamientos competitivos, selectivos y restringidos a una sola especialidad, que no siempre son compatibles con las intenciones educativas del currículo*".

Así las cosas, al ciudadano medio español le queda una idea sesgada del significado del término como consecuencia de la gran cantidad de estímulos recibidos, desde su etapa infantil hasta la de pensionista, que le llega a través tanto de la escuela, como de los programas electorales del partido político más próximo a su ideología, o del corte publicitario de su película televisiva favorita.

¿Qué hacer para cambiar semejante (de)formación deportiva?

- Quizás recomendar a los docentes de la Educación Física en Primaria y Secundaria que incorporen el Curriculum Oficial entre sus lecturas de cabecera. Esta medida podría dar sus frutos, en el mejor de los casos, a largo plazo; una vez que llegaran a ocupar los puestos de poder en la política, la economía, el periodismo deportivo, etcétera, la primera generación de ciudadanos cuya educación física hubiera incluido un tratamiento del deporte acorde con los planteamientos arriba referidos, es decir, lúdico / no competitivo, integrador / no selectivo, placentero / no estresante, saludable / no sometido al rendimiento.
- Quizás aquella incorporación como lectura de cabecera debamos de realizarla también los mismos formadores de los maestros especialistas en Educación Física.
- Quizás alguién debería pedir audiencia a los concejales y demás miembros del poder ejecutivo, diseñadores de las políticas en materia deportiva, para hablarles de los puntos de vista aquí vertidos, así como de los derechos que sus ciudadanos tienen a recibir ciertos servicios (en este caso de oferta deportiva "lúdica") a cambio del abono de sus impuestos.
- Quizás un abordaje sorpresivo en alguna tertulia radiofónica donde leer un panfleto en favor del voto de castigo para aquellos partidos políticos que no incluyan estos postulados en sus próximos programas electorales. Este panfleto debería terminar instigando a una huelga de "orejas caídas" ante aquellos programas deportivos que no dediquen un mínimo tiempo a los temas relativos a la práctica popular del deporte lúdico, en sustitución de las repetitivas, aburridas y adocenantes informaciones acerca de la "vida y milagros" de cada uno de los profesionales del deporte.

♦♦

El Sistema Educativo y los medios de comunicación de masas, están contribuyendo a la promoción de la acepción "competitiva" de deporte.

♦♦

El autor de este artículo libera de las anteriores propuestas de acción a todos aquellos lectores que hayan logrado llegar a este punto.

LA EXTRAVAGANTE DIFUSIÓN DEL DEPORTE MODERNO EN ESPAÑA

José Luis Pastor Pradillo
Universidad de Alcalá

La difusión de la práctica deportiva moderna, en España, se realiza mediante una ruptura, en ocasiones traumática, con las tradiciones propias de la sociedad peninsular. Antropológicamente supuso una manifestación más de la colonización cultural de la sociedad española por parte de la hegemónica corriente anglosajona del siglo XIX.

Esta difusión de las nuevas prácticas deportivas se realiza mediante manifestaciones muy concretas, y casi siempre foráneas, en cuya estructura no pueden instalarse los valores hasta entonces reconocidos a los juegos y deportes tradicionales y cuya utilidad social o cultural no se evidencia de manera inmediata. Por esta razón, al describir la difusión de la práctica deportiva moderna, en España, no dudamos en calificarla de extravagante[1].

Para algunos, el termino deporte aparece en España, por primera vez, en el año 1140, en el *Cantar de Mio Cid*[2]. En el se engloban no solo aquellas actividades propias de la nobleza, como la equitación o la esgrima, sino, también, cuantas manifestaciones son compartidas con el pueblo llano como, por ejemplo, el juego de pelota.

Detrás de ambas concepciones de la actividad física se mantenía presente, a modo de curriculum oculto, la transmisión de valores éticos, una "*función creadora de cultura*"[3] o aquellos componentes de origen ritual desde los cuales se estructura la fiesta.

No es casual, por tanto, que ya en 1644, Pedro Gerónimo Galtero, publicase un tratado de natación[4] que habría que situar entre las cinco primeras obras conocidas en el mundo y dedicadas a este tema. La actividad deportiva no solo era ineludible en la "*crianza*" y educación de la nobleza española[5] sino que los niveles de destreza alcanzados hicieron famosos, en toda Europa, a muchos de los

1.- Extravagante: "Que se hace o dice fuera del común modo de obrar. Raro, chocante, estrafalario. Que llama la atención por inusitado". (*Diccionario Vox*, 9ª edición, septiembre de 1983, p. 283).

2.- Miguel Piernavieja sitúa el origen del termino "deporte" en la Edad Media. Aporta, sobre este tema, varios estudios entre los que destaca: *"Depuerto", "Deporte", protohistoria de una palabra*, Madrid, Tall. Graf. Vdª. de C. Bermejo, 1967.

3.- Cfr. Huizinga, Johan: *Homo ludens*, Madrid, Alianza EMECE, 1972; *El otoño de la Edad Media*, (selecta), 2ª edición, Madrid, Revista de Occidente, 1973.

4.- Cfr. Galtero, Pedro Gerónimo: Discurso en que se satisface a la duda de las conveniencias del uso del nadador, por lo que mira a lo militar y político y a la conservación de la salud, Madrid, 8 octubre 1643.

5.- Cfr. Saavedra Fajardo, Diego de: Idea de un príncipe político-cristiano en cien empresas, Ed. Biblioteca de autores españoles.

deportistas españoles de la época como fue el caso, por ejemplo, de Diego de Valera[6].

El juego deportivo, por tanto, no se puede considerar como una práctica legada por Inglaterra en los siglos XIX y XX. Como atestiguan numerosos documentos, entre las costumbres de la sociedad española de los siglos XVI al XVIII, los juegos, de todo tipo, ocupaban un lugar muy destacado. Según afirma L. Pfandl, "*España era justamente considerada como el emporio de toda suerte de juegos (...), cabe afirmar* -según este autor- *que la destreza y la agilidad física eran tenidas como constitutivos diferenciales del varón noble y vigoroso*"[7].

Que se irradie desde Inglaterra la práctica deportiva moderna se debió más a su situación hegemónica, como primera potencia mundial durante el siglo XIX, que a la inexistencia de estas prácticas en otras naciones europeas. Esta preponderancia se tradujo, también, a una labor divulgadora de ciertas actividades deportivas gracias a dos circunstancias: porque es el país donde la revolución industrial deja sentir antes, y en mayor medida, sus efectos, uno de los cuales será el empleo del ocio; y, en segundo lugar, porque es la encargada de elegir unas determinadas manifestaciones deportivas en detrimento de otras muchas posibles. Y así, las variedades deportivas elegidas provendrán de su propia tradición cultural o de aquellas otras asimiladas a través de su imperio colonial. Otro aspecto distinto será el uso que del

deporte se haga en la educación inaugurando una linea metodológica muy característica de esta nación.

En España, solo el análisis de la atención que dedican al deporte pensadores ilustrados, como Jovellanos, Feijoo, Francisco Cabarrús o Juan de Olavarría, expone suficientemente su grado de implantación social, su carácter como elemento original de la cultura española del s. XVIII y como uno de los pocos que mantiene una cierta autonomía ideológica con respecto a determinados focos de influencia social tales como la doctrina católica o el poder político. Prueba de esta especie de disidencia será la permanente cautela, el constante recelo, de la jerarquía eclesiástica y política hacia toda manifestación lúdica o el terco empeño que ambas instituciones mantienen para conseguir su control y administración. Desde las primeras obras de Alfonso X "El Sabio" hasta la "*Memoria sobre la política de los espectáculos y diversiones públicas y su origen en España*" de Jovellanos, podemos encontrar una extensísima variedad de ensayos que, desde distintas perspectivas, analizan este tema[8].

En los años centrales del s. XIX, entre 1850 y 1870, se produce un florecimiento de la gimnasia civil que, como consecuencia inmediata, generó un movimiento asociativo en el que, enseguida, se apoyará la difusión de las nuevas prácticas deportivas. Sin embargo, las condiciones socioeconómicas de la España decimonónica no eran equiparables a las de la Inglaterra victoriana. En una sociedad mayoritariamente agraria, estos nuevos usos, solo arraigan en los pocos núcleos urbanos donde una exigua industrialización aportaba influencias foráneas de tipo anglosajón.

Se definen así dos estratos claramente diferenciados: uno, como continuidad de la tradición lúdica española, que se ubica en el sector social agrario, de menor nivel intelectual y socioeconómico; y, otro, ubicado en las capas más altas, en las de mayor poder socioeconómico y, casi exclusivamente, urbanas. En estas últimas es donde se manifiestan las nuevas y particulares propuestas que se ha convenido en denominar como deporte moderno.

6.- Sancho de Sopranis, Hipólito: "Mosén Diego de Valera, un deportista español del s. XV", *Citius, Altius, Fortius*, t. IV, pp. 361-380.

7.- Cfr., Pfandl, L.: *Cultura y costumbres del pueblo español en los siglos XVI y XVIII*, Barcelona, 1989.

8.- Cfr., Pastor Pradillo, Jose Luis: *La Educación Física en España: fuentes y bibliografía básicas*, Guadalajara, Universidad de Alcalá (col. "Cuerpo y Educación", 5), 1995.

En el primer estrato se practican actividades físicas y lúdicas coherentes con el contexto cultural mayoritario y directamente imbricadas en el imaginario colectivo español. Las segundas, para su difusión, habrán de conseguir, al menos, dos objetivos: por una parte desalojar de su espacio a las primeras y, por otra, encontrar para ellas mismas aquella significación y utilidad cultural que justificará su posterior aceptación social. No obstante, la historia del deporte español es el relato del progresivo retroceso del primer estrato que se bate en retirada ante la paulatina implantación de la segunda versión.

Así, la nueva e incipiente actividad deportiva, se concreta, de forma más clara, alrededor de las fiestas populares y en las ciudades, a las que se prové de instalaciones especificas para estas prácticas sumándose a las tradicionales "*salas de armas*" donde se ejercitaba, sobre todo, el arte de la esgrima. Entre estas actividades, además de la caza o la pesca, hemos encontrado noticias de eventos relacionados con las "*corridas de caballos*", las peleas de gallos o el juego de pelota que constituirán los primeros espectáculos deportivos, en los que se incluye la apuesta y de los que surgirán los primeros ídolos deportivos de los s. XVIII y XIX[9].

Junto a los juegos populares, de los que tantos y tan geniales testimonios han quedado en nuestro arte, van apareciendo otras actividades más esporádicas y excepcionales como la aerostación en globo, el paracaidismo, el tiro de gallos o el patinaje sobre hielo. Este ultimo, con un claro talante aristocrático, se practicaba en escenarios que, como el estanque del Retiro de Madrid, ahora nos parecen inauditos[10]. Ch. Daviller, en 1860, cuando relata el viaje que realiza a España acompañando a Gustavo Doré, describe como vio, por primera vez, el estanque del Retiro en un hermoso día de invierno: "*estaba cubierto de patinadores pero no nos sorprendió* -continúa- *pues habíamos leído en un escaparate de la Puerta del Sol esta inscripción, <Aviso a los Patinadores>*". Rosario Mariblanca afirma que "*fue tal la intensidad de la actividad de los patinadores madrileños que en el estanque del Retiro se habilitó un <lago para patinar> cuya utilización costaba a los numerosos aficionados la importante cantidad de dos pesetas*"[11]. Hasta 1922 no se inaugurará el Palacio del Hielo de Madrid.

No obstante, en el s. XIX, estas nuevas manifestaciones e, incluso, otras alternativas mejor reglamentadas e institucionalizadas a nivel internacional, como los Juegos Olímpicos, no pasan de ser una estrafalaria moda de modernos y lechuguinos a la que ha de buscarse una mínima utilidad social que, en ocasiones, será peculiarmente entendida. De manera generalizada, incluso desde ámbitos tan aparentemente distantes como el jurídico, pronto se plantea un análisis de la práctica deportiva que algunos, ya entonces, resolverán justificando su conveniencia social por razones de compensación higiénica de determinadas condiciones laborales o de vida, las cuales requieren que se contrarresten los efectos perniciosos de un excesivo sedentarismo. Fernando Colóm y Benito soluciona esta disquisición argumentando la conveniencia social de la práctica deportiva y asegura que, para "*el que vive de sus rentas y no tiene ocupación para su espíritu, el ajedrez, el tresillo, etc., pueden ser su distracción favorita; el hombre de escritorio que muchas horas tiene que estar sentado, ocupado en la correspondencia o contabilidad,*

♦♦

Junto a los juegos populares, de los que tantos y tan geniales testimonios han quedado en nuestro arte, van apareciendo otras actividades más esporádicas y excepcionales como la aerostación en globo, el paracaidismo, el tiro de gallos o el patinaje sobre hielo

♦♦

9.- En Madrid existía un frontón en Chamberí del que da noticia "El Heraldo" de 25 de mayo de 1847. (Cfr. Pastor Pradillo, Jose Luis: *El espacio profesional de la Educación Física en España: génesis y formación* (1883-1961), Guadalajara, Universidad de Alcalá (col. "Cuerpo y educación", 7), 1997.

10.- Cfr., Corral, J. del y otros: *Orígenes del deporte Madrileño*, 1870-1936, Madrid, Comunidad de Madrid, Consejería de Educación, 1988, pp. 33 y ss.

11.- Mariblanca, Rosario: *El Retiro. Sus orígenes y todo lo demás (1460-1988)*, Madrid, 1991.

tiene que dedicarse a bailar, a la pelota, a los juegos de fuerza, para equilibrar su organismo; el hombre de estudio y calculo, para descargar su inteligencia, solo puede encontrar solaz en lo que éste menos puede preocuparse, y en el juego de azar hallaría el descanso apetecido"[12].

Por otra parte, el proceso de definición del llamado deporte moderno no tuvo un carácter ideológicamente neutral sino que pronto se establecería una pugna alrededor de cuantos valores le hacían coherente con su contexto y le integraban como hecho cultural. La consecuencia de esta circunstancia pronto se manifiesta a través de un proceso cuyos principales rasgos se centran en la intervención del Estado, la potenciación que de él realizan los medios de comunicación, su desigual integración social como consecuencia de las heterogéneas y hasta radicales diferencias de la sociedad española de la época y, finalmente, la problemática integración social de la práctica deportiva que solo encontraría una relativa aceptación en la minúscula clase burguesa de entonces o en la vanguardia intelectual de tendencia progresista.

En cualquier caso, el proceso de difusión del deporte moderno, en España, suscitó el desalojo de las otras actividades deportivas tradicionales sin que, al tiempo, fuera antropológicamente equivalente a ellas. Origina una colisión con las tradiciones españolas y, en consecuencia, un conflicto con cuantas instituciones ya ostentaban con anterioridad muchos de los valores que el nuevo deporte pretende y que, sin duda, le eran reconocidos en su ámbito anglosajón de origen.

De este cumulo de circunstancias se desprende un rasgo que sería característico de la difusión deportiva española: su ideologización. Esta instrumentalización ideológica de que es objeto el deporte no solo se refiere a intereses políticos, religiosos o culturales concretos, de la que hubo numerosas muestras, además alude a un contexto más amplio, de carácter sociológico y antropológico.

Nosotros, aquí, no vamos a extendernos en el análisis exhaustivo de todo este fenómeno. Tan solo, en este caso, incidiremos sobre un aspecto sistemáticamente obviado en todos los estudios sobre este tema pese a que, en nuestro criterio, quizá sea el que ha conferido, con mayor claridad, al proceso español de difusión deportiva el rasgo más diferencial y antropológicamente más significativo. Nos referimos a la influencia que, sobre este proceso, ejerce la presencia de la tauromaquia. No nos interesará tanto la descripción de la posible pugna que entre ellos pudo surgir como la identificación de las causas por la que esta competencia fue inevitable y, como consecuencia, condicionadora de la difusión de las nuevas prácticas deportivas.

Arsenio Marín Perujo, en 1886, con vocación higienicista y pedagógica, aconsejaba adecuar, a los nuevos valores, estas costumbres y entretenimientos que, en ocasiones, como ocurre en los toros, son "*feroces y brutales*"[13]. Aun citaba, entre las que hay que fomentar o corregir, y como corrientes en la España de aquel tiempo, las corridas de toros, los teatros, las funciones pirotécnicas, las apuestas (incluidas las que se realizaban sobre destrezas físicas), cen-

12.- Colóm y Benito, Fernando: *La cuestión del juego*, Madrid, Imp. Ducazcal, 1889, pp. 21-22.
13.- Marín Perujo, Arsenio: *Higiene rural*, Madrid, Tip. de Gracia, 1886.

cerradas, carnaval, bailes, trinquetes, juegos de barra, de calva o morrillo, de bolos y asociaciones. De entre estas actividades, la mayoría de los juegos, con excepción de los toros, serían finalmente desplazados por las nuevas prácticas físicodeportivas: la velocipedia, el fútbol, el boxeo, el atletismo, el balonmano o el tenis, por ejemplo.

Técnicamente no existe ninguna objeción que impida incluir la tauromaquia dentro del ámbito de las actividades deportivas y, en realidad, así lo considera la UNESCO al distinguir la lucha con animales. Sin embargo, y aunque en España a nadie se le ocurra identificar los toros como un deporte, no existe inconveniente en aclamar, también a un deportista, al grito de ¡torero! Será indiferente la actividad por la que se le rinda homenaje. Ni siquiera se tiene en consideración el resultado práctico de la hazaña. Esta aclamación es puntual, espontánea y no premeditada. Expresa el reconocimiento a un aspecto cualificador de la misma gesta. Para esta caracterización no es suficiente la victoria y, en cambio, son determinantes las condiciones en que se produce el acontecimiento y el talante del personaje homenajeado. El grito de ¡torero! no se orienta por la hazaña sino por el héroe. A Indurain se le jaleaba al grito de ¡torero! no solo por los cinco "*tours*" ganados sino por ese agregado incuantificable que abarca la totalidad de su personalidad y de su presencia social.

En justa correspondencia, ¿por qué, en circunstancias equivalentes, no se aclama la vuelta al ruedo de Joselito con el apelativo de ¡deportista!? Cualquier análisis de los mitos, de los ritos o de los símbolos del deporte resaltan una serie de coincidencias con la tauromaquia[14]:

- Los espectáculos deportivos y la tauromaquia constituyen procesos rituales de solidaridad que posibilitan la percepción de identidad y de sentido de pertenencia.
- Los ídolos y mitos deportivos y taurinos funcionan como proyectores de prestigio.
- Los espectadores asisten al desarrollo de la actividad como participantes de un proceso catártico.

Con estas similitudes, durante el primer tercio del s. XX español, coinciden los dos fenómenos, tauromaquia y deporte. Sin embargo a este encuentro no llegan en idénticas condiciones. La fiesta taurina ya se había instalado primero, de manera coherente, en la trama cultural y en el imaginario colectivo y así, en el fenómeno de institucionalización que garantiza la difusión e instalación social de ambas manifestaciones, se priva al deporte de su conexión con el culto, de cualquier elemento sacro, y se le reduce a una "*manifestación autónoma de instintos agonales*"[15].

En el deporte, igual que en la tauromaquia, subyacen huellas de símbolos y mitos anteriores que imponen unos ciertos valores a sus practicantes. En la tauromaquia esto es claramente identificable pero, en el deporte de finales del s. XIX, no se acepta inmediatamente ni este vinculo ni este proceso de transferencia de prestigio.

14.- Acuña Delgado, Ángel: *Fundamentos socio-culturales de la motricidad humana y del deporte*, Granada, Universidad de Granada, 1994, p. 238.

15.- Huizinga, Johan: *op. cit.*, p. 233.

♦♦

Durante la segunda parte del s. XIX, en España choca la presencia coincidente de una tauromaquia ya establecida y aceptada culturalmente.

♦♦

Si el proceso de difusión del nuevo deporte, en España, hubiese sido más breve, se hubiera planteado la elección, la disyuntiva, entre "deportividad" y "torería" como manifestaciones equivalentes de unas determinadas virtudes o valores sociales. Pero la particular implantación social de ambas se resuelve con un reparto en el que el mito, como algo romántico, se ubica en el toreo mientras que, en contrapartida, al deporte se le asocia con el logos, lo científico.

Mientras que no finaliza este proceso de identificación la oferta deportiva es simbólicamente muy pobre. Por el contrario, la taurina satisfacería con más plenitud las necesidades del imaginario colectivo. Aún hoy la diferencia conceptual entre el deporte español y su versión anglosajona radica, fundamentalmente, en la cantidad y calidad de los valores que le son reconocidos por sus respectivas sociedades.

Durante la segunda parte del s. XIX, en España, choca la difusión deportiva con la presencia coincidente de una tauromaquia ya establecida y aceptada culturalmente, que ocupaba un espacio lúdico y sacro semejante al que aspiraba el deporte y que cumplía, como institución social, la función transmisora de aquellos arquetipos y valores culturales que al deporte se le reconocían en otras latitudes.

Mejor adaptada la fiesta de los toros a la idiosincrasia española, instalada con anterioridad en la estructura psicológica de la mayoría de la cultura ibérica, obligará, al nuevo deporte, a retrasar su proceso de penetración y, además, a adoptar unas determinadas peculiaridades que le distinguirán conceptualmente de sus manifestaciones en otros contextos nacionales.

En España, la "*compostura*"[16] que refleja las virtudes ideales del andrógino se atribuye al torero, no al deportista. En consecuencia, el prestigio que de ellas se deriva no se transmite a través del deporte, como ocurría en el ámbito anglosajón. Mientras que la tauromaquia queda enraizada al drama cronológicamente primario[17], el deporte moderno, cuando llega a España, ya esta reciclado, ha perdido sus componentes lúdicos y sacros que son sustituidos por un concepto de la competición que solo simboliza el ethos masculino de una colectividad identificada con la victoria sobre el rival invasor de su territorio (la cancha de juego).

La tauromaquia mantiene el vinculo con lo mágico a través de la tragedia mientras que del deporte, especialmente en España, solo será producto de un proceso de institucionalización social que emerge desde el nivel cultural de la "horda", lo que le impedirá quedar investido de la mayoría de los valores transmisores del prestigio social. La distinta valoración que aún hoy se realiza del deportista con respecto del torero es claro exponente del distinto perfil moral que de cada uno de ellos se espera.

♦♦

En España, la "compostura" que refleja las virtudes ideales del andrógino, se atribuye al torero, no al deportista.

♦♦

En consecuencia, la difusión del llamado deporte moderno, compuesto por manifestaciones extrañas a la tradición española, basado en un proceso de aculturación antropológicamente ajeno al contexto cultural español que le otorgaba valores inicialmente asignados a la tauromaquia y entendido, en consecuencia, de forma distinta a su original diseño anglosajón, se vería dificultada, retrasada y desvirtuada a lo largo de un proceso que todavía no ha finalizado.

16.- María José Ruiz Somavilla desarrolla un afortunado análisis de la sociedad española del Siglo de Oro aportando el concepto de "compostura" que nosotros utilizamos aquí. (Cfr., Ruiz Somavilla, Mª. José: *El cuerpo limpio*, Málaga, Universidad de Málaga (col., "Textos minimos"), 1993.

17.- Cfr. Pastor Pradillo, José Luis: "Análisis de la relación antropológica entre deporte y tauromaquia: su expresión en España", en ... *Actas. III Congreso de Ciencias del Deporte, Educación Física y Recreación*, Lérida, INFEC-Lleida, 1997.

LA SONRISA DEBAJO DEL MOSTACHO

Manuel Vizuete Carrizosa
Universidad de Extremadura

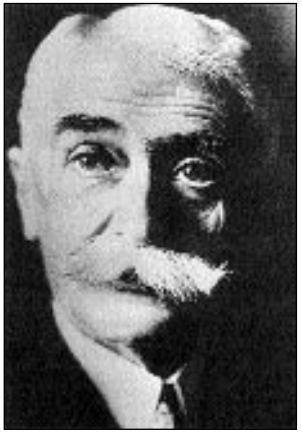
La canícula de finales del junio parisino, en aquel año de 1894, reverberaba sobre los tejados de pizarra y se dejaba sentir sobre el menudo cuerpo del barón que, ocupado como estaba, con los pensamientos y los proyectos sobre el próximo restablecimiento de los Juegos Olímpicos, no prestaba la menor atención al sudor que lentamente empapaba la camisa blanca, que se dejaba entrever entre el chaleco y la levita. Sus grandes y largos mostachos ocultaban una leve y pícara sonrisa que aparecía, de cuando en cuando, y cada vez venían a su mente, como en leves impulsos de oleaje, los recuerdos de la última semana. No se sabía muy bien por qué circunstancias, el congreso recientemente clausurado había pasado de ser una cuestión circunstancial y sin importancia a un hecho celebrado por el "todo París". Desde el nombre, que cambió bruscamente a* Congrés pour le rétablissement des Jeux Olympiques*, al ambiente que consiguió crearse, todo se había conjurado para que la perfección realzara al acto: el gran anfiteatro de la nueva Sorbona frente al* Bois sacré*, la bellísima oda de Jean Aicard y el erudito comentario de Théodore Reinach, al que había precedido el discurso académico del barón de Courcel, así como la audición de la armonía coral que interpretó el Himno a Apolo, rescatado hacía poco tiempo de las ruinas de Delfos, y en el que Gabriel Fauré echó todo su entusiasmo, hasta conseguir que la antiquísima euritmia cruzara por el vasto recinto. Volvió a sonreír, después de aquello nadie se atrevería ya a votar contra los Juegos Olímpicos.

Estando en estos pensamientos, y prácticamente empapado, se encontró, casi por sorpresa, con la frescura del portal del apartamento que M. Bikelas tenía en la rue de Babylone. El propio Bikelas abrió la puerta, Sloane ya había llegado y E. Callot, el tercer convocado a la reunión no tardó en hacerlo. La cuestión que se debatía era conseguir convencer a Bikelas para que aceptase la presidencia del Comité Olímpico Internacional, Bikelas no tenía ninguna gana de ser Presidente, y nuestro hombre, por su parte, sostenía la idea de una presidencia móvil que estuviera ligada, de hecho, a la nacionalidad de la siguiente Olimpiada, desde el entendimiento de que todo aquello que favoreciese el carácter internacional de cada uno de los ciclos que se abrían era de una especial y trascendente importancia. Terminado el té, las pastas y el café, y llegadas las discusiones al punto en que el humo de los cigarros y los vapores del alcohol hacían competencia a la calima exterior se decidió que Bikelas debería ejercer las funciones de Presidente del Comité Olímpico Internacional hasta finales de mil ochocientos noventa y seis, en tanto que el barón le sucedería en el mandato para los próximos cuatro años, ocupando hasta entonces, como él quería, el cargo de Secretario General que, a su juicio, era como ser el motor de lo que imaginaba como una activa administración. Volvió a sonreír picaronamente, esta situación no era en absoluto nueva para él, ya la había ensayado con éxito en la Unión Francesa de Deportes Atléticos, con un excelente resultado cuya consecuencia había sido

la renovación y el impulso alcanzado por el atletismo en Francia.

Ya en la salida del apartamento y antes de decidirse a disolver la reunión de aquella calurosa tarde, mientras desde el rellano miraba al sudoroso Bikelas, que estaba agarrado con aire cansino al marco de la puerta, soltó de una sola vez sus definitivas ideas sobre lo que debía ser el Comité Olímpico Internacional: mantener una independencia absoluta de cualquier ente u organismo, no admitir ningún tipo de delegados y, por supuesto, no aceptar ninguna subvención. Bikelas, al tiempo que adelantaba la mano para un apretón de despedida, murmuró "la armadura del pobre" y cerró la puerta del apartamento. En el landó que le llevaba de regresó meditó las últimas palabras de Bikelas, ciertamente tenía toda la razón, pero debía ser así si se pretendía asentar un futuro sólido y duradero, hasta ese momento la institución recién nacida solo tenía un nombre ilustre y ningún cimiento, práctico el grandioso himno de Apolo que tanto hizo subir la emoción de los asistentes al Congreso había sido entonado por muchos más artistas que deportistas y lo que debería haber sido la apoteosis final del restablecimiento de los Juegos Olímpicos había quedado difuminada en medio de la emoción general que había causado el asesinato del presidente Carnot.

Despertó al día siguiente con una extraña sensación, mezcla de vacío y responsabilidad, quizás hubiera deseado más lucha en aquella primera reunión de lo que ya era el Comité Olímpico Internacional, sin embargo volviendo a la realidad de las cosas se



Pierre de Coubertín fue un pedagogo francés partidario de introducir el deporte en la escuela. Uno de los objetivos que le llevó a crear las modernas Olimpiadas fue reducir las tensiones entre los países.

puso a redactar el boletín trimestral número 2 dando cuenta de la guerra que había sido preciso mantener con los atletas para que no quedaran postergados en el programa olímpico, los que ellos llamaban "deportes accesorios". Con resuelta decisión y ánimo fue poniendo en claro las ideas y al tiempo que experimentaba el placer de sentir como gemía el papel con el roce de la pluma volvió a sonreir al tiempo que escribía satisfecho:

Se nos pide que precisemos exactamente el carácter de nuestra empresa. He aquí la respuesta en breves líneas... Al dar nueva vida a una institución desaparecida hace tantos siglos, pensamos lo siguiente: el atletismo ha alcanzado una importancia que va en aumento año tras año... Su papel es presumible que sea tan considerable y de tanta duración en el mundo moderno como lo fue en el antiguo; sin embargo, reaparece con nuevos caracteres; es internacional y democrático, apropiado, por consiguiente, a las ideas y a las necesidades de los actuales tiempos. Pero, hoy como ayer, su acción será beneficiosa o perjudicial, según el uso que hagamos de él y la dirección que le imprimamos. El atletismo puede poner en juego las pasiones, tanto las más nobles como las más viles; puede desarrollar el desinterés y el sentimiento del honor, pero también el egoísmo del lucro y la ganancia; puede ser caballeresco o corrompido, viril o bestial; puede, en fin, emplearse tanto para consolidar la paz como para preparar la guerra. Y he aquí que la nobleza de sentimientos, el culto del desinterés y del honor, el espíritu caballeresco, la energía viril y la paz, constituyen los más caros postulados de las modernas democracias, sean monárquicas o republicanas...

Se encontraba agradablemente sorprendido, sosteniendo entre los dedos la carta que acababa de recibir desde Nápoles del duque de Andria en aquel día 15 de Septiembre, pasó

revista a las recibidas hasta entonces y, ciertamente, junto a la que llegara de M. Cuff procedente de Christchurch el pasado día 4, eran ya doce las nacionalidades representadas en el comité Olímpico Internacional que llevaba, ahora sí, todas las trazas de completarse. Realmente el Comité era un *self-recruiting body*[1] que quedaba estructurado, según las ideas de su creador, en tres círculos concéntricos: en el *núcleo* los fieles trabajadores convencidos de la idea y de los objetivos a conseguir, en el medio el *semillero*, un grupo de miembros de buena voluntad susceptibles de ser educados y, hacia el exterior *la fachada* compuesta por gente más o menos utilizable que servía para halagar con su presencia las pretensiones nacionales y prestigiar al conjunto. Se reclinó en el asiento y respiró con satisfacción el aire parisino del atardecer de aquel verano que amenazaba con no marcharse nunca.

La carta de Bikelas, que no había dado señales desde su partida, fechada el 4 de Octubre había elevado hasta lo más alto su entusiasmo por lo que suponían de aceptación de la ciudadanía, del hombre de la calle griego, al proyecto olímpico: .....*desde Brindisi hasta aquí todos mis compatriotas me hablan de los Juegos Olímpicos con alegría*... tras leerlo una y otra vez para convencerse a sí mismo de lo que no era un sueño lo que estaba ocurriendo, depositó suavemente la carta sobre un ejemplar de *Le temps* cuyo corresponsal en Grecia transmitía en un artículo las mismas impresiones que Bikelas. Estas halagadoras noticias y la impresión de que el proyecto olímpico estaba en el buen camino, le lanzaron, durante aquel día y los siguientes, a un frenético afán recopilador de documentos nuevos y antiguos ante la inevitable necesidad de afrontar la elaboración de un programa detallado para la celebración de los primeros Juegos Olímpicos de la era moderna: cartas de G. Strehly de París sobre los deportes gimnásticos, de Herbert desde Londres sobre las distancias más convenientes para las carreras pedestres, de la Unión Ciclista Francesa y de la National Cyclist´s Union sobre como deberían llevarse a cabo las pruebas ciclistas y, especialmente, el informe que él mismo había encargado a la Sociéte d'Encouragement de l'Escrime sobre los deportes de esgrima para profesores y aficionados que prestarían, sin duda, el necesario aire romántico y caballeresco a los nuevos Juegos Olímpicos. La nueva carta de Bikelas, recibida al día siguiente, volvió a encender su entusiasmo. En la entrevista que Bikelas había tenido con el Sr. Tricoupis, Presidente del Consejo de Ministros, aunque este había confesado a Bikelas que personalmente habría preferido no enfrentarse a este tema, estaba "bien dispuesto".

Al salir de casa y mientras colocaba el pesado equipaje que contenía el proyecto olímpico completo, con todos los documentos incluidos, le entregaron una carta que, aunque enviada desde Grecia y remitida por Dragounis, no se atrevió a abrir por si, como se temía, podía hacer cambiar su decisión de desplazarse a Grecia. En la estación, mientras tomaba el rápido de Marsella la acarició dentro del bolsillo y nuevamente antes de subir la escalerilla del *Ortégal* rumbo al Pireo, finalmente, ya a borde del barco, fuera del puerto y cuando el oleaje de alta mar y el frío viento invitaban a encontrar un lugar íntimo y cálido, el barón abrió la carta. Como se temía, en ella, Esteban Dragounis, Presidente del Zappeion le daba cuen-

♦♦

El atletismo puede poner en juego las pasiones, tanto las más nobles como las más viles; puede desarrollar el desinterés y el sentimiento del honor, pero también el egoísmo del lucro y la ganancia; puede ser caballeresco o corrompido, viril o bestial; puede, en fin, emplearse tanto para consolidar la paz como para preparar la guerra.

♦♦

1.- Así definido por Pierre de Coubertin en sus Memorias Olímpicas, significa: Organismo que recluta a sus propios miembros.

ta de las conclusiones a las que habían llegado sus colegas y el mismo sobre la inviabilidad del proyecto, aconsejándole que no se desplazase y que renunciase a la loca idea del restablecimiento de los Juegos Olímpicos. De nuevo una sonrisa, esta vez casi amarga, sirvió para confirmar como había hecho perfectamente en no abrir la carta al salir de casa en París o en el tren que le llevó a Marsella, ahora, montado en aquel barco que cabeceaba tercamente contra el fuerte oleaje no le quedaba otro remedio que tratar de convencer y vencer en el propio campo griego.

No podía dormir, el barco había llegado de noche al Pireo y debía esperar el amanecer para entrar en el puerto: despierto, nervioso y agitado paseaba por el puente o se reclinaba en la barandilla mirando las lejanas luces de la ciudad y repasando una y otra vez sus argumentos para tratar de convencer a deportistas, hombres de ciencia y políticos de la importancia y de la viabilidad de su proyecto. Al final, nada fue como había previsto y repasado en su mente, una y otra vez, simplemente, los hechos sucedieron a los hechos.

El desembarco estuvo adornado de los gritos y saludos de un grupo de entusiastas que, casi en volandas, lo llevaron a visitar el viejo y casi informe Estadio. Sobre el desnudo talud, privado de lo que fueron sus vistosos mármoles y estatuas y al tiempo que miraba los restos del famoso pasadizo por el que los atletas desembocaban en la pista, percibió en un momento todo el peso de la historia, le pareció oir los gritos de júbilo y de desaliento de los milenarios atletas, el eco de la multitud en el Estadio, la pompa de las celebraciones rituales... La brisa, moviendo los largos pelos del mostacho, le devolvió a la realidad, limpiándose unas lágrimas rebeldes se volvió a sus acompañantes y con ánimo más que resuelto se dispuso a enfrentarse a lo que ya parecía una auténtica batalla política.

Sin tiempo de deshacer las maletass se presentó sin avisar Monsieur Maurouard, encargado de negocios de Francia y, antes de que abriera la boca para ponerme en antecedentes y sin ningún tipo de protocolo, entró el Jefe del Gobierno Sr. Tricoupis para sin ningún tipo de ceremonias tratar de convencerlo de la invabilidad económica del proyecto, especialmente, dijo él, para un país que como Grecia tenía una fuerte deuda externa y no estaría bien visto por sus acreedores los gastos suntuarios que requerían unos Juegos Olímpicos acordes con la dignidad y el peso de la historia griega. No bien se había retirado apareció el Sr. Teodoro Delyannis, jefe de la oposición, para brindar su apoyo incondicional al proyecto y decirle que estaban dispuestos a motivar todas las acciones políticas necesarias, incluidas las de tipo parlamentario con tal de devolver a Grecia la herencia viva de su patrimonio histórico. Cuando ya casi estaba a punto de organizar su equipaje y sus documentos, una nueva comisión, encabezada por Georges Melas, hijo del alcalde de Atenas, Alexandre Mercati, hijo del director de la Banca, y otros jóvenes notables, reclamaron ruidosamente su presencia en una comida que habían organizado en el mismo hotel. En ella se dispuso que Mercati, condiscípulo del príncipe heredero, a la sazón regente en ausencia del rey,

EL CÓDIGO OLÍMPICO

No existía un conjunto de normas escritas que regulasen detalladamente la participación de los atletas en los Juegos Olímpicos. Pero, sobre la base de informaciones de diversos escritores antiguos, P. Villalba y Varneda ha elaborado lo que podríamos denominar «Código olímpico» formado por dieciséis preceptos.

1. Ser griego y libre, no esclavo ni meteco (extranjero).

2. No estar perseguido por la justicia ni ser sacrílego.

3. No haber transgredido la «Tregua olímpica».

4. Entrenarse durante los dos meses anteriores a las Olimpiadas o durante treinta días seguidos en Élide.

5. Inscribirse, como mínimo, un mes antes del comienzo de las competiciones.

6. Las faltas de puntualidad son motivo de exclusión.

7. Se debe competir desnudo.

8. Los entrenadores deben estar desnudos también.

9. Está prohibido intimidar o matar al rival y todo intento de hacer daño o matar será castigado.

10. Son conductas punibles sobornar al rival o dejarse sobornar.

11. El atleta que quede sin contrincante será proclamado vencedor.

12. Todo atleta que se sienta maltratado podrá apelar al Consejo olímpico.

13. Las decisiones de los árbitros no serán nunca anuladas.

14. Los helanódikas no podrán participar en las competiciones.

15. Las mujeres casadas tienen prohibido acudir a los Juegos o penetrar en el recinto olímpico: las culpables serán despeñadas desde la cumbre del monte Tipeon.

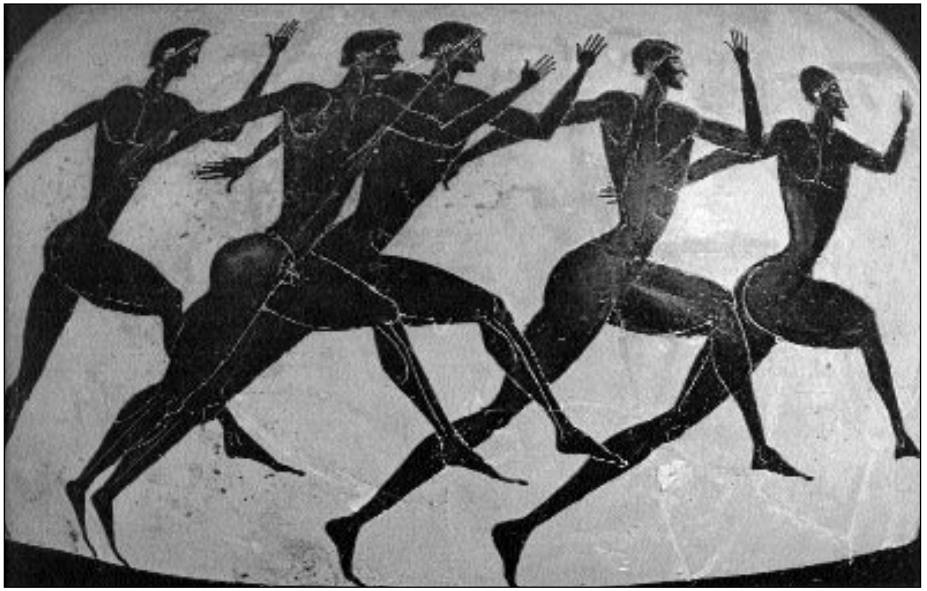
16. Será castigada la cobardía ante un rival.

organizaría a la mayor brevedad un encuentro del barón con el príncipe. Entre tanto, entre visita y visita, el cochero de George Melas, de cuando en cuando paraba el landó, descendía de él y con toda familiaridad, sin ninguna consideración y en un griego incomprensible escenificaba, asumiendo los distintos personajes, como, a su juicio, había de tratar y comportarse el barón con el Primer Ministro y con el Príncipe Heredero, acciones estas que contribuían a disipar la tensión de aquellos días y que el barón recordaría toda su vida.

La prensa griega, igualmente, se encontraba dividida a favor y en contra del proyecto. Así entre entrevista y entrevista y haciendo días de las noches, el barón diseñó lo que sería el escenario de los juegos, hecho en madera, su importe total estaba en torno a 250.000 dracmas. Con él en la mano se encaminó a visitar a Tricoupis, en el recorrido y aprovechando unas sombras el cochero, una vez más le escenificó la forma en que debía tratar al Primer Ministro, así, no sin sudores y tras una larga espera se encontró de nuevo con Tricoupis al que ya, algún traidorzuelo, había puesto sobre aviso. Tras una nueva edición de excusas y de problemas de solución inviable, el barón le solicitó una *benévola neutralidad* que, aunque se apresuró a garantizarla, la forma en que lo hizo y la cara que puso dio a entender que, aunque concedía al barón una sala del Zappeion para sus reuniones, tenía todavía demasidads restricciones mentales sobre el asunto.

La reunión que había convocado para el 12 de noviembre era una de esas en las que todo y nada puede ocurrir, con sus mejores galas, y tratando de destacar su pequeña imagen sobre el fondo del salón maniobró la reunión con tal habilidad que de ella salió, previamente patrocinado por el príncipe lo que eliminaba cualquier oposición de antemano. El Comité Organizador de los Primeros Juegos Olímpicos de la era moderna, aprovechando este entusiasmo inicial de los nuevos conversos a la religión olímpica se planteó el programa que desde París viajaba en la maleta, por aclamación fue aprobado. La feliz coincidencia de las pascuas: griega y occidental en el año de 1886, permitió fijar las fechas de los Primeros Juegos Olímpicos sin engorrosas discusiones religiosas, los Juegos tendrían lugar del 5 al 15 de Abril de 1896.

La despedida de Atenas y de Grecia había sido casi triunfal, tras una velada literaria en la sociedad literaria "El Parnaso" y la entusiasta acogida de la "Societé Panachaique de Gymnastique" en Patrás, tuvo tiempo de vagar durante una mañana completa entre las ruinas de la sagrada Olimpia. Vía Corfú y Brindisi había llegado a Nápoles donde el Duque de Andria le dispensó una calurosa bienvenida, sin embargo, ahora, tras la conferencia que acababa de pronunciar en el Círculo Filológico, tenía la impresión de estar hendiendo el aire a ciegas con una larga espada.



Lejos de las armonías del Himno de Apolo y de la impresionante silueta del Partenón, perdido en las viejas calles napolitanas de estilo español se sentía todavía más pequeño, aspiró con deseo el seco y aromático aire del diciembre napolitano tratando de infundirse vigor y fortaleza, aquello todavía estaba por madurar y en el poco tiempo que quedaba era necesaria, ahora más que nunca: velocidad, altura y fuerza.

CITAS EN EXTREMADURA

II CONGRESO DE LITERATURA INFANTIL Y JUVENIL

HISTORIA CRÍTICA DE LA LITERATURA E ILUSTRACIÓN IBÉRICA
HISTORIA CRÍTICA DE LA LITERATURA I LA ILUSTRACIÓ IBÉRICA
HISTORIA CRÍTICA DA LITERATURA E DA ILUSTRACIÓN IBÉRICA
ILUSTRAZIO ETA LITERATURA IBERIKOBAREN HISTORIA KRITIKOA
HISTÓRIA CRÍTICA DA LITERATURA E ILUSTRAÇAO IBERICA

- **Congreso y Exposición de la Organización Española para el Libro Infantil y Juvenil**
- **Cáceres,** Complejo San Francisco.
  Del 3 al 6 de Diciembre de 1998
- **Actividades Precongresuales** en Rocamador/Barcarrota, Badajoz, Mérida, Coria, Trujillo y Plasencia.

Durante la primera semana de Diciembre, Cáceres será la sede del II Congreso de Literatura Infantil y Juvenil. Escritores, ilustradores, profesores, bibliotecarios, libreros, especialistas en literatura infantil, estudiantes, actores... de toda España y Portugal se reunirán para estudiar la literatura y la ilustración ibérica. Cáceres será la capital de la literatura infantil y juvenil

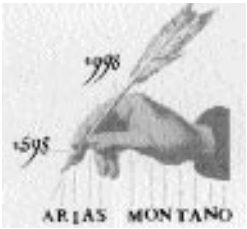
Todo Congreso es un espacio y un tiempo para la reflexión científica, investigación, comunicación y encuentro afectivo. Este II Congreso de Literatura Infantil y Juvenil se propone estudiar críticamente la trayectoria histórica de la literatura e ilustración en cada una de las áreas lingüísticas de España y Portugal, así como difundir el conocimiento de las diversas literaturas y escuelas de ilustración existentes en España y Portugal.

Además de las actividades propiamente académicas y de las diversas Exposiciones que jalonarán el Congreso, están programadas numerosas actividades de animación cultural, actividades de calle, mesas redondas, etc., con el fin de sensibilizar a las más amplias capas de nuestra sociedad sobre la importancia de todos los géneros literarios dirigidos a niños y jóvenes para su formación y educación estética.

IV CENTENARIO DE LA MUERTE DE BENITO ARIAS MONTANO

- **Exposición "Arias Montano y su Tiempo"**

Sevilla, Convento de Santa Inés
Mayo-Junio
Évora, Museo Nacional
Junio-julio
Alcalá de Henares, Capilla del Oidor
Julio-agosto
Fregenal de la Sierra
Agosto



IV CENTENARIO DEL NACIMIENTO DE FRANCISCO DE ZURBARÁN

- **Simposio Internacional "Zurbarán y su época"**

Fuente de Cantos, Llerena y Guadalupe
28 al 30 de mayo

Durante estos días, se celebrará en estas localidades, ligadas estrechamente a la vida y obra del pintor fuentecanteño, un simposio internacional en el que se darán cita expertos, nacionales y extranjeros, sobre la figura y la pintura de Francisco de Zurbarán. Unas jornadas en las que se debatirá sobre el que fuera uno de los máximos exponentes de la pintura barroca del siglo XVII, se analizará este periodo histórico y las influencias de su obra pictórica.

Durante el mes de mayo, las oficinas de correos de Fuente de Cantos, Llerena y Mérida utilizarán un matasello especial con el logotipo del IV Centenario de Zurbarán.

¿EL DEPORTE EDUCA?

Saturnino Gimeno Martín y Luis Fdo. Valero Iglesias
Universidad "Rovira i Virgili". Tarragona

El Deporte se ha constituido en un punto referencial de nuestra sociedad actual. Podríamos decir que el deporte ofrece a la sociedad actual toda una filosofía de entender la vida, de estar en la vida y sobre todo, de vivir la vida.

La sociedad se ha deportivizado y su vocabulario trasciende la manera y la forma de esta sociedad. En el lenguaje popular la concepción deportiva se consume a diario: "he logrado esta marca"; "hay que estar en forma"; "hay que tener espíritu deportivo"; "hay que tener espíritu de competencia"; "la competencia es esencial y clave para la vida"... son frases, como muchas otras, que oímos a diario y, sin embargo, no es tan evidente que la sociedad sea una víctima del deporte. Cabe pensar, también, que el deporte no ha hecho más que asumir y elevar, a la categoría deportiva, lo que es subyacente a esa sociedad, es decir, el afán desmesurado por el éxito, el triunfo, el terror al fracaso, el deseo de competir y ganar a cualquier precio, etc. En una palabra, el deporte es víctima a su vez de la sociedad.

Toda esta situación ha hecho que los filósofos, los profesores de Educación Física, los pedagogos, en una palabra los preocupados por todo lo relativo a la práctica físico-deportiva se cuestione bajo la óptica de la ética ¿si tiene sentido seguir por el camino emprendido en la sociedad actual? y, ¿si seguir con la exaltación deportiva existente, es un beneficio para la sociedad o si no conviene más detenerse en el camino para desarrollar una reflexión que arroje luz a la situación que estamos señalando?

Aún caben otras pregunas: ¿los jóvenes, los niños y las niñas con la práctica físico-deportiva en el Sistema Escolar Educativo Formal, (SEEF), serán más personas, más solidarios, más éticos, más creativos? ¿Será la Educación Física en el SEEF un soporte adecuado para desarrollar una correcta personalización?

Desde finales del siglo pasado en que el deporte toma, de nuevo, carta de naturaleza en la sociedad y, más concretamente, en los últimos 20 años, en los que se ha llegado a la exaltación de lo deportivo como una totalidad que impregna una y cada una de las cosas y acciones de la vida actual, los problemas se han ido acumulando.

Uno de los hechos que genera la hiperdeportivización de la vida actual es el cinismo, cinismo con que en demasiadas ocasiones se mira la vida misma. El hecho de que hay que ganar como sea conlleva que cuando alguién gana no lo acabemos de celebrar del todo, ya que se piensa que ha hecho trampa, y, es que se ha hablado tanto del dóping, y de los recursos artificiales, "que un dejo de cínica ironía nos recorre".[1]

En otras ocasiones cuando pierde aquel que lleva nuestra esperanza le echamos la culpa al árbitro que no ha sabido atajar a tiempo las faltas y abusos de los otros. Los ejemplos que podíamos citar son muy variados.

La educación física, el deporte, en sus diferentes prácticas, desde el fisioculturismo al Olimpismo, parecen estar impregnados de fines comerciales, económicos y políticos, y, esta situación lesiona fundamentalmente los ideales del deporte y su práctica, sesgándola seriamente y poniendo en peligro los valores que su práctica genera.

1.- Gabor Cspregi (1992).- Ponencia en el Simposio Internacional de Filosofía del Deporte. Marzo. Barcelona.

El imperialismo del cronómetro impone el ritmo al deporte que niega en su propia base el goce estético y armonioso de la práctica deportiva, muy lejos de otros ideales que, afirman tenía el deporte en sus orígenes. Esta situación obliga, en demasiadas ocasiones, a una manipulación del cuerpo humano que da, a corto plazo, éxitos deportivos pero que a la larga es causa de serias lesiones físicas y anímicas.

La incorporación de la tecnología punta en el entrenamiento deportivo hace que el ser humano se convierta, en demasiadas ocasiones en una extensión de la máquina, con lo cual, éste pierte esencialidades y se despersonifica. Por ello, no podemos por menos de cuestionarnos ¿hasta dónde es legítima esta práctica deportiva que elimina, de la acción deportiva, parte de su esencia humana, convirtiendo al ser humano en un robot?

No creemos que sea simplemente casualidad y, si es así, debe lamentarse, que Sylvester Stallone y Arnold Schwarzenegger provengan del mundo deportivo y sean modelos de violencia y exaltación de antivalores. El uso que a menudo hacen los medios audiovisuales de la práctica deportiva y del desarrollo del cuerpo como elemento material, e instrumento de realización de "proezas", puede ser difícilmente defendido como deporte o como educación física.

Esta exaltación de una violencia lo más paroxística posible, el desprecio absoluto por la vida humana, el triunfo del "héroe" amparado en su fortaleza y desarrollo físico son, en nuestro criterio, "antimodelos" *que desde la óptica deportiva de la educación física y desde la práctica escolar deben ser seriamente cuestionadas a fin de evitar en el futuro lamentables distorsiones.*

Una concepción actual del cuerpo humano exige conocer con precisión, más allá de lo que él dicen los tratados de anatomía y fisiología, lo que para la ciencia y la filosofía es el modo y la realidad de nuestro cuerpo, según nos señala Laín Entralgo.[2]

La práctica del deporte, como expresión de masas, nació desde el momento que la sociedad burguesa empezó a tender puentes entre el saber de los de arriba y el de los de abajo del todo, pretendiendo fundamentar su imagen del mundo sobre el realismo.

El desarrollo deportivo del ser humano, en los últimos 60 años, es un fenómeno urbano, expresión de la masificación de las urbes, la huida de las clases agrícolas a la ciudad, y la conversión de éstas en conglomerados difusos que necesitaban eliminar un componente melancólico, con una práctica que les acercara de alguna forma a aquel campo que habían perdido y que añoraban y al que no podían volver por tener en él, un nivel de vida, peor aún del que sufrían en la urbe.

Al "urbanitas" que se ha alejado del medio natural, en una ciudad contaminada y estresante, se le ofrece la posibilidad, mediante la "práctica deportiva", de poder recuperar algo del origen natural perdido, pero ello se ofrece solamente a aquellos que ten-

2.- *Cuerpo y alma.* Espasa. Universidad. 1991.

3.- Citado por Peter Sloterdijk (1989). *Crítica de la razón cínica*, I. Pág. 36. Taurus.

gan un cierto nivel mínimo cubierto: otros muchos, con otras necesidades más perentorias, no tienen esa posibilidad, por lo tanto en el movimiento deportivo urbano es también causa de una seria discriminación. Como diría Gottfried Benn "ser tonto y tener trabajo, he ahí la felicidad" y hacer joggin, footing, tenis, natación, etc. añadiríamos nosotros, la felicidad completa.

Ante tal estado de la cuestión es bueno que nos detengamos a reflexionar sobre las concepciones que se tuvieron sobre el deporte, el ser humano, cuerpo y alma en la Grecia antigua, de la cual se afirma que se ha recuperado su dimensión deportiva, olímpica.

Habría que analizar si realmente hemos reconquistado, recuperando la dimensión ética del deporte griego que se movía entre las cosmogonías mitológicas del orfismo y el caos de Hesiodo o hemos caído más bien en la práctica de los cínicos griegos que cuando Platón definió al ser humano como un animal bípedo e implume, definición que provocó el aplauso de los presentes, Diógenes desplumó un gallo y lo soltó en la escuela con estas palabras "esto es el hombre para Platón, con uñas planas"[4]

¿Qué sociedad y que estructura estamos heredando con la recuperación de las Olimpiadas? ¿La de una sociedad, como la de Sócrates, que lo condena a la cicuta sólo por enseñar a pensar y dialogar a los jóvenes, o la del ideal homérico?

Hay demasiados claro obscuros en la actual práctica deportiva para que así, sin más, nos dejemos convencer que estamos en una recuperación de los mejores valores de nuestros antecesores culturales. Debe reconocerse cuando menos que el olimpismo actual tiene mucho de negocio y poco de deportivo.

♦♦

"La ética trata de la intervención oportuna en el momento crítico (kairós), de la elección que calibra y decide entre las propuestas del presente, no para ganar el mañana sino para dar sentido al hoy"

♦♦

Por todo ello creemos que es necesario una reflexión ética en profundidad sobre el deporte, la educación física y el olimpismo.

Tenemos que aceptar con Savater que "la ética trata de la intervención oportuna en el momento crítico (*kairós*), de la elección que calibra y decide entre las propuestas del presente, no para ganar el mañana sino para dar sentido al hoy"[5]

Ya se sabe que, en ocasiones, hablar de ética en estos tiempos, es para que se piense, que la ética, es una superestructuración heredada del pasado y a punto de desahucio, dado los adelantos en otras ciencias más modernas, entre las cuales se incluye la biotecnología, esencial en la nueva etapa deportiva, la investigación de la química aplicada al cuerpo humano, etc.

Casi podríamos afirmar que hay quienes piensan que la ética no deja de ser el intento sincero de encontrar una verdad, en el mundo actual por parte de los ingenuos.

Nosotros no compartimos tales criterios, a fueza de que algunos especialistas en lo deportivo nos arrumben a siglos y tiempos pasados por creer que estamos desfasados, *creemos que lo ético debe ser aplicado al deporte, así como la necesidad de encontrar una filosofía de los valores deportivos, una axiología que intente reglar algunos de los excesos y que sirva de horizonte a la práctica deportiva sino es que se quiere seguir por el abismo donde se encuentra.*

No es que queramos asumir categorías imposibles pero dentro del mundo de lo anímico moral debe entenderse que el acto más virtuoso es aquel que deviene del desprendimiento. Este desprendimiento no es normal en el deporte, no puede, no se ve, no se observa en el mundo actual deportivo que ante el contrincante, el contendiente, el otro, del otro equipo, que está en apuros pueda dejarse de marcar un tanto, dejar de correr, no seguir adelante, hacia la meta, para atender al que está en dificultades -lesionado, caído,

4.- Diógenes Laerttus. IV. 40.

5.- Savater: *Ética como amor propio.* 1988. (Pág. 295). Mondadori.

etc-. Que el deporte no permita desarrollar estos actos éticos como esencia de la formación de los niños y niñas, de los jóvenes no deja de ser un serio déficit a la hora de conformar personalidades equilibradas.

Quizás parte de los problemas de lo deportivo radican en que ignoran que lo moral, lo ético, proviene de la voluntad aceptada, es decir aquello que yo deseo y asumo, no aquello que me dicen que es así. Muchos de los casos de exculpación de dóping de los y las atletas de élite era que ellos confiaban en sus entrenadores, en sus médicos y no "hacían preguntas" ni "querían saber". ¿Esta ausencia de conocimiento les exculpa? Nosotros creemos que no.

"Lo primero que debe quedar sentado es que el conjunto de valores, motivos, preceptos, orgullos y remordimientos que constituyen el ámbito de lo moral no están fundados en ninguna autoridad suprahumana (divina), ni tampoco en instancias impersonales (genéticas, preconscientes...) sino en la dimensión consecuente y creadora de la personalidad humana"[6]. Debe reconocerse como señala Csepregi: "En la actualidad urge una reflexión y una búsqueda de soluciones que expliquen el por qué de la devaluación de la instancia ética en el deporte".[7]

La tremenda presión de los medios de comunicación social al hacer de la transmisión deportiva y su publicidad adjunta un fin en si misma, por encima mismo, del hecho deportivo, distorsiona cualquier realidad deportiva e impide una reflexión ética ya que cuestionar esa transmisión y el deterioro que produce al mismo hecho deportivo es un hecho insólito, pues son tan inmensas las cantidades económicas que se mueven en el deporte que, un deporte desprendido de ese aporte económico, practicado en el silencio personal e individual, no arrastraría ni tendría el "éxito" por lo que "ese deporte" moriría de inanición, y asi mismo esa práctica deportiva.

La práctica deportiva enmarcada en esos parámetros que hemos señalado debe reconocerse que es contraria al mismo deporte en sí y ello es quizás uno de los mas serios y significativos problemas que tiene el deporte en estos momentos.

Debe reconocerse que en nuestro país los programas de desarrollo deportivo, becas, medios, entrenadores cualificados, propaganda para su ejercicio a niveles de base han sido aumentados, en estos últimos años, porque era necesario hacer un esfuerzo añadido para conseguir poder encontrar las posibilidades de lograr alguna medalla más en los juegos olímpicos, como asi fue en la realidad de los Juegos de Barcelona. Y los valores que se han exaltado han sido los de competencia y todo lo que lleva adjunto el hecho de una olimpiada pero, poco o nada, hemos visto sobre la necesidad de desarrollar el deporte como elemento de personalización y de opción ética de la persona.

La abundante cantidad de recursos que se dedican al control del dóping son un insulto a los menguados recursos que se destinan a la promoción del deporte escolar y del deporte de base. Estos abismos, entre una cosa y la otra, en el hecho deportivo, creemos que no favorecen el pensar que la práctica deportiva de élite, la que se conoce generalmente sea un modelo de ética, ya que si los deportistas, atletas, sus entrenadores, etc., en una palabra el mundo del olimpismo, tuviera asumido la necesidad de una ética en la práctica deportiva, sin recurrir a ganar a cualquier precio, esos millones y millones de pesetas se podrían dedicar a menesteres mucho más provechosos.

Es necesario, en nuestro criterio, en primera instancia una autorreflexión revolucionaria en el mundo de-

6.- Savater, op. cit., pág. 299.

7.- Ponencia en el Simposio Internacional de Filosofía del Deporte. Marzo 1992. Barcelona.

portivo, reconociendo que es necesario aceptar que se está *potenciando, desarrollando y derivando un mundo axiológico deportivo no conveniente y que es necesario cambiar de rumbo* si se desea realmente que el deporte y sus prácticas sean personalizadoras.

Si el referente ético es "Por sus frutos los conoceréis", debe asumirse que el mundo deportivo en cuanto a su práctica masiva, no se ofrece como un modelo a los jóvenes, a las niñas y niños ya que sus productos, sus practicantes de élite, en líneas generales, con todas las ex- cepciones que se quieran poner, no son modélicos, y sus parámetros de acción son el dinero y la propia auto-imagen por encima de la solidaridad.

Quizás sea necesario, como afirman algunos pedagogos y profesores de Educación Física, que se imponga, a estas alturas, una ruptura entre el mundo del deporte de élite, el olimpismo, la práctica deportiva profesional y el deporte escolar. En el deporte de base los profesores y los entrenadores deben ofrecer los modelos de identificación de los profesionales, pero sin caer en las aberraciones de competitividad desmesurada, afán por el dinero, así mismo deben desarrollar en los niños y en las niñas otros valores que los que se derivan de la práctica deportiva de élite.

No podemos olvidar que todo proceso de educación física y por extensión de deporte está montado sobre el dominio motor y que "todo aprendizaje motor descansa en el mismo principio, en la medida en que no se trata de un simple abrirse paso, sino en una auténtica reacción condicionada".[8] Y la excelencia del deporte, en cuanto elemento de goce, es la apetencia del ser humano de desarrollar un movimiento perfectamente definitivo y ajustado cuya intensidad de goce, de valoración en cuanto a uno mismo crece con el dominio de la dificultad.

Una pregunta que deberíamos hacernos en este momento "deportivizado" que vive la humanidad es ¿por qué en este momento de nuestra evolución el ser humano ha alcanzado esta situación deportiva?, quizás la contestación a esta situación nos pueda permitir el desarrollar algunas pautas que puedan ofrecer soluciones de tipo educativo.

Para bastantes antropólogos las culturas humanas no nacen de una secuencia lineal ni siguen una norma unitaria y cerrada sino que existen conexiones que a nosotros se nos escapan y por ello simplificamos las cuestiones y los análisis. En cierto momento, sin saberse por qué, se ponen de moda unos hechos y no otros. Esta dimensión de la moda a pesar de su generalización y unificación tiene características propias en cada lugar, el problema, en estos momentos, a diferencia de otros procesos históricos es el tremendo impacto unificador que tienen los medios de comunicación social y más concretamente la televisión, haciendo, como ya se ha repetido en varias ocasiones, del mundo una aldea global y única. Este impacto es excesivo y no puede ser ignorado a la hora de valorar la dimensión ética del fenómeno, ya que quien controle, im-

8.- Lorenz. *La otra cara del espejo*. 1990. Pág. 189. Círculo de Lectores.

pulse, exija, potencie y patrocine las emisiones, extenderá su modelo valorativo a todos.

No podemos obviar ante esta dimensión total de la comunicación, que ella es de los ritos filogenéticos e históricos culturales, uno de los más decisivos a la hora de aprender y ritualizar comportamientos. El aforismo pedagógico que el mejor maestro es "fray ejemplo", hoy se potencia, ya que lo que veían en el maestro, 20, 30 ó 40 niños hoy lo ven, miles de millones y lo aprenden, lo internalizan y lo imitan, por lo cual, a la hora de potenciar una nueva dimensión deportiva debemos pensar en el papel multiplicador de los medios audiovisuales y si se puede incidir en ellos.

Personalmente vemos difícil, que los educadores, profesores, puedan incidir sobre ellos, por lo tanto se tienen que pensar en otras alternativas a fin de poder ofrecer a los alumnos otras formas que ayuden a interiorizar lo que se les está ofreciendo, y que logren vencer el modelo multiplicador, no adecuado, que por los medios audiovisuales se les ofrece y en demasiadas ocasiones sufren.

Desde el *Contrato social* de Rousseau se ha aceptado que los seres humanos son capaces de llegar a acuerdos a fin de garantizar para todos un mínimo aceptable y un orden social.

Hoy se observa que a través del fenómeno deportivo se están desarrollando actitudes y situaciones que no favorecen el desarrollo humano, ya que en el espectáculo ocurre: desde centenares de espectadores que mueren a causa de avalanchas humanas motivadas por la violencia, hasta niños que mueren en manos de sus padres porque un inconsecuente llevado de su "afición deportiva" tira una bengala que se le clava en el pecho, esto sin contar todos los valores que subyacen en la práctica deportiva y que han creado una subcultura de entender lo deportivo y la vida que, ya se ha comentado, no es conveniente para la personalización del ser humano.

♦♦

Creemos que urge un cambio significativo en la orientación que el deporte ofrece y la búsqueda, entre todos los que nos preocupa esta situación, de una nueva visión de la práctica deportiva que favorezca en mayor grado la personalización de los deportistas, de la sociedad en general y sobre todo del deporte en la escuela

♦♦

Por todo esto creemos que urge un cambio significativo en la orientación que el deporte ofrece y la búsqueda, entre todos los que nos preocupa esta situación, de una nueva visión de la práctica deportiva que favorezca en mayor grado la personalización de los deportistas, de la sociedad en general y sobre todo del deporte en la escuela.

Para comenzar nosotros creemos que debe desterrarse el criterio, que existe actualmente en bastantes escuelas derivadas de las teorías psicológicas emanadas entre otros, por el Dr. Spock, que ha proyectado cierto miedo hacia la disciplina, entendida ésta como una "violencia de la voluntad" para conseguir un objetivo como resultado de la acción educativa.

Dentro del proceso educativo, la disciplina durante mucho tiempo fue un fin en sí misma. La hipervaloración de ella como empecinamiento en mantener el orden por el orden sería la causa de su propio fracaso y el origen e inicio de las reticencias hacia ella. Recordemos el silencio pedido en las aulas escolares y rememoricemos los ejercicios de orden en las clases de Educación Física.

En la Educación Formal y en la Escuela Activa, propugnada por los movimientos de renovación pedagógica, la disciplina ha cambiado, en buena medida, su exigencia y sus paradigmas. *Con la creciente democratización de la sociedad se han modificado los valores que la rigen. La disciplina como valor irá perdiendo fuerza impositiva y autoridad para ascender por la escalera de la concienciación personal y la acción reflexiva.*

Sería ilusorio y desacertado hacer desaparecer la disciplina del contexto educativo-formativo e incluso de la vida corriente del ser humano. El crecimiento y maduración personal son los contextos apropiados para una gimnástica funcional de la disciplina. Disciplinar la voluntad como facultad anímica no es tarea nada fácil. Disciplinar el cuerpo en acciones motrices y en el dominio de destrezas y habilidades básicas y específicas, supone

también sacrificio y, doblegar nuestros músculos a un trabajo disciplinar de creciente exigencia física y moral templando la voluntad y educando el movimiento, hace que los seres humanos seamos capaces de alcanzar mayores cotas en el desarrollo de nuestra personalidad.

Si hoy la intervención educativa es tan abierta y da a entender la acción pedagógica como juego o como acción lúdica, donde el consentimiento y la flexibilidad en las formas están presentes, no es menos cierto que quienes llevan años dedicados a la enseñanza y a la formación, están reclamando de nuevo, al menos, redefinir el concepto de disciplina.

Es necesario reencontrar una disciplina capaz de trabajar la fuerza de voluntad necesaria para aceptar las reglas del juego de la convivencia respetuosa y pacífica entre los seres humanos que poblamos el mundo. Bueno es fomentar los valores de solidaridad, de ayuda y de cooperación entre las personas. Nada de cuanto apuntamos está pasado de moda, nada vulnera en absoluto la dignidad personal y, nada de cuanto pedimos, coarta las ansiadas libertades.

Disciplina es también sacar fuerzas para vencer dificultades, organizar nuestro carácter, saltar los obstáculos conflictivos, limar asperezas en el trabajo de equipo y agudizar el ingenio buscando soluciones de interés común.

En todo ésto la Educación Física Deportiva Escolar y la Educación Deportiva en todos sus ámbitos tienen un amplio campo de acción.

La concepción físico-deportiva hoy está lejos de algunas realidades vividas bajo el denominado nacional-catolicismo. Aquella mortificación del cuerpo, traducido en el cilicio de los religiosos y en las agotadoras sesiones de gimnasia, impartidas con ánimo de apagar los instintos son afortunadamente historia pasada.

La legislación, se fue abriendo a nuevas visiones olvidando estos criterios que hemos señalado y, así, se fueron promulgando leyes abiertas aun en momentos en que la democracia no estaba vigente, tal es el caso de la Ley de Educación Física de 1961 que fue la primera en ocuparse de la Educación Física con "visión amplia y alto rango normativo"[9] pero adoleció de una estructura organizativa y no contó con la participación de los deportistas.

Posteriormente la Educación Física, al menos en los ámbitos escolares, pudo haber tenido un valioso punto de apoyo en la Ley General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa, pero también fue desaprovechada[10].

Con la consecución de la democracia la propia Carta Magna Constitucional Española[11] en su artículo 43.3 velará por la Educación Física y el Deporte.

Dos nuevas leyes de ámbito estatal y, una de ámbito autonómico catalán[12] han recogido las nuevas concepciones sobre la cultura física y el deporte en el mundo y en España. Concretamente, en el marco geopolítico de Cataluña se camina bajo los auspicios de los criterios expresados por los Ministros responsables del Deporte del Consejo de Europa. Por ello el "Parlament" y el "Govern de la Generalitat de Catalunya" entienden que:

"El deporte (...) es una función social que contribuye al desarrollo completo y armónico del ser humano y hace posible la formación integral, favoreciendo la consecución de una mejor calidad de vida y de bienestar social"[13]

9.- Ley 77/1961, de 23 de diciembre. *Ley de Educación Física*. (B.O.E. n. 369. 27-XII-61).
10.- (2).- Ley 14/1970, de 4 de agosto. *Ley General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa*. (B.O.E. n. 187. de 6-VIII-70).
11.- *Constitución Española*. 6-XII-78.
12.- *Llei de l'Esport de Catalunya 8/1988*, de 7 de abril (D.O.G.C. n. 977. 13-IV-88).
13.- *Idem anterior*, ef. 4, Art. 3.

Ahora está fuera de toda duda el beneficio que los hábitos y prácticas deportivas reportan al ser humano. El tiempo ha dado la razón a Manuel Becerra cuando en sesión parlamentaria en 1879 defendió la oficialidad de la enseñanza de la Gimnasia Higiénica y afirmaba:

"(...) porque no hay riqueza comparable para las naciones con la de tener una generación de hombres viriles y trabajadores"[14]

En la misma óptica, muchos siglos antes, Platón anticipó su sabiduría para recomendar al mundo civilizado de su época que "no se debe educar sólo al espíritu: no se debe educar sólo al cuerpo; han de educarse los dos a la vez". Y tan convencido está del papel que debía desempeñar que dejó escrito este bello pensamiento: "El ideal de la educación es la gimnasia para el cuerpo y la música para el alma".[15]

En el declinar del siglo XX, cuando el mundo entero ha estado pendiente de las grandes gestas de los deportistas de élite que han comparecido en los Juegos Olímpicos de 1992 en Barcelona, el deporte ha dado un nuevo paso, y ha alcanzado un nuevo vértice como fenómeno social y cultural de nuestro tiempo.

Desde un punto de vista axiológico del deporte esperamos que sea "un instrumento de equilibrio, de relación y de integración del hombre con el mundo que le rodea".[16]

♦♦

"(...) porque no hay riqueza comparable para las naciones con la de tener una generación de hombres viriles y trabajadores"

♦♦

Todos los esfuerzos a ello dedicados tendrán holgada recompensa, pero su consecución no es tan fácil como a simple vista puede parecer. Interesadas intervenciones económicas y políticas pueden surgir como obstáculos de difícil franqueamiento y que, por otra parte, contribuyen a desviar la valoración positiva de lo que como virtuoso y noble lleva el deporte.

♦♦

La educación primaria comprenderá tres ciclos de dos cursos académicos cada uno y se organizará en áreas que serán obligatorias

♦♦

Hay que ser conscientes de que hay intereses, en ocasiones ilegítimos, alrededor del deporte y para evitar el envilecimiento desde el deporte y con el deporte, es necesario salvaguardar una acción educativa escolar y extraescolar, donde aquel entre a formar parte de la intervención educativa, desde la infancia a la tercera edad, pasando tanto por los deportistas dedicados al alto rendimiento como por aquellos que lo utilizan sólo como instrumento de equilibrio personal.

Es una realidad fehaciente que la sociedad actual tiene clara conciencia de la necesidad de incorporar a la cultura básica de los ciudadanos aquellos aspectos que relacionados con el cuerpo y el deporte contribuyen a mejorar la calidad de vida.

Por ello en la Ley Orgánica de Ordenamiento General del Sistema Educativo, LOGSE[17] se afirma, recogiendo el espíritu y la necesidad que hemos estado apuntando a lo largo de nuestras anteriores líneas en:

el artículo nº. 13 literal i).- "Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal".

Y el artículo 14 señala:

"1.- La educación primaria comprenderá tres ciclos de dos cursos académicos cada uno y se organizará en áreas que serán obligatorias y tendrán un carácter global e integrador".

14.- Proposición de ley creando la Escuela Central de Gimnástica en 1883. Discurso del Sr. Becerra en el Parlamento Español, 13-X-1881.
15.- Citado por Julián Mir Vicente en "*Periodismo Deportivo*". Cátedras Universitarias de tema deportivo cultural. D.N.E.F. y D. Barcelona. 1971.
16.- *Llei 8/1988*. Ef. 5. Preámbulo.
17.- *LOGSE*. (B.O.E. 4-10-90).

2.- Las áreas de este nivel educativo serán las siguientes:

a) Conocimiento del medio natural, social y cultural.
b) Educación Artística.
c) **Educación Física**.
d) Lengua castellana, lengua oficial propia de la correspondiente Comunidad Autónoma y Literatura.
e) Lenguas Extranjeras.
f) Matemáticas.

3.- La metodología didáctica se orientará al desarrollo general del alumno, integrando sus distintas experiencias y aprendizajes. La enseñanza tendrá un carácter personal y se adaptará a los distintos ritmos de aprendizaje de cada niño".

En el artículo 16 se afirma:

"La educación primaria será impartida por maestros, que tendrán competencia en todas las áreas de este nivel. *La enseñanza de la música, de la educación física, de los idiomas extranjeros o de aquellas enseñanzas que se determinen, serán impartidas por maestros con la especialización correspondiente*". El texto en cursiva es nuestro y con ello queremos recalcar la importancia de, esta nueva situación.

En el artículo 19, señala lo mismo para la educación secundaria obligatoria a través de su literal "k) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal".

Y así mismo en el artículo 20 se incluye la Educación Física en el literal "c) como área de conocimiento obligatorio".

El artículo 24 exige la condición de:

"1. La educación secundaria obligatoria será impartida por licenciados, ingenieros y arquitectos o quienes posean titulación equivalente a efectos de docencia...

2. Para impartir las enseñanzas de esta etapa será necesario, además estar en posesión de un título profesional de especialización didáctica."

En el Bachillerato artículo 25 se sigue manteniendo la importancia de la *Educación Física y el Deporte* en el literal i) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal".

Y el artículo 27 en su numeral 4 mantiene la Educación Física como una materia común para todos los Bachilleratos.

Es evidente como el tejido social siente como necesidad mejorar la forma física, cuidar el cuerpo y la salud, emplear el tiempo libre de una manera constructiva y divertirse. Buena parte de estos anhelos y objetivos se consiguen con el deporte que hoy se nos presenta con tres grandes caminos:

- Deporte / Recreación.
- Deporte Competición.
- Deporte / Espectáculo.

Tanto el Sistema Educativo Obligatorio como la instrumentación facilitadora del ocio ciudadano, han de considerar la libertad de elección de los españoles y han de hacer real la oferta de posibilidades.

El cuerpo, la actividad física, la salud, el trabajo, la recreación y la diversión son aspectos configuradores de la cultura física y a ellos hay que orientar medios y dedicación. Los medios serán tanto humanos como materiales.

La dedicación ha de ir impregnada de intencionalidad formadora o, mejor, educativa.

El Área de Educación Física, con la LOGSE debe desarrollar nuevos cometidos que en síntesis, desde nuestra modesta óptica educativa, lo resumiríamos como sigue:

- **Educación Infantil**. Conocer, valorar y aceptar el cuerpo.

Recordemos que "En la Educación Infantil los juegos favorecen en los niños y niñas la educación moral, proyectan una educación de los sentimientos morales -orientando éstos hacia objetivos altamente educativos- desarrollan cualidades como la solidaridad, la convivencia, etc"[18]

- **Educación Primaria**. Dotar del mayor número de patrones motores, para crear otras opciones personales que redundarán en un desarrollo más armónico de la persona humana y que trascenderá en un nuevo marco de valores.

Facilitar el afianzamiento de destrezas y habilidades básicas.

- Educación Secundaria Obligatoria. Asumir responsabilidad de exigencia sobre el cuerpo (forma física, condición física y eficiencia fisiológica).

Vincular la práctica deportiva a una escala de valores, actitudes y normas.

En el ámbito extraescolar y adulto al deporte habrá que dispensarle por lo menos, lo que por mandato constitu-

18.- Valero Iglesias. L.F. (1992). *Aproximación a una educación en valores.* PPU. Barna Pág. 289.

cional le corresponde: "(...) facilitando los medios para una adecuada utilización del ocio y, considerando que la cultura física y el deporte se originan y desarrollan en una sociedad".[19]

El Deporte, incardinado como un medio importante en la Educación Física cumple en otros momentos una acción social de suma importancia. Desde la multifuncionalidad del mismo, sus posibilidades y sus rasgos definidores son transferibles a muchos aspectos de la vida cotidiana. La aceptación social, con que cuenta en todos los hogares españoles, hace aconsejable prestarle una atención psicopedagógica de primera magnitud. El paralelismo que ofrece el deporte y el discurso de lo social, hace que aquel pueda ser empleado como plataforma educativa y formadora de ciudadanos que han de socializarse para el relevo generacional de los pueblos que integran el Estado Español.

El Deporte, sin ningún género de dudas, puede ser el elemento disciplinar y disciplinador de los hábitos y actitudes de los niños, niñas y jóvenes. Es el primer entrenamiento, la primera piedra de toque que después podrá permitir rendir en la sociedad de trabajo, venciendo o superando entre otros los escollos siguientes:

- El maniqueísmo existente entre buenos / malos.
- El binomio ganadores / perdedores.
- El triunfo a cualquier precio.

Una práctica escolar deportiva puede ayudar al educando a superar estas falsas categorizaciones sabiendo que no es lo importante ganar a cualquier precio.

Junto a estos primeros propósitos, la sucesiva y constante práctica deportiva, cualquiera que sea la finalidad, habrá de contemplar otros principios tales como: el respeto a la norma y a las leyes, defender la justicia en las decisiones y aspirar a la victoria en limpia competencia de esfuerzos e ilusiones.

Con estas ideas como compañeras de camino, se pueden hacer los recorridos atléticos y deportivos e, indudablemente, serán aprendizajes transferibles para paliar lo que la sociedad de consumo y de economía de mercado nos impone sin piedad.

En definitiva, propugnamos: Disciplinar mente y cuerpo como integrantes indisolubles del ser humano. Abogamos por extender la actividad deportiva en todas su tendencias y manifestaciones. Defendemos la necesidad de sustanciar los principios del "fair play" ya que sin éste el Deporte, no es Deporte.

Y aunque algunos se empeñen en afirmar que jugar para ganar es la esencia de la competición deportiva, otros apelamos a la responsabilidad de los participantes para que, con férrea disciplina de su voluntad, rechacen la victoria sucia e impongan su honestidad, su lealtad, su respeto al compañero y al adversario victorioso o vencido, desempeñando el juego sin trampa y sin violar los reglamentos y, si el azar lo depara, practicando el "fair play".

En educación, la sociedad en general y de manera especial lo que llamamos sociedad urbana presta y quiere seguir prestando atención:

- al cuidado del cuerpo y a su salud
- a la mejora de la imagen corporal
- a la forma física
- al ocio constructivo

La administración educativa del Estado Español, consciente de las demandas sociales y sabedora de las necesidades sentidas por el tejido social, en las postrimerías del siglo XX, con visión de futuro, creemos que ha sabido recoger en los Diseños Curriculares Base un área de conocimiento que no podía estar por más tiempo postergada en el sistema educativo.

Quizás un momento propicio ha sido el planteamiento de la reforma, pero sin ella, también era urgente la necesidad de reconsiderar el papel de la E.F. en los curricula escolares y educativos. Aumentar las posibilidades de movimiento de los alumnos y alumnas, profundizar en el conocimiento de la conducta motriz y asumir actitudes, valores y normas con respecto al cuerpo y al movimiento, es una trilogía de propósitos que llevan al Ministerio de Educación y Ciencia a un replanteamiento educativo que ya está teniendo sus primeras repercusiones.

En el Real Decreto 1006 / 1991 de 14 de Junio por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Primaria se señala para la Educación Física:

"La sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación básica aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que relacionados con el cuerpo y su actividad motriz contribuyen al de-

19.- Ley 13 / 1980. de 31 de marzo. *Ley General de Cultura Física y de Deporte*. Preámbulo (B.O.E. n. 80 del 12-IV.80).

sarrollo personal y a una mejor calidad de vida.

El área de Educación Física se orienta a desarrollar las capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos y alumnas, a profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significante del comportamiento humano y asumir actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz".

Creemos que los planteamientos del DCB pueden ayudar a desarrollar una nueva visión del deporte y de la Educación Física que servirá para que el alumnado adquiera valores esenciales en su propia vida como son los de solidaridad, trabajo en equipo, sentido de la responsabilidad, etc.

Los procesos de evaluación pueden permitir captar si el alumnado es capaz de "utilizar los recursos expresivos del cuerpo para comunicar ideas y sentimientos y representar personajes o historias reales o imaginarias"[20]

En cuanto a la Educación Secundaria Obligatoria se afirma "la continuidad entre las etapas (primaria y secundaria), se asegura sobre la base de unos contenidos similares en ambas, si bien en un grado de mayor complejidad y especificidad que indica una línea de progreso.

Lo mismo se reconoce en el Primer Nivell de Concreció de Educació Primaria de, donde la Generalitat de Catalunya se afirma:

"En la nostra societat, actualment es manifesta un ampli consens sobre la consideració de l'Educació Física com a factor important en el desenvolupament integral de la persona. (En nuestra sociedad, actualmente, se manifiesta un amplio consenso sobre la consideración de la Educación Física como un factor importante en el desarrollo integral de la persona).

L'Educació Física ha de contribuir a la millora de la qualitat de vida, possibilitant la práctica de les activitats corporals per a tothom, sense distinció ni deferenciació de cap mena. (La Educación Física ha de contribuir a la mejora de la calidad de vida, posibilitando la práctica de las actividades corporales para todos, sin distinción ni diferenciación de ninguna clase).

A l'Educació Primària, l'Educació Física ha d'encaminar-se a la consecució de finalitats utilitàries, higièniques i *etiques*, que es concreten en el coneixement corporal, el domini de l'acció motriu en l'espai i la implicació de cadascú en les relacions afectives que s'extableixen de l'activitat física". (En la Educación Primaria la Educación Física debe encaminarse a la consecución de finalidades utilitarias higiénicas y *éticas* concretándolas en el conocimiento corporal, en el dominio de la acción motriz en el espacio, asi como en la implicación de cada uno en las relaciones afectivas que se establezcan).

Dentro de los objetivos generales de la Educación Física se señala en el numeral 9:

"Accedir al comportament social que faciliti el creixement individual mitjançant la participació solidària, la responsabilitat i el respecte a les altres persones i especialment la utilització de les relacions de cooperació indispensables en una activitat física col. lectiva". (Acceder al comportamiento social que facilite el crecimiento individual mediante la participación solidaria, la responsabilidad y el respeto a las otras personas y especialmente la utilización de las relaciones de cooperación indispensables en una actividad física colectiva).

20.- Real Decreto 1006/1991, 14 de junio. B.O.E. suplemento número 152.

Educar a través del cuerpo y del movimiento trascenderá la vida de la escuela y no quedará en el cultivo de aspectos pura y estrictamente motores o preceptivos, sino que desde ahora buscará aspectos que implican la expresión, la comunicación, lo afectivo y cognitivo.

Así, considerando plenamente las posibilidades de una acertada intervención educativa. CUERPO Y MOVIMIENTO se erigen en ejes básicos de dos áreas de conocimientos con grandes posibilidades de contribuir a la formación integral de la persona humana.

Ahora, el Sistema Educativo, enfoca sus orientaciones hacia el logro de un conocimiento corporal vivenciado, hacia la aceptación del propio cuerpo, a la mejora del mismo y a la utilización eficaz de ese cuerpo. Por eso, el movimiento con sus ocho o nueve funciones distintas, según la intención educativa que se haga prevalecer, es recogido por la E.F., con un carácter multifuncional para desarrollar en la Educación obligatoria las aptitudes y capacidades psicomotrices, fisiomotrices y sociomotrices en conjunto y no como aspectos parciales de las mismas.

Entendemos que el reto que presenta el Ministerio es más profundo de lo que a simple vista parece. La misión de los profesionales de la E.F. es motivante en la medida en que los mismos tengan o tengamos voluntad innovadora, en la medida en que no nos refugiemos en la comodidad y en la rutina y, con ánimo decidido, nos situemos en los propósitos que motivan la Reforma. Si un día no supimos estar en la vanguardia de los movimientos de Renovación Pedagógica, hoy sería imperdonable perder de nuevo el tren aunque este vaya a mayor velocidad.

Ya sabemos que la E.F. y a sus profesionales no se les ha regalado nada. Gracias al tesón personal de algunos compañeros, paso a paso la E.F. ha ido conquistando un espacio propio para el área en el sistema educativo. Sucesivas leyes, algunas distantes en el tiempo, han propiciado abrir los horizontes y presentar ante nosotros un panorama lleno de posibilidades. Revitalizar los Institutos Nacionales de E.F., titular licenciados, convocar concurso-oposiciones en la enseñanza universitaria, facilitar el acceso a la función pública docente en las enseñanzas medias, especializar mediante postgrados profesores de E.G.B. y convocar dos oposiciones para maestros especialistas en E.F., son los grandes hitos en el devenir histórico de la materia en España desde 1960 a 1991.

En este fin de siglo, en los países de Occidente son ya una realidad las aspiraciones de la Revolución Francesa: el reconocimiento institucional del derecho a la educación para todos, la utilización de la formación para reducir desigualdades y la revalorización de la cultura como bien de consumo. En coherencia con estas ideas y con otras derivadas de la investigación psicopedagógica, tanto el <MEC como las CC.AA.> se han planteado un esfuerzo ejemplar para escolarizar a todos los niños y jóvenes entre 6 y 16 años del Estado. Por otro lado tras recoger la experiencia positiva que supuso trabajar en preescolar y Ciclo inicial con los programas renovados de 1981, la Reforma da a luz una nueva etapa dentro del Sistema Educativo Español.

Hay concepciones de la Educación Física por parte de numerosos antropólogos e historiadores que han formulado diferentes teorías intentando explicar el nacimiento y la dimensión de las actividades deportivas en el ser humano.

En el ser humano, como ser vivo, la actividad motora es muy importante pero ésto no quiere decir que el ejercicio físico quede reducido a un fenómeno biológico ya que es evidente que esa actividad comporta una inequívoca dimensión cultural.

Va a ser durante el Paelolítico cuando el ser humano desarrolla lo que podíamos decir actividad deportiva que, en su caso, también era subsistencia. El reciente descubrimiento del hombre del Tirol, en 1992, aboga esta tesis.

En el primer tercio de siglo, Huizinga y otros historiadores, desarrollaron las teorías del hombre lúdico, al igual que las teorías psicológicas de Hull en cuanto que el ser humano a través de su infancia pasa por los diferentes estadios de la humanidad, el niño guerrero, cazador, explorador...

No podemos olvidar que el juego es un estadio del desarrollo biológico que sirve para ejercitar la función del ser humano, incluso los animales en sus fases de desarrollo también juegan, no hay más que observar a los cachorros. Ya hemos desarrollado ampliamente como el deporte profesional ha sesgado esta dimensión.

No obstante debe aceptarse que el juego tiene una dimensión importante para el desarrollo humano. El juego puede ser definido como una actividad libre al margen de la actividad

cotidiana, que no tiene ninguna intención material ni utilitaria. Es decir son actividades libres, inciertas, no económicas, reglamentadas y ficticias.

Es también notable destacar que cada juego tiene una actitud diferente y desarrolla diversas situaciones, que no todos los deportes son los mismos y por ello unos gustan más que otros. Ajedrez no es lo mismo que rugby, o fútbol que natación o pesas que balonmano.

El deporte podríamos decir que es la perversión del juego con la introducción del rendimiento corporal sistemático. Favorece la disgregación social con las dimensiones que proyecta fuera de lo deportivo, no hay más que ver los afiliados a los clubs como se llevan entre ellos derivado por el amor que se tiene al Barça o al Real Madrid, etc.

Los griegos creadores de nuestra cultura deportiva

Es curioso, ellos no usaron nunca la palabra deporte. Usaban la palabra gimnástica=gimnasia para desarrollar el cuerpo humano y las cualidades morales que con esa práctica se derivaban. La fórmula era gimnasia para el cuerpo, música para el alma. Poesía la conjunción de ambas.

Creemos que la LOGSE permite con la libertad que concede al profesorado en la redacción del tercer nivel de concreción una nueva dimensión del hecho de la Educación Física y del Deporte y, estas dos realidades pueden, aprovechando la nueva coyuntura de la Reforma Educativa, desarrollar a través de ellos una nueva axiología en lo deportivo y en la educación física que transcenderá a la vida diaria del ser humano y, por ende, a la sociedad.

Como conclusión en la reflexión que precede, conviene hacer constar la riqueza en matices que tienen hoy las clases de Educación Física. Frente a cierta monotonía en su desarrollo, producto de una cierta sistematización siguiendo los canónes al uso, se han ido imponiendo unas sesiones más libres, más dinámicas, más vivenciadas y comprometidas. La enorme gama de recursos que hoy llena el desarrollo de las unidades didácticas de la Educación Físico-deportiva Escolar, tiene entre otros, dos puntos fundamentales de apoyo: El Juego y el Deporte. Son infinidad los profesionales que aprovechando como punto de partida el juego espontáneo de los niños y niñas, llevan a sus tutelados hasta el dominio de las gestoformas deportivas de cierta exigencia técnica.

Digamos que, frente a las sesiones meramente repetitivas de ejercicios mecanicistas, hoy se ha impuesto, en buena medida, la sesión cognitiva que en su día propugnara el profesor Seirul.lo. Un buen porcentaje de alumnos saben muy bien que han realizado en la sesión anterior y esperan con interés los planteamientos de la siguiente.

Aun con anterioridad a los planteamientos de la actual Reforma Educativa, las cosas empezaron a cambiar de signo y de rumbo. Nuevas ideas, nuevos conceptos, producto de una evolución y una exigencia social, han tomado carta de naturaleza en el seno de la familia española. La adhesión de muchos padres a los programas escolares conduce la ilusión del niño y de la niña. La sugestividad del juego

atrae la participación del niño y la niña en los niveles medio-superiores y la fuerza del deporte es la antorcha que ilumina una esforzada participación y entrega juvenil sin precedentes.

Los valores que aportan cada uno de los componentes individuales, de lo que resultan ser las sesiones de educación Físico-Deportiva, en los distintos ámbitos, están como servidos a la carta. La constancia y sacrificio, se van extendiendo entre los escolares cuando una mano maestra los sabe dosificar y suministrar. La cooperación y trabajo en equipo que se exige en los planteamientos didácticos, son una gimnástica funcional transferible a la vida cotidiana. La tolerancia y aceptación del "otro" tal como es, conduce al hábito convivencial transportable a la calle, al puesto de trabajo y al lugar de responsabilidad asumido para el desempeño de cargos públicos y/o políticos. Los códigos, reglas o reglamentos, son normas conducentes a fortalecer actitudes necesarias para la vida cotidiana.

Si la implantación de la democracia supone la reconquista de valores, propugnados por la Ilustración bajo la idea de que el ser humano es "capaz de comprender y transformar la realidad" y de "usar el conocimiento como palanca de progreso"[22] habrá de buscar, también, en la Educación Física su parte de contribución en el proceso general educativo, como un medio más en el que afianzarse para que todos los hombres y mujeres consigan la más altas cotas de libertad y bienestar.

♦♦

La constancia y sacrificio, se van extendiendo entre los escolares cuando una mano maestra los sabe dosificar y suministrar. La cooperación y trabajo en equipo que se exige en los planteamientos didácticos, son una gimnástica funcional transferible a la vida cotidiana. Los códigos, reglas o reglamentos, son normas conducentes a fortalecer actitudes necesarias para la vida cotidiana.

♦♦

De todos es conocida la contribución de la educación en la formación integral de los niños, niñas y jóvenes. Esta formación se proyecta, tanto, en la vertiente individual como en las manifestaciones colectivas. Viene por la vía, ya apuntada, de una gimnástica funcional de virtudes y valores transferibles a las manifestaciones y problemas del discurrir cotidiano. Los valores tales como la solidaridad, libertad, tolerancia, igualdad y participación se fomentan como objetivos alcanzables en los diseños educativos.

Un campo propicio y abonado para el ejercicio temprano de cuantas normas éticas venimos comentando es el de la Educación Físico-Deportiva. Su inclusión, entre los grandes objetivos del Sistema Educativo Español, ha sido consensuada primero y refrendada después como "propuestas de extensión y mejora de la calidad (...)" asociada a los diversos proyectos para modernizar España.

La educación con todo lo que ello implica (tolerancia, democracia, progreso, calidad...), se ha orientado a la consecución de metas equiparables a los países de nuestro contexto actual y, se le ha dado la relevancia que tiene en la vida de las personas y de los colectivos. La Constitución de diciembre de 1978 otorga para todos los españoles el derecho a la educación y es esta Norma máxima la que contempla en su Artículo 43.3 que "Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo, facilitarán la adecuada utilización del ocio"[23]. Por todo ello creemos que la Educación Físico-Deportiva ya tiene plena carta de ciudadanía y, por lo tanto, debe desarrollar todas sus virtudes para aportar su granito de arena en la construcción de una sociedad más libre y más solidaria.

21.- B.O.E. 25-III-92. n. 73.

22.- Guerra, Alfonso y otros (1992) *La Década del cambio*. Cap. XI. Pág. 352. Ed. Sistema. Madrid.

23.- *Constitución Española de 1978*. Título I De los derechos y deberes fundamentales. Art. 43.3.

DEPORTE Y EDUCACIÓN

Mª José Mateos Carreras
Universidad de Extremadura

El binomio E.Física-DXT ha hecho reflexionar a los profesionales de la E.F., para replantear,adaptar y readaptar la bonanza de la utilización del deporte en los programas educativos.

La cada vez más temprana especialización deportiva de los estudiantes en sus primeras etapas educativas, ha levantado toneladas de preguntas, investigaciones y pataletas a favor y en contra de su conveniencia.

¿Resulta educativo el DXT?

El hecho de no encontrarse inmerso en las entrañas de la E.F. da qué pensar y anima a utilizar los signos de interrogación.

"Su introdución en la escuela actual se debe sobre todo al atractivo de las grandes competiciones y a la presión de los medios de comunicación, por una parte, y por otra al desprestígio alcanzado por la E.F. tradicional, que lleva a los propios profesores de E.F. a buscar otras alternatívas."[1]

¿DxT Vs. E.F.?

Es la sociedad, en definitiva, quien impone los conocimientos, las actitudes y los valores que se van a exigir a los alumnos en formación.

El DxT, en contraposición a la E.F., plantea unas estratégias de aprendizaje basadas en la adquisición de unas destrezas concretas que persiguen el dominio de la técnica y la eficacia en la ejecución con un objetivo contundente: GANAR.

El DxT aparece en los programas de E.F. en los ultimos periodos escolares utilizado como un medio educativo, pero resulta escurridizo, sibilino, y poco claro.

¿Cómo plantear el DxT en la escuela, dentro de las clases de E.F. para que no produzca agravios comparatívos, en detrimento de los alumnos peor dotados fisicamente?

"En efecto no se trata de eliminar el deporte en la educación sino de que no contradiga, por sus métodos, los fines de la misma."[2]

Pero, y seguimos interrogándonos,**¿cómo conseguir eliminar del DxT lo que nos parece poco educativo?**

Tenemos (los niños también) demasiada información de todos aquellos aspectos negativos del DxT: agresividad casi sin limitaciones (que afecta tambien a los jueces que deben dirigir la actividad), simulación de accidentes (con el único propósito de conseguir sanciones para el contrario), excesivo afán de protagonísmo (con unos fines que no vamos a señalar aquí), menosprecio del contrario con menos posibilidades, etc.

Pero no vamos a ser derrotistas,**¿es que el DxT no tiene nada positivo?**

Rotundamente si, y teniendo en cuenta que cuando se utiliza el "rotundamente" casi siempre hay un "pero", este viene a ser, la dificultad con la que se encuentra el profesor de E.F. para que sus estrategias de enseñanza prevalezcan sobre las estrategias de entrenadores, monitores y organismos que dirigen los destinos de las competiciones deportívas.

Lo que empieza siendo un juego en las primeras etapas, entra demasiado

1.- B. Vázquez. (1989) "*La E.F. en la E. Básica*" pág. 79. Gymnos. Madrid.
2.- O. c. pág. 81.

pronto en una lucha, en una guerra sin cuartel y no siempre todo lo limpia que a más de uno nos gustaría. En nuestra opinión, la piedra filosofal sería encontrar un DxT para un niño y no un niño para un DxT.

"El deporte cumple con una clara intención educativa cuando es utilizado como complemento formativo en el proceso de enseñanza-aprendizaje al permitir que el alumnado desarrolle determinadas habilidades (conceptuales, procedimentales y actitudinales) imprescindibles en estas edades."[3]

Efectivamente, el DxT debe cumplir, en cualquier caso, los objetivos educativos para los que nació, esto debe ser un empeño de todos los profesionales relacionados con él.

♦♦

El DxT en contraposición a la E.F., plantea unas estratégias de aprendizaje basadas en la adquisición de unas destrezas concretas que persiguen el dominio de la técnica y la eficacia en la ejecución con un objetivo contundente: GANAR.

♦♦

Para ello, lo primero que debemos tener claro es la separación sin ambigüedades entre el DxT escolar y lo que socialmente conocemos como DxT. "Visto así, el profesor debe analizar el deporte como una herramienta que le va a permitir colaborar en el desarrollo de sus alumnos."[4]

Los niños y niñas que participan en las competiciones deportivas escolares no son, o no deben ser, como los deportistas de élite que aparecen en los medios de comunicación. Su preparación, sus entrenamientos, no deben tener relación alguna con los entrenamientos de los deportístas y equipos que vemos en TV. Los entrenadores de estos niños y niñas, no deben ser el "mister" iracundo, chillón, siempre malhumorado y poseedor del mejor repertorio de palabras malsonantes, listas para volar por el terreno de juego a la menor contrarieded, y, a esto, nos tienen muy acostumbrados los medios de comunicación.

La información deportiva más extensa la podemos encontrar en la prensa diaria, y no nos referimos a la prensa especializada en deportes, sino a todos los periódicos de emisión diária en los se reservan un buen número de páginas a los eventos deportivos; estas fuentes de información al gran público, suelen aparecer con grandes titulares notificando aquellos eventos que llaman la atención de los aficionados y con cierta carga de morbosidad. Ciertas reseñas, se hacen eco de posiciones de rivalidad desorbitada.

El diário Hoy de Badajoz en su número del día 15 de Diciembre de 1997, informa en grandes titulares en su página 4, "La policía tiene catalogados en la región a tres grupos de 'fans' deportivos."

Relacionar el cuerpo de policía con el deporte ya es algo que debe hacernos reflexionar.

Estos "fans" no tienen relación alguna con el movimiento deportivo, ya que entran en los escenarios deportivos

3.- J. Castejon/V. López (1997) *"Iniciación deportiva" Manual del Maestro especialista en E. Física*. Pila Teleña. Madrid.
4.- O.c. pág. 146.

dispuestos a "animar" a su equipo y a "desanimar "al contrario con todas las "armas" a su alcance.

¿A eso mueve el DxT?

Hace unos días (del 10 al 13 de Diciembre) se celebró en la Facultad de C.C. Económicas y Empresariales de la UEX., el Congreso Internacional de Economía y Derecho del Deporte, en él se habló de conceptos que poco o nada tienen que ver con lo que nosotros pensamos sobre el DxT: "Los aspectos laborales, el dopaje, la violencia, las clausulas de rescisión, los fichajes y la frontera entre las competencias privadas y públicas en el deporte..."[5]

¿De qué estamos hablando? ¿De deporte?

Opinamos que no, que eso no puede ser DxT, que no cumple las reglas que se establecieron para que el deporte facilite al hombre su pleno desarrollo, pero no solo a los hombres que lo practican sino a todos aquellos que lo siguen, lo ven, lo comentan, viven de él y han hecho del espíritu deportivo una filosofía de vida.

Los auténticos deportistas son todos aquellos que no salen en los medios de comunicación, que se divierten con la práctica de su actividad preferida,y que superan las infinitas dificultades que les salen al paso.

Coubertin en una carta dirigida a Franz Reichel le dice:" El resplandor de los Juegos Olímpicos no me ciega. Además van dirigidos a una élite...Pero frente a la élite está precisamente la multitud; todos aquellos que practican el deporte sin pretender sobresalir. Entre estos hemos ganado muy poco en valor técnico y muy poco en potencia numérica."[6] Esos deportistas "de base", la multitud de personas que practican de verdad DxT, no suelen encontrar ayuda, estímulo, apoyo, ni siquiera de los que tienen en sus manos el poder de ayudar, aunque se nutren de los innumerables beneficios que les reporta la práctica de su actividad favorita. Parece que solo aquello que puede servir para "destacar" en los ámbitos sociales o políticos, merece ser apoyado.

♦♦

Los auténticos deportistas son todos aquellos que no salen en los medios de comunicación, que se divierten con la práctica de su actividad preferida y que superan las infinitas dificultades que les salen al paso.

♦♦

Sin embargo, la prensa tambien se hace eco, aunque en menor medida, de aquellos eventos deportivos "menores": leemos en las páginas de Hoy (14/12/97): "Gitanos y Guardias Civiles jugaron un partido por la paz y la libertad."

Más adelante el periodista (J. Leal) escribe: "En el "enfrentamiento", sostenido en la Granadilla, no hubo ni vencedores ni vencidos.

Finalmente, y dado que era imposible obtener una victoria, ambas partes llegarían a un pacto de caballeros para una retirada pacífica y sin condiciones."

En los últimos dias del año 97 hemos asistido a un sin fín de eventos deportivos con motivo, más que admirable, de ayudar a las familias que se han visto afectadas por la riada en nuestra ciudad, aquí el Deporte ha cumplido uno de los requisitos para los que fué destinado en sus principios: la solidaridad entre los hombres.

Eso es lo que el DEPORTE debe reportar a toda la sociedad, a los deportistas y a los seguidores.

El deporte escolar tiene que ser DEPORTE EDUCADOR en valores tales como la COOPERACION, la SUPERACION DE OBSTACULOS (tanto físicos como psiquicos y sociales), el COMPAÑERISMO, la SOLIDARIDAD, el sentido de la COMPETENCIA LIMPIA, el fortalecimiento de la VOLUNTAD, la ACEPTACION DE NORMAS, medidas, y tambien sanciones.

El DxT, en su versión primera debe ser fuente de ALEGRIA y DIVERTIMENTO, y sobre todo debe enseñar a "PERDER CON DIGNIDAD Y GANAR CON ELEGANCIA." Solo planteandolo así conseguiremos el DxT que a todos nos gustaría tener.

5.- "*El periódico*". Jueves 11/12/97.

6.- P. Coubertin. (1927). *La verdad deportiva. Ideario Olímpico*. INEF. Madrid.

EL DEPORTE COMO EXPRESIÓN DE VALORES

Antonio F. Fernández Preciado
Director General de Juventud de la Junta de Extremadura

Las pocas veces que alguién ha analizado la dimensión social de la práctica deportiva se ha centrado en el deporte desde una visión elitista: el deporte espectáculo de los contratos millonarios y los movimientos de masas desde la dimensión economicista o antropológica que lo sitúa en medio de una expresión de violencia, espectáculo o mensajes publicitarios.

Es cierto que el deporte de élite se ha convertido en el fruto deseado de las televisiones, con una saturación inexplicable de informaciones y retransmisiones que involucran a la población en cierta desinformación y en soporte de mensajes totalitarios a través de la parafernalia de los grupos ultra o del comportamiento físico-verbal de determinados directivos o jugadores.

Pero el deporte, como la alimentación, puede ser básico para el crecimiento de un joven, o dañino si la dosis o su utilización no se realiza correctamente. El deporte, desde la base, es de la misma forma, el mejor medio para trasladar al niño determinados valores solidarios: trabajar en equipo, la amistad, la cultura de la salud, la tolerancia con el rival deportivo... cubriendo así un espacio pedagógico difícil de aportar por la enseñanza teórica de otras disciplinas.

El que os escribe no puede presumir de una cultivada cultura del deporte. Quizás porque el espacio educativo en el que me formé, me produjo carencias personales que tuve que suplir mediante otras experiencias. Reconozco que el papel del educador en la introducción del deporte como expresión de esos valores solidarios es el primer eje para dimensionar su importancia. El segundo, sin duda, pasa por la sensibilidad que las distintas administraciones deben mostrar con esta enseñanza igualándola, o incluso discriminándola positivamente, con respecto a asignaturas consolidadas en los programas de estudio.

La Junta de Extremadura, a través de la Consejería de Educación y Juventud, ha mostrado esa sensibilidad introduciendo como uno de los ejes del Plan Integral de Juventud la práctica deportiva en la doble dimensión de la introducción de valores tolerantes y solidarios, y en la educación para la salud.

Este segundo aspecto, la práctica deportiva como alternativa a comportamientos perniciosos como el alcoholismo y las drogodependencias, es una consecuencia que tiene su espejo precisamente en los deportistas de élite, muchas veces espejo de la mímesis infantil. Y es harto conocido que un elenco de estos deportistas no han sido, y no son, ejemplo de comportamientos que se puedan trasladar a la infancia y la juventud. Nuestra comunidad autónoma está repleta de anónimos enamorados del deporte y de dedicación a la base a quienes los medios de comunicación no prestan la justa atención. Sin embargo, de los problemas personales de futbolistas, baloncestistas y atletas, de sus problemas personales, de sus comportamientos violentos... parece no haber límite en la cobertura informativa.

Por ello, el deporte debe ser orientado como un elemento socializador más del niño y el joven. Y todos, educadores, padres, deportistas, instituciones, estamos implicados en su consideración y su correcto uso y gradación de las prioridades.

LA RESPONSABILIDAD EDUCATIVA DEL TÉCNICO DEPORTIVO

Luis Marqués Molías
Profesor E.U., Universidad Rovina i Virgili. Tarragona.

En muchas ocasiones, más de las deseadas, se descarga únicamente en la escuela la responsabilidad de la educación de los niños y las niñas.

La realidad cotidiana nos viene a confirmar otra situación: la educación de un niño/a depende de la familia, de su entorno social, cultural y físico, de la interacción con los medios de comunicación, etc.

Por tanto, se puede afirmar que es una responsabilidad compartida por todas aquellas personas que rodean al niño/a, tanto en la escuela como fuera de ella, y que ejercen una influencia más o menos profunda en su formación.

Tal vez una de las personas que con mayor intensidad puede influir en el desarrollo de un niño/a es su "entrenador" deportivo. ¿Quién no recuerda los consejos de éste, sus ánimos, sus reprimendas?

Vamos a ver, de forma somera, la responsabilidad y el reto que supone ser "técnico" o "entrenador" deportivo de niños y niñas en sus etapas iniciales de formación.

1. La actividad física extraescolar

Se considera actividad física extraescolar a todo tipo de actividad física que se realiza fuera del contexto escolar de las clases de Educación Física. Nos referimos a aquella actividad denominada también de iniciación deportiva, en la cual se realiza el aprendizaje de una o varias modalidades deportivas, y que en muchas ocasiones lleva aparejada una competición. Además, se suele desarrollar en el seno de un club o asociación y por tanto con un marcado carácter grupal o de interacción con otros niños/as y jóvenes.

Una de las características que definen esta actividad extraescolar es su voluntareidad, lo que lleva consigo un elevado grado de motivación personal hacia la práctica.

Esta motivación va a suponer una actitud inicial positiva del niño/a hacia la participación, aspecto que el "técnico" debe ser capaz de aprovechar en beneficio del propio sujeto.

Podríamos aquí enumerar cuáles serían las motivaciones personales más importantes que llevan a un niño/a a realizar una actividad física extraescolar. Algunas de ellas serían:

- La motivación de los padres y su papel reforzador hacia la práctica deportiva.
- El papel de sus compañeros a la hora de animarle para que se apunte a una determinada actividad.
- El entorno escolar: destacando el papel motivador del profesor de Educación Física.
- Las características de la propia actividad, que sea atrayente y motivante para el niño/a.

Pero en relación con lo afirmado en la introducción, en éste apartado sólo se quiere destacar la importancia que tienen las actividades extraescolares para la educación y el aprendizaje del niño/a en su conjunto, es decir, en las tres dimensiones de su conducta: afectiva, cognitiva y psicomotriz. Si además esta experiencia es gratificante, atractiva y llena de significado para el niño/a, estamos ante un medio, la actividad física extraescolar, muy potente para facilitar su

adecuado crecimiento y desarrollo personal.

La persona que canaliza este proceso es, en este caso, el "técnico" deportivo. Por tanto deberá reunir unas determinadas características y desarrollar su labor respetando unos principios.

2. El técnico deportivo: Canalizador del proceso

La actividad deportiva está impregnada de un conjunto de valores que la persona experimenta en el momento de su práctica: la colaboración, el respeto, el sacrificio, el afán de superación, el triunfo y la derrota...

La esencia de la labor del "técnico" va a estar, además de diseñar y dirigir adecuadamente el proceso de aprendizaje motriz del niño/a, en *cómo lograr* que éste experimente, vivencie e interiorice los valores positivos, tanto individuales como colectivos que comporta la práctica de la actividad deportiva.

2.1. La formación del técnico

Este es un tema que la administración pública, responsable de dicha materia, está cuestionándose permanentemente. Es consciente de la necesidad de que la persona encargada del proceso de formación deportiva del niño/a fuera del marco escolar tenga una adecuada formación técnica y pedagógica.

En este sentido y con el objetivo de garantizar esta adecuada formación, el 23 de Enero de 1998, BOE número 20, el Ministerio de Educación y Cultura publicó un nuevo decreto de titulaciones deportivas, que va a sustituir de forma progresiva al publicado en el año 1994.

En dicho decreto se estructuran las directrices generales y las correspondientes enseñanzas mínimas para la obtención de titulaciones de técnicos deportivos.

En este perfil formativo, los contenidos de carácter didáctico y pedagógico deberían estar suficientemente representados con una cantidad de horas lectivas significativas en el momento en que se desarrollen dichos contenidos por parte de las federaciones deportivas.

2.2. La labor del técnico deportivo.

Tal vez pueda parecer un poco presuntuoso intentar definir el perfil, y en consecuencia la labor, del técnico deportivo en tan breve espacio. Se trata de aportar alguna idea que sirva para delimitar e incluso poder ayudar a mejorar la labor del técnico deportivo. Es en definitiva el objetivo de este artículo.

♦♦

Las actividades físicas extraescolares suponen un momento educativo de primer orden, en el cual la labor del técnico deportivo puede resultar en muchos casos determinante

♦♦

Es obvio afirmar que el técnico deportivo debe de conocer el deporte que imparte, que está trabajando con los niños/as y que por tanto les enseña. Cuanto mayor sea dicho conocimiento en cuanto a su lógica interna, su técnica, su táctica, sus requisitos desde el punto de vista físico..., más favorecido se verá el proceso de enseñanza-aprendizaje y en definitiva el protagonista de dicho proceso: la persona.

Pero además de esta formación, el técnico deportivo debe reunir una serie de condiciones:

- Ser coherente; entre sus ideas, palabras y acciones debe haber una coherencia.
- Ser honesto; con el grupo de niños/as, con los contrarios, con el club y su línea de trabajo...
- Tener dedicación; que realice una planificación del trabajo, estando atento a los posibles problemas, tanto del grupo como individuales...
- Ser buen comunicador, tanto de las ideas como de las normas, que deben de estar perfectamente claras.
- Ser exigente y alentador en el trabajo, dando refuerzos positivos frecuentemente.
- Tener una actitud de permanente aprendizaje, consciente de que tanto los niños/as como el mismo están inmersos en un proceso de aprendizaje mutuo y recíproco.
- Ser consciente de que como técnico deportivo se debe estar en relación con los padres, con lo que esto supone de retroalimentación para todos en cuanto al proceso de desarrollo y aprendizaje del niño/a.

♦♦

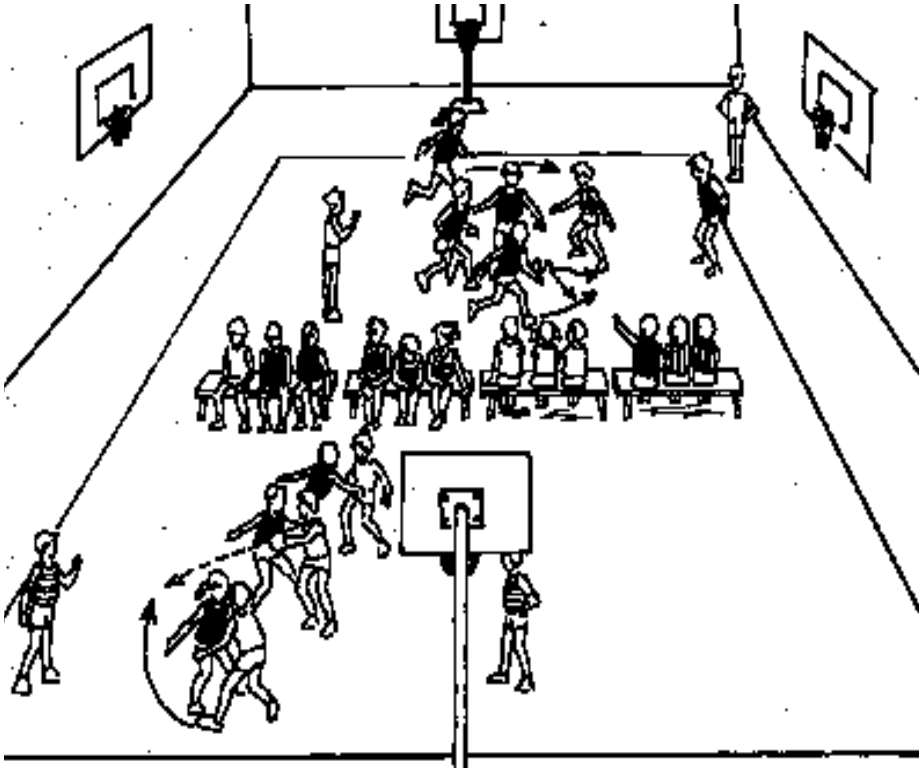
La actividad deportiva está impregnada de un conjunto de valores que la persona experimenta en el momento de su práctica: la colaboración, el respeto, el sacrificio, el afán de superación, el triunfo y la derrota...

♦♦

3. Conclusión

Las actividades físicas extraescolares suponen un momento educativo de primer orden, en el cual la labor del técnico deportivo puede resultar en muchos casos determinante.

Esta labor, que tiene un marcado carácter educativo y de transmisión de valores desarrollando además las condiciones sicomotrices del niño/a, exige del técnico deportivo unos buenos conocimientos del propio deporte. A ello habría que sumar un conjunto de "habilidades personales" con el fin de que dicha labor tenga éxito y de verdad sirva para formar personas.



EL DEPORTE ESCOLAR

Rafael J. Hernández Fernández
Maestro Especialista en E. Física

Hoy en día, vivimos en una sociedad donde el deporte se ha convertido en algo cotidiano y ocupa un lugar importante en la vida de los ciudadanos.

La escuela, como vehículo principal de la educación, no puede estar ajena a este fenómeno y no se concibe un centro escolar en el que el deporte no forme parte importante dentro de sus actividades.

El deporte tiene un valor social derivado de ser la forma más común de entender la actividad física en nuestro contexto social y cultural. La escuela tiene que aprovechar del deporte todo lo que pueda ser educativo e intentar dejar en segundo término aspectos que se le puedan desviar de los objetivos de la educación integral de la persona.

CRITERIOS PARA QUE EL DEPORTE SEA UN HECHO EDUCATIVO

1.- Que puedan participar todos los alumnos sin discriminación, por habilidad, sexo u otros criterios.

2.- Tener como finalidad las intenciones educativas presentes en los Objetivos Generales (capacidades cognitivas, de equilibrio personal, de relación interpersonal, de actuación e inserción social).

3.- Que los factores negativos de competitividad-agresividad sean relegados y prevalezcan los intereses educativos que se persiguen.

Desde la escuela, se debe aproximar a los alumnos a lo que son las diferentes prácticas deportivas, para que con un variado plantel de actividades puedan escoger las que más coinciden con sus intereses y capacidades e inculcarles la idea del deporte asociado a valores como el compañerismo, la amistad, el ocio, etc.

El profesor de Educación Física puede y debe ser quien fomente la participación de los alumnos/as, con independencia del nivel de destreza alcanzado, la aceptación de las normas y el hecho de ganar y perder como elementos propios del deporte, cooperando cuando sea necesario y entendiendo la oposición como una dificultad para superar y evitando comportamientos agresivos y actitudes de rivalidad.

El deporte, que se caracteriza por la relación del ejercicio físico, su componente lúdico, la presencia de una competición con uno mismo o con los demás y la existencia de unas reglas para su desarrollo, se convierte en un excelente medio educativo para el sujeto durante su periodo formativo, ya que desarrolla la capacidad de movimiento, habitúa a la relación con los demás y a la aceptación de las reglas, a la vez que estimula la superación.

Hoy, los valores educativos del deporte son aceptados mayoritariamente, aunque sea criticado por muchos, no sin razón, por el uso excesivo que, en ocasiones, se hace de la competición. Ello lo convierte en selectivo, permitiendo su práctica a una minoría. Por el contrario, se debe emplear la competición como un medio fundamentalmente participativo, no convirtiéndolo en selectivo.

ETAPAS Y OBJETIVOS EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA

Diversos autores coinciden en señalar tres fases en el proceso de la iniciación deportiva, que son estas:

1º.- Inicio o básica
2º.- De desarrollo
3º.- De perfeccionamiento

1º.- La educación de inicio o básica trata de completar aquellos aspectos del dominio motor relacionados con la Psicomotricidad y la Educación Básica, dando una amplitud de tratamiento que favorezca la más amplia base motora, para asentar en ella cualquier exigencia posterior. En esta fase, el trabajo específico de técnicas deportivas será imprescindible y se fundamentará en el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

2º.- En la etapa de desarrollo se enseñan aquellos elementos fundamentales constitutivos del deporte en cuestión, de forma global. Se enseñan los movimientos, bajo un aprendizaje técnico y táctico, de forma concreta.

3º.- En la última etapa, la de perfeccionamiento, se trata de un aprendizaje ya específico de la técnica y táctica concreta.

Estas tres etapas se desarrollarán hasta los 15 y 16 años y nunca se debe incluir en ellas el entrenamiento de élite y la competición.

Inicio de las actividades deportivas en la clase de Educación Física

Es en el Tercer Ciclo de Primaria donde los juegos van tomando formas más regulares y especializadas, y, dentro de este ciclo, es donde tiene mayor peso el concepto cultural de "deporte" y los juegos pasan a ser deportes jugados.

Los objetivos a conseguir son:

- Desarrollar el espíritu de colaboración en equipo.
- Iniciación en el conocimiento y práctica de algún deporte.
- Habituarse a respetar normas, dando más importancia al placer de jugar que al concepto de ganar y perder.
- Facilitar la integración de todos respetando sus habilidades, sexo y caracteres personales.

Se deben tener en cuenta las siguientes directrices didácticas:

- Se deben diversificar los deportes.
- Se deben presentar las actividades deportivas de la manera más globalmente posible.
- El nivel de exigencia en la ejecución deberá centrarse en los aspectos más básicos de la técnica deportiva.
- Las reglas deben adecuarse a las posibilidades de ejecución del alumno.
- Las condiciones de práctica se deben adecuar para que se propicie la máxima participación activa de los alumnos. Si es preciso, se varían los terrenos de juego con la finalidad de que no haya alumnos parados mientras otros trabajan.

Deporte Escolar

En primer lugar, convendría aclarar los términos "deporte escolar" y "deporte en edad escolar".

Si nos quedamos con la idea de que "deporte escolar" es el que se realiza dentro de un recinto escolar y en horario de clase, el campo del concepto queda reducido en su conjunto; si, por el contrario trabajamos con la idea de "deporte en edad escolar", aquí podríamos incluir el deporte que practican los escolares dentro y fuera del recinto escolar, acompañados del profesor de E. Física u otros profesores del colegio. Por ello, al ampliar el concepto de deporte escolar, es cuando sería conveniente hablar de tres enfoques del deporte en estas edades:

a) Iniciación deportiva en la clase de E. Física.

b) Actividades deportivas internas.

c) Competiciones deportivas intercentros.

a) De la iniciación deportiva en el área de E. Física ya hemos dicho en el punto anterior que es en el Tercer Ciclo de Primaria cuando se empieza a hablar de iniciación a las actividades deportivas. En esta etapa es cuando los deportes son presentados al alumno de forma global, sin incidir en aspectos específicos ni de técnica ni de táctica.

♦♦

La competición deportiva en edad escolar debe tener, fundamentalmente, un carácter educativo y somos los profesores de Educación Física quienes tenemos que luchar por quitar los vicios que afectan al deporte-espectáculo.

♦♦

En la Educación Secundaria, a la actividad deportiva se le da un enfoque hacia el aprendizaje técnico y táctico de los movimientos y acciones concretas, así como un desarrollo de la fase de perfeccionamiento.

b) Actividades deportivas internas.

Son aquellas que se realizan entre los alumnos del centro, dentro y fuera del horario escolar, estableciendo categorías por edades o cursos, en las que lo importante es la masiva participación de los alumnos.

Hay que realizar campañas de motivación con carteles y crear un grupo de organización que, a su vez, motive a sus compañeros.

Es muy importante que las actividades sean las más solicitadas por los alumnos y que haya variedad en la oferta para no caer en la monotonía.

En este tipo de actividades deportivas es imprescindible que haya alumnos colaboradores, sobre todo en los centros donde aún se imparten clases de Primaria y Secundaria, al no existir el Departamento de Educación Física.

El profesor de E. Física debe ser el coordinador de estas actividades, siendo estas tenidas en cuenta en su horario de trabajo. Hay que contar con los monitores de las escuelas deportivas municipales, que realizan sus actividades en el centro, en horario extraescolar, a la hora de planificar.

Es imprescindible la adaptación de normas y espacios para facilitar la dinámica de la actividad, favoreciendo la máxima participación en tiempos reducidos.

El componente lúdico=recreativo es un factor decisivo a la hora de valorar el éxito final, en el desarrollo del conjunto de estas actividades.

c) Competiciones deportivas intercentros.

Son aquellas actividades deportivas en las que participan los alumnos de diferentes centros y que suelen ser organizadas y coordinadas por las autoridades deportivas.

Suelen ser menos participativas, ya que no se tienen muy en cuenta los aspectos de máxima participación, sino que entran en juego los aspectos más negativos de la competición, como son los resultados.

Considero que estas actividades promovidas por las instituciones deportivas están organizadas para una "élite" de cada centro.

Propugno un cambio en este sentido y es que las actividades deportivas intercentros sean desarrolladas celebrando competiciones entre todos los alumnos de varios centros, en concentraciones, donde cada alumno pueda participar en varios deportes sin importar los resultados y donde se priorice sobre la convivencia y se fomente la amistad y la posibilidad de conocer a compañeros de otros centros, en jornadas deportivas.

No soy partidario de la especialización en edades muy tempranas, sobre todo en los centros de Primaria.

Se ha de reconocer que, a nivel regional, se empiezan a dar pasos importantes en este sentido y ya, en categorías inferiores, se están realizando, de forma experimental, concentraciones en categoría alevín y los resultados son muy satisfactorios.

El deporte en Educación Primaria debe llevar implícito el principio de la coeducación.

NORMAS IMPORTANTES EN EL DEPORTE ESCOLAR

La competición deportiva en edad escolar debe tener, fundamentalmente, un carácter educativo y somos los profesores de Educación Física quienes tenemos que luchar por quitar los vicios que afectan al deporte-espectáculo. El niño/a debe aprender ineludiblemente a respetar al contrario y a conocerse y aceptarse mejor, tomando conciencia de sus limitaciones.

Hay que reforzar los comportamientos de convivencia y respeto mutuo y resaltar los valores de cooperación y trabajo en equipo.

También es importante en el deporte escolar la adaptación de los reglamentos a las edades de los alumnos.

LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE ESCOLAR: HACIA UN DEPORTE MÁS EDUCATIVO*

Víctor López Ros y Ricard Pradas Casas
Profesores de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Girona.

Es un hecho bien conocido que el deporte es un fenómeno de gran impacto y trascendencia social, así como uno de los elementos característicos de nuestra cultura de este final de siglo. De hecho, cabe pensar que el deporte, en tanto que fenómeno cultural, toma gran importancia en muchos ámbitos de nuestra vida más cotidiana (la presencia de periódicos especializados, noticieros específicos en radio y televisión, etc.) (García, 1990; Devis, 1995). Este papel relevante se manifiesta en la medida en que tiñe muchas de nuestras actividades y se filtra en nuestra vida diaria hasta el punto en que algunos de nuestros hábitos se ven modificados por la presencia de un acto deportivo "importante".

El deporte, pues, ha pasado a formar parte de nuestra vida (por acción u omisión) y se ha incorporado a muchos y diferentes ámbitos de nuestro día a día. Evidentemente la escuela no podía quedar al margen de un hecho tan importante, especialmente si tenemos presente que su principal razón de ser se centra en el proceso de socialización de las personas más jóvenes, es decir, en prepararlos para participar como elementos activos de nuestra cultura así como de la sociedad a la que pertenecen. Desde este punto de vista, el deporte que se desarrolla en los centros escolares debería ser un deporte "escolar", es decir, una práctica social usada como elemento de formación de los jóvenes que facilitará su integración en la "sociedad adulta". Visto así, los conceptos de "deporte escolar" y "deporte educativo" deberían hacer referencia a una misma realidad.

La reflexión que se presenta a continuación intenta plantear, más allá de una simple dicotomía semántica, algunos elementos de discusión alrededor de dos conceptos que en demasiadas ocasiones hacen referencia a realidades divergentes.

1.- Sobre los conceptos de "deporte escolar" y "deporte educativo"

Es bien conocido que la escuela tiene como función primordial la educación y, por consiguiente, parece razonable suponer que con el concepto de "deporte escolar" deberíamos identificar también, de forma más o menos sinónima, el concepto de "deporte educativo". Pues bien, esto no siempre es así; de hecho, no existe una gran unanimidad de pareceres a la hora de establecer las relaciones entre los conceptos de deporte escolar y de deporte educativo. Así por ejemplo, Blázquez (1995, p. 24) explica: "*el deporte escolar remite, en primer lugar y en sentido restringido al tipo de deporte y actividad física que se desarrolla en el marco local de la escuela. En segundo lugar y en sentido amplio, a todo tipo de actividad física que se desarrolla durante el período escolar al margen de las clases obligatorias de educación física y como complemento de éstas*". El mismo autor, siguiendo a Gómez y

(*) Este artículo es una modificación de una comunicación titulada "Esport escolar i esport educatiu: relació conceptual i consideracions metodològiques", presentada en el "Congrés de l'educació física i l'esport en edat escolar a la ciutat de Barcelona", Mayo, 1998.

García (1993) añade: "... *considerando, por tanto, deporte escolar como sinónimo de deporte en edad escolar*" (Blázquez, 1995, p. 24). A pesar de que no debería de existir ninguna contradicción entre las frases anteriormente citadas también es cierto que "*generalmente, la práctica más habitual que se oferta bajo este epígrafe es de tipo competitivo (juegos escolares), es decir, en busca del máximo rendimiento*" (Blázquez 1995, p. 24). Finalmente, de acuerdo con la aportación de Petrus (1998, p. 7): "*En términos generales, las definiciones de deporte escolar son imprecisas e incluso voluntariamente ambiguas. Así, por ejemplo, se dice que por deporte escolar entendemos toda actividad físico-deportiva realizada por escolares en período de tiempo no lectivo desde su incorporación al sistema educativo hasta la finalización del período de escolarización no universitaria*".

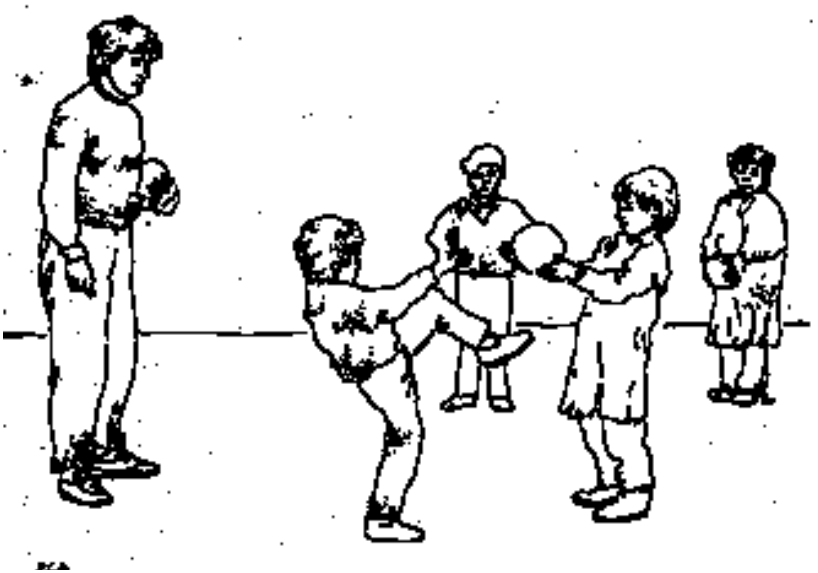
Si bien es cierto que existen múltiples recomendaciones para considerar al deporte escolar como una continuación de la educación física llevada a cabo en horario escolar y bajo la misma finalidad educativa (ver Saura, 1996), y que hay autores (Castejón, 1994; Siedentop, 1994) que tienden a identificar el deporte escolar y el deporte educativo como una misma realidad, no es menos cierto que la realidad diaria nos muestra un abanico de prácticas asociadas a unos planteamientos metodológicos que no siempre manifiestan esta relación tan directa entre ambos conceptos de deporte.

Parece oportuno, llegados a este punto, hacer referencia, también, al concepto de deporte educativo. Éste ha sido definido, igualmente, desde diferentes posicionamientos teóricos. Así, Seirul.lo (1992, p. 3) dice: "*para nosotros lo educativo es lo conformador de la personalidad del alumno*", y más adelante añade: "*lo realmente y único educativo son las condiciones en que puedan realizarse esas prácticas que permitan al deportista comprometer y movilizar sus capacidades de tal manera que esa experiencia organice y configure su propio yo, logre su autoestructuración*" (p. 5). Igualmente, para Le Boulch (citado por Seirul.lo, 1992, p. 3): "*un deporte es educativo cuando permite el desarrollo de sus* (referido al practicante) *aptitudes motrices y psicomotrices, en relación a los aspectos afectivos, cognitivos y sociales de su personalidad*". Otros autores lo enfocan más como "*un medio de la educación física escolar y por tanto obligatoria como una asignatura más*" (Saura, 1996, p. 15). También existe la idea (Blázquez, 1995; López y Castejón, 1998; Petrus, 1998) de que el deporte es educativo en la medida en que el objetivo final de la práctica es el alumno y no el deporte; y que dicho objetivo final es descrito bajo criterios educativos y no de rendimiento, es decir, en forma de desarrollo de las diferentes capacidades de los alumnos (Castejón y López, 1997).

2.- El concepto de "deporte educativo" en la práctica docente: algunas ideas alrededor del proceso de enseñanza-aprendizaje

Intentaremos abordar seguidamente, algunos de los problemas relacionados más directamente con la práctica educativa y, por tanto, más vinculados a la figura del profesor / entrenador. En este sentido cabe considerarse como premisa de partida importante el nivel de formación de los técnicos que llevan a cabo las prácticas deportivas en edad escolar (Saura, 1996; Petrus, 1998) de tal

forma que hace que muchos niños estén "*bajo la responsabilidad de entrenadores y preparadores no siempre con la adecuada formación. (...) La observación de los semanales partidos de competición escolar es suficiente argumento para afirmar que la responsabilidad del deporte escolar no siempre está en manos y bajo la tutela de personas debidamente sensibilizadas por su función educativa*" (Petrus, 1998, p. 8). Este hecho no se observa únicamente en las competiciones, pues en las sesiones de entrenamiento a menudo encontramos tareas poco encaminadas a los objetivos educativos (tareas excesivamente centradas en aspectos técnicos, muy repetitivas, que propician la automatización de los gestos motores y los estereotipos, con cargas físicas poco adecuadas, ...). De acuerdo con el planteamiento que mostramos es necesario, seguramente, replantearse el papel que les toca jugar a las instituciones educativas en la formación de los técnicos deportivos. Creemos que el deporte escolar tiene que estar en manos de un profesional formado, por una parte, en la educación de la motricidad y, por otra, en la educación a través de la motricidad, y no necesariamente encaminado hacia el rendimiento deportivo (aunque ésta pueda ser, "a posteriori", una posible salida en la formación motriz del deportista). En este sentido, este profesional puede encajar con la figura del maestro especialista en educación física, entre otras razones, porque: "*si los centros escolares son los responsables de la educación integral de los escolares, no tiene sentido que una actividad de tanta importancia e incidencia formativa como el deporte se excluya del proyecto educativo del centro*" (Petrus, 1998, p. 8).



No quisiéramos extendernos más ante un tema de esta complejidad y magnitud más allá de que nos permita situar la figura del entrenador en la práctica de enseñanza-aprendizaje del deporte. Sí tenemos interés, en cambio, en definir algunas propuestas metodológicas que nos parecen importantes. Mostramos, en primer lugar, algunas consideraciones generales:

1.- La práctica deportiva debería respetar los límites biológicos impuestos por la maduración y el desarrollo de los diferentes sistemas corporales del practicante. Es decir, no se puede planificar la actividad deportiva de los practicantes sin conocer y tomar en consideración las posibilidades de prestación motriz que éstos manifiestan (tanto a nivel condicional, como coordinativo, cognitivo, ...) en aras de un futuro rendimiento deportivo.

2.- La práctica deportiva educativa debería evitar la especialización precoz de los deportistas. Desde el punto de vista del desarrollo de las capacidades motrices, para poder conseguir el objetivo fundamental del desarrollo armónico, integral y multilateral del deportista es necesario huir de las prácticas con orientaciones demasiado especializadas. Proponemos, pues, que el trabajo se centre en las habilidades motrices básicas y "semi-específicas" y, muy especialmente, en las capacidades coordinativas como paso previo a la introducción de las habilidades motrices específicas y especializadas como contenido de enseñanza.

3.- El proceso de enseñanza-aprendizaje debería facilitar la construcción de conocimiento por parte del alumno, y en este sentido, las propuestas de enseñanza tendrían que procurar para que el aprendizaje de los practicantes pudiera ser significativo (Coll, 1988), es decir, el técnico debería planificar las tareas educativas de tal forma que permitiese al alumno establecer relaciones lógicas entre los nuevos contenidos de aprendizaje y su bagage previo.

♦♦

Si los centros escolares son los responsables de la educación integral de los escolares, no tiene sentido que una actividad de tanta importancia se excluya del proyecto educativo del centro

♦♦

Estos grandes criterios generales se pueden concretar en algunas premisas de tipo más práctico. Así, por ejemplo:

- El nivel de dificultad de las tareas de enseñanza debería ser aquel que permitiese a los alumnos encontrar soluciones (López y Castejón, 1998), es decir, las situaciones de aprendizaje así como las tareas educativas tienen que presentar diferentes posibilidades de solución (Seirul.lo, 1992) y, por consiguiente, tienen que tener un planteamiento de tipo cognitivo-motriz y no exclusivamente motriz. Es función del profesor/entrenador establecer los mecanismos para poder ayudar al alumno en esta resolución de las tareas de enseñanza deportiva.

- De acuerdo con el punto anterior, la ayuda externa que se proporciona al alumno debería planificarse teniendo en cuenta que ésta tiene que ir de más a menos (esta idea va en la línea mostrada por Coll, 1985 y por Coll y col., 1992a y 1992b mediante la conceptualización de los mecanismos de influencia educativa).

- El nivel total de dificultad de las tareas propuestas debería ser creciente (éstas tienen que estar organizadas de forma jerárquica según el nivel de dificultad real), y alrededor de la misma intención educativa (definida en términos de las diferentes capacidades de los alumnos) (López y Castejón, 1998).

- Finalmente, sería deseable que la competición se entendiera como un medio para desarrollar los objetivos educativos y no como un objetivo en sí misma.

En este sentido parece necesario:

* Que el reglamento y el material de juego estén adaptados a las posibilidades reales de los participantes.

* Que la actuación del árbitro sea, básicamente, educativa en el sentido que facilite a los jugadores la comprensión del reglamento, la comprensión de las propias acciones y las de los demás.

3.- Conclusiones

En demasiadas ocasiones las propuestas de deporte escolar no son claramente educativas. Por nuestra parte, creemos que no se debe desvincular el concepto de deporte escolar del concepto de deporte educativo. Defendemos el planteamiento basado en que el fin último de la educación es el educando y que, por lo tanto, el punto de referencia de la práctica educativa es el practicante y no el deporte. Desde este punto de pista no parece que sea suficiente con presentar una práctica deportiva escolar basada en "mini-deportes" adaptados físicamente a las necesidades de los alumnos (a pesar de que es absolutamente necesario) sino que es necesario avanzar un poco más para transformar el deporte en un contenido educativo (como cualquier otro) que permita el desarrollo de las diferentes capacidades de los alumnos y no que se centre en los resultados deportivos. Estamos de acuerdo con el planteamiento, "a priori", de alejarse de propuestas de aprendizaje técnico y especializado, así como de prácticas "aparentemente" polivalentes y multilaterales (pero que en más de una ocasión son sólo una suma de "mini-especializaciones"). Estamos de acuerdo, también, con los planteamientos que muestran la necesidad de reconsiderar el valor del elemento competición desde una reflexión profunda alejada de dogmatismos. Pensamos, en definitiva, que el deporte escolar tiene sentido sólo si es educativo (independientemente de que se desarrolle en el horario lectivo o no lectivo) y que, desde este punto de vista, ambos conceptos de deporte deberían hacer referencia a la misma realidad educativa.

♦♦

De acuerdo con la aportación de Petrus: "En términos generales, las definiciones de deporte escolar son imprecisas e incluso voluntariamente ambiguas".

♦♦

EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Arturo Arteche Rivas y Benito León del Barco
Profesores Es. Univ. Form. Prof. Cáceres
Departamento de Psicología y Sociología de la Educación

Desde hace ya muchos años nadie pone en duda la cantidad de efectos físicos positivos que tiene sobre el individuo la práctica continuada y racional de una actividad física: mayor resistencia, aumento de la elasticidad, mejor oxigenación e irrigación sanguínea, aumento de la fuerza, etc., etc.

También es cierto que la práctica de cualquier actividad física aporta unos considerables beneficios psicológicos a la persona. Estos efectos positivos, precisamente por ser psicológicos han sido menos estudiados, pero no por eso son de menor importancia para la salud y el bienestar del individuo.

Desde el comienzo de la humanidad nuestros antepasados han vivido con frecuencia situaciones generadoras de estrés, si bien es verdad que los estímulos que producían las respuestas de estrés eran más específicos que en nuestros días. La amenaza de un animal, la caza, la invasión de una tribu enemiga, las catástrofes naturales, generaban en el organismo de nuestros antepasados las mismas consecuencias que hoy nos puede producir el llegar tarde a una cita importante, una discusión en el trabajo o una avería en un semáforo. La consecuencia más notable, sin duda, es la activación del Sistema Nervioso Simpático, que es el encargado de activar al organismo con vistas a una acción inmediata e intensa (aumenta la respiración, el ritmo cardíaco, la presión arterial, la liberación de glucosa, adrenalina, etc. ...). En definitiva el organismo se carga de la energía necesaria para poder hacer frente a cualquier situación amenazante.

Nuestros antepasados mediante la lucha o la huida conseguían descargar y desconectar el organismo de todas las sustancias y estados que produce la activación del Sistema Nervioso Simpático. Pero el desarrollo de la cultura, con el complejo entramado de normas, valores sociales y morales no nos permite pegarnos, luchar, gritar o huir cada vez que nos encontramos sometidos a un estímulo estresante, manteniendo los efectos de la activación fisiológica en el organismo de manera continua y provocando a largo plazo un sinfín de enfermedades psicofisiológicas, lacra creciente de nuestros días, tales como: hipertensión, arritmias, asma, úlceras, lumbalgias, cefaleas y otras psicológicas como la ansiedad, la depresión, las fobias, etc...

La práctica diaria de la actividad física y deportiva con todas sus manifestaciones (carreras, saltos, gritos ...) ha venido a sustituir la respuesta de lucha y huida de nuestros antepasados logrando, por lo tanto, desconectar el organismo de los efectos de una excesiva y mantenida activación fisiológica, convirtiéndose por ello la práctica deportiva en una herramienta fundamental para prevenir y afrontar enfermedades psicofisiológicas y trastornos psicológicos, especialmente los derivados de la ansiedad, tanto en sujetos clínicos

como en no clínicos (Byrne y Byrne 1993). La práctica continuada del deporte contribuye al afrontamiento del estrés, promoviendo una mejor adaptación a las alteraciones psicofisiológicas y mejora los recursos personales y las habilidades para resolver las situaciones sociales donde hay conflictos de intereses.

Si la mayor parte de la población, sumergida en la vorágine de las tensiones laborales, encerrada en el cada vez mayor aislamiento personal y social que rodea a las formas modernas de vida, sin poder desahogarse con nadie ni disfrutar de la verdadera amistad, hicieran de forma regular alguna práctica deportiva racionalmente organizada, podríamos afirmar sin que nos tildasen de exagerados que bastantes de los problemas psicológicos llamados menores, como la neurosis, que con tanta frecuencia nos atormentan, disminuirían de forma extraordinaria, quedando las consultas de los especialistas sólo para las patología más severas.

Es frecuente encontrarse con el testimonio positivo y alentador de aquellas personas que han pasado por el padecimiento de los problemas de ansiedad, del estrés o de la cada vez más frecuente y trágica depresión y que gracias a la ayuda de los profesionales han conseguido salir de tal situación y que con el auxilio de un ejercicio planificado y continuado se conservan en un beneficioso estado de salud mental que les protege y aleja del “miedo a la recaída” en el infierno pasado.

También el deporte tiene un efecto positivo, siempre que seamos capaces de organizarlo adecuadamente, sobre la autoestima de la persona. La actividad deportiva, a diferencia de otras actividades, nos permite fácilmente elaborar metas intermedias que nos faciliten alcanzar una meta final, teniendo la suficiente paciencia para hacer una sabia dosificación de las tareas y del esfuerzo y un proporcionado aumento temporal del mismo. Así, hoy puedo nadar 100 metros y mañana 200 o correr 500 metros y mañana 600. La consecución de las metas produce en la persona una satisfacción, un estado emocional positivo ligado al logro y al triunfo, lo que permite creer más en uno mismo y en sus posibilidades y, por que no, extrapolar estas vivencias a otros campos vitales, lo cual nos puede abrir las puertas a la mejora personal en todos los niveles.

Pero no solamente podemos afirmar que la práctica deportiva habi-

♦♦

Es frecuente encontrarse con el testimonio positivo y alentador de personas que han pasado por problemas de ansiedad, estrés, etc. y que gracias a la ayuda de los profesionales y con el auxilio de un ejercicio planificado y continuado se conservan en un beneficioso estado de salud mental

♦♦

tual es positiva para el desarrollo equilibrado de la persona, sino que cada vez con mayor frecuencia se está utilizando la actividad física como un auxiliar importante en las terapias ante determinadas psicopatologías, como son las de aquellas personas que padecen algún déficit cognitivo o algún tipo de trastorno mental.

En el caso de las deficiencias cognitivas, los psicopedagogos programan actividades físico-deportivas para estas personas con un amplio abanico de objetivos, tanto personales como sociales: así, por medio de una correcta programación se consigue una mejora en el autocontrol, una toma de conciencia de la propia imagen corporal, afirmación de la lateralidad, con todos los efectos beneficiosos que esto lleva consigo, aumento de la capacidad de atención, mejora de la comunicación social , mejora de la adaptación, de la integración, etc. (Linares 1989)

Resalta la importancia que tienen las actividades en el medio acuático en el tratamiento de patologías tan diversas como Síndrome De Down o Autismo Infantil. En el primero de los casos los objetivos de una correcta programación de natación especial se centran en temas tan importantes para estos niños como son mejorar el dominio postural y la capacidad motriz, con lo que conseguiremos un mejor desarrollo perceptual y motor en posteriores etapas, desarrollar la funcionalidad del tórax y, por consiguiente, la función respiratoria, impedir la adquisición de deformaciones en caderas y rodillas con los trastornos secundarios que ello podría originar, etc. (Vázquez 1991)

En el tratamiento del Autismo Infantil se están investigando constantemente nuevas vías de acercamiento a su mundo, tan extraño para nosotros, que nos permitan entrar en él y ayudarle a ordenar algo que parece carente de orden, lo que le provoca una gran angustia. En este lento camino se van abriendo algunas ventanas por medio de diversas técnicas, tales como la musicoterapia, el tratamiento con determinados animales, el abrazo madre-hijo (Timbergen y Timbergen), o la utilización del medio acuático. Además de contribuir a la disminución de la hipertonía muscular, el medio acuático favorece la aparición del juego en grupo (una de las grandes dificultades educativas de estos niños). “La actividad en el agua hace que el niño esté alerta, sea consciente de su entorno y se fije en los objetos y en las personas que le rodean” (Linares 1989).

♦♦

Se está estudiando la patología propia del deportista, con la finalidad de proporcionar un servicio a un núcleo de población que cada vez está más necesitado de ayuda

♦♦

También es necesario advertir que estas afirmaciones acerca de los beneficios psicológicos del deporte no se pueden generalizar a todas las prácticas deportivas y a todas las situaciones personales; el sentido de tales afirmaciones vendrá marcado por el nivel en el que se practique el deporte y por la orientación concreta que se le proporcione a esta actividad.

Acerca de este tema de tanta actualidad, dada la enorme importancia que los deportes espectáculo tienen en nuestra sociedad, se está estudiando la patología propia del deportista, con la finalidad de proporcionar un servicio a un núcleo de población que cada vez está más necesitado de ayuda: en este sentido están saliendo a la luz los efectos negativos que el deporte de élite puede tener en la aparición de serios desajustes en la personalidad, debido, en gran medida a las fuertes tensiones que la alta competición suele provocar.

Si a las grandes tensiones que provocan las competiciones del máximo nivel le añadimos la profesionalización del deporte y la extraordinaria importancia económica que está cobrando toda actividad deportiva, organizada como empresa y espectáculo, junto con la cada vez más escasa formación humana de los deportistas de élite, por las exigencias de la propia competición, nos encontramos con que una práctica beneficiosa para el desarrollo equilibrado de la personalidad puede convertirse en una fuente inagotable de conductas agresivas, egoístas e intolerantes ante la frustración, etc.

LA MUJER EN LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE

Isabel Cuadrado Gordillo
Universidad de Extremadura

" Cuando el género ya no funcione como una argolla,
entonces, y sólo entonces, seremos capaces de aceptar
como un dato el hecho de ser macho o hembra,
del mismo modo que aceptamos como un dato
el hecho de ser seres humanos"

(Sandra L. Bem, 1978, 269)

El término sexo viene de sección, división, es decir, que ninguno de los dos sexos puede reproducirse a sí mismo por sí solo.

Sin embargo, el género como término no entra a formar parte de la literatura psicológica hasta los años setenta, a pesar de su existencia milenaria no dependía en sentido estricto del sexo. No obstante, en la práctica existía un objetivo permanente: situar niños y niñas, jóvenes y adolescentes, hombres y mujeres, en posiciones, lugares y actividades separadas.

A finales del siglo XX la distancia entre los géneros ha llegado a mínimos históricos en el mundo occidental. La consideración de la mujer como sujeto de derecho en el siglo XIX ha tendido a una unificación de los modelos educativos, y en pleno siglo XX, sobre todo a partir de los años cincuenta, el curriculum unificado se ha implantado en casi todos los países occidentales. Pero todavía pesan muchas dudas sobre ello.

En la actualidad y aparentemente se educa lo mismo a las niñas que a los niños, pero a poco que se investigue encontramos indicadores de lo contrario.

Compartir el mismo curriculum como consecuencia de la coexistencia de alumnos y alumnas en el mismo centro y aula, debería conllevar un trato de igualdad entre unos y otros. La realidad ha supuesto la incorporación de la alumna al modelo educativo masculino, considerado universal, lo que supone como mínimo negar el modelo femenino. Esta situación podría ser explicada a través de muchas teorías de corte antropológico, biológico, psicológico e incluso religioso que han tratado de justificar una jerarquización de los géneros en la que los valores y funciones de atribución masculina se hallan más valorados y por tanto gozan de un mayor prestigio social. De esta manera la competitividad, la iniciativa, el valor, la independencia, la profesionalidad, etc. son valores masculinos, mientras que la afectividad, la sensibilidad, la intuición, la docilidad, etc. son femeninos.

Toda esta concepción no es más que una pobre esquematización de las personas. Las aptitudes y actitudes son neutras y todo ser humano tiene derecho a desarrollar todas las facetas positivas de ambas.

En el curriculum oficial están las intenciones educativas, objetivos y contenidos, pero también forman parte de él valores, actitudes y normas sociales

establecidas. Valores, creencias, expectativas, normas, actitudes, etc. dan lugar a ese llamado curriculum oculto, a esa pedagogía implícita.

La Educación Física se considera como una de las disciplinas con un alto contenido de curriculum oculto en el que aspectos como la valoración sobre el propio cuerpo, tales como el lugar que ocupa en la cultura, los usos y técnicas corporales según sexo y edad, los modelos corporales dominantes para ambos sexos, etc. se transmiten a través del refuerzo del estereotipo corporal "masculino" y "femenino".

Sabemos que el morfotipo masculino se ha identificado con cualidades físicas como la potencia, resistencia, velocidad, etc. Por el contrario el morfotipo femenino se ha identificado con lo pequeño, frágil, flexible, coordinado, rítmico, etc. , y en ambos casos se valorarán estas cualidades. Es evidente, como consecuencia, que uno y otro sexo se han visto con muchas dificultades para desarrollar cualidades del sexo contrario. Por ello, a medida que avanzamos en el sistema educativo, se observa que los intereses y motivaciones del alumno y la alumna se van distanciando.

Muy lejos está de mi interés centrar estas breves pinceladas, sobre el tema en cuestión, en una manifestación reivindicativa de lo femenino sobre lo masculino. Desearía que se interpretase desde el enfoque psicopedagógico como formadora de futuros maestros y maestras de Educación Física que desde el año 1990 desarrollo parte de mi docencia en dicha especialidad, como profesora de la materia Psicología Educativa y del Desarrollo en la edad escolar.

Un principio básico de la psicología social aplicada a la educación afirma que las personas aprenden "quienes son" y "qué son", según la manera como han sido tratadas por los demás. En este sentido las expectativas de los profesores sobre el alumnado suelen reforzar las cualidades socialmente esperadas, por lo que se reproducen los prejuicios y roles del género. De esta manera se espera que el niño cumpla el estereotipo sexual de fuerte, agresivo, resistente, competitivo, etc., aspectos no sólo relativos a su morfotipo sino también a su rol social de protagonista, dominador, competidor. De la niña se espera que cumpla el estereotipo femenino con cualidades como suavidad, expresividad, coordinación, etc., y que cumpla su papel en la sociedad de afectiva, y pasiva en relación a la actividad del varón.

Otro principio básico de la interacción comunicativa, siguiendo a Rosenthal y su efecto Pigmalión, es que las expectativas o percepciones que tengamos sobre las personas pueden modificar la conducta de las mismas. Así si el profesorado cree en las capacidades físicas y motrices de las niñas, éstas desarrollarán al máximo todo su potencial, independientemente del estereotipo femenino.

Se podría ilustrar esta manifestación teórica de rasgo preventivo, educativamente hablando, con ciertos datos estadisticos, a falta de estudios globales, sobre el interés y hábitos deportivos de las mujeres españolas. Sin duda, estos datos, se debe reconocer, son parciales, algunos son recientes y otros no tanto, pero merece la pena exponerlos a modo orientativo de la realidad actual.

PRACTICA DEPORTIVA COMO HÁBITO DE VIDA

Siguiendo los datos extraídos por García Fernando de su estudio acerca de los "Hábitos de los españoles", encontramos que en 1985, solamente el 23% de las mujeres declaran practicar bastante o mucho deporte (entendiendo aquí por deporte todo tipo de ejercicio físico, con fin recreativo, mantenimiento, etc.) frente al 46% de hombres.

Sin embargo, la falta de práctica parece que no se debe a una falta de interés, como cabría suponer, sino a otros obstáculos para la práctica real. Frente al 23% de mujeres que practican, el 47% declaran un alto interés por el deporte. Estos datos no miden ni actividad física concreta, ni intensidad, ni continuidad.

En mayo de 1988, el Instituto de la Juventud en la "Encuesta juventud 1988" se concluye que la práctica de algún deporte en día laboral se da en las jóvenes menos de una tercera parte que en los jóvenes. Las cifras que nos brinda este estudio son las siguientes:

♦♦

Si el profesorado cree en las capacidades físicas y motrices de las niñas, éstas desarrollarán al máximo todo su potencial

♦♦

LAS PRÁCTICAS DEPORTIVAS (EN DÍAS LABORABLES)

	A	B	C
Total 15-29 años	7,6%	2,0 h	0,15
Varones 15-29 años			
Total	11,6%	2,2 h	0,25 h
15-16 años	26,6%	2,0 h	0,54 h
17-19 años	13,7%	2,4 h	0,32 h
20-24 años	7,6%	2,3 h	0,17 h
25-29 años	6,1%	2,0 h	0,12 h
Mujeres 15-29 años			
Total	3,4%	1,4 h	0,05 h
15-16 años	4,4%	1,2 h	0,05 h
17-19 años	2,2%	1,3 h	0,03 h
20-24 años	3,8%	1,6 h	0,06 h
25-29 años	3,3%	1,3 h	0,04 h
Varones solteros	12,9%	2,2 h	0,28 h
Mujeres solteras	3,8%	1,4 h	0,05 h
Varones no solteros	4,2%	1,9 h	0,08 h
Mujeres no solteras	2,3%	1,4 h	0,03 h

Nota: A: Proporción de individuos que dedican algún tiempo a una actividad deportiva en un día laborable.
B: Tiempo medio que corresponde a la actividad por los individuos que dedican algún tiempo.
C: Tiempo que corresponde a la actividad en la jornada promedio.

Datos más recientes extraídos de la Encuesta Nacional de Salud en España en 1995 por el Ministerio de Sanidad y Consumo, indican que la práctica de ejercicio físico ha aumentado ligeramente con el paso del tiempo en las mujeres, sin embargo, también se pone de manifiesto que las mujeres lo llevan a cabo en mucha menor medida que los hombres. Según la última Encuesta Nacional de Salud (1995) los porcentajes de mujeres que no hacen ejercicio (45,4%) o que no lo hacen de manera ocasional (39,6%) son mayores que los correspondientes a los hombres: 33,7% y 38,4% respectivamente. En cambio, el 14,5% de las mujeres realizan actividades físicas varias veces al mes o varias veces a la semana, frente al 27,2% de los hombres.

Es también significativo los deportes practicados en 1988 por las mujeres jóvenes en relación a los hombres jóvenes (siguiendo el estudio del Instituto de la Juventud):

DEPORTES MÁS PRACTICADOS (1988)

Mujeres		Hombres	
Gimnasia	10,2	Fútbol	37,8
Baloncesto	6,8	Baloncesto	18,9
Correr	5,0	Tenis	8,4
Tenis	5,1	Bicicleta	5,8
Bicicleta	3,3	Atletismo	5,1

A la luz de estos datos se podrían hacer las siguientes consideraciones:

Se mantiene el estereotipo de deportes masculinos y deportes femeninos, siguiendo las pautas tradicionales (gimnasia para las chicas, fútbol para los chicos)

La práctica deportiva disminuye con la edad, siendo este dato más significativo en el hombre que en la mujer. La mujer podría considerarse más estable entre los veinte y veintinueve años.

ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN ESCOLARES

Es muy interesante establecer, en este momento, la diferencia de práctica físico-deportiva entre niños y niñas. Los datos que a continuación se detallan están extraídos del "Estudio sobre los hábitos de los escolares españoles en relación con la salud" desarrollado por el Ministerio de Sanidad y Consumo en 1989. El conocer la situación de los escolares españoles respecto a estas actividades, podría considerarse como pronóstico de la futura situación de las jóvenes y mujeres adultas. Se podría concluir del estudio referido los siguientes datos:

En competiciones deportivas participan casi el doble de niños (69%) que de niñas (37%).

Las expectativas de continuidad en la práctica deportiva es del 28% en el caso de las niñas frente al 38% en el caso de los niños.

En actividades físicas no deportivas diariamente sólo un 34% de niñas realizan alguna actividad física frente al 45% de niños.

Es importante destacar que esta diferencia entre la práctica y las expectativas se vuelve más ilustrativa cuando en este estudio se señala que tanto los niños como las niñas reciben clase de Educación Física y se encuentran ambos satisfechos con ella.

El análisis estadístico de dicho estudio nos indica que en:

♦♦

La variable sexo marca diferencia a favor de los varones, dado que doblan en porcentaje a las chicas en práctica deportiva semanal

♦♦

- actividad deportiva organizada,
- actividad física no deportiva,
- tiempo e intensidad dedicados al ejercicio físico,
- participación en competiciones deportivas,
- participación en clubs deportivos,
- participación en equipos escolares,
- tipos de deportes,

el sexo discrimina mucho más que otras variables escolares como el centro, curso, etc. o variables sociales como profesión del padre o de la madre, etc.

Parece muy importante manifestar algunas de las afirmaciones que se vierten en este estudio:

La variable sexo marca diferencia a favor de los varones, dado que doblan en porcentaje a las chicas en práctica deportiva semanal.

Las chicas son más proclives a la práctica solitaria del ejercicio físico, los chicos prefieren la práctica deportiva con otros.

La única variable significativa respecto a la motivación por la práctica del ejercicio físico es la que hace referencia a la estética corporal.

Son las chicas las que tienen un peor concepto de sí mismas en cuanto a su capacidad deportiva y las que consideran que su forma física está por debajo de la media.

El sexo marca una gran diferencia a la hora de practicar uno u otro deporte. Así, por ejemplo, las chicas prefieren actividades poco agresivas y escasamente competitivas, como el baile, los juegos, el atletismo, la gimnasia o la natación. Los varones se inclinan por actividades más agresivas, más competitivas y las que se realizan al aire libre, como fútbol, balonmano, montañismo, bicicleta, etc.

Mujeres griegas jugando a la pelota

En resumen podría concluirse que en la práctica deportiva de nuestros escolares siguen existiendo los estereotipos clásicos para niños y para niñas.

LAS MUJERES EN PUESTOS TÉCNICOS, DE GESTIÓN Y PLANIFICACIÓN DEPORTIVA

En teoría la elección de una profesión parece ser decisión personal, sin embargo, en la práctica el acceso a determinadas profesiones se ve obstaculizado por los prejuicios sociales derivados de los estereotipos profesionales clásicos. Este es el caso de las profesiones relacionadas con el mundo del deporte. Datos obtenidos de 34 federaciones en el año 1989 indican:

Hay dos mujeres presidentas de federaciones nacionales que representan el 36% del total de presidentes federativos.

De 34 Federaciones estudiadas sólo 11 de ellas cuentan con alguna mujer en su Junta Directiva.

De las 34 Federaciones, en 27 de ellas hay representación femenina del 25% en sus Plenos, excepto en gimnasia cuya representación es del 64%.

Solamente en 19 Federaciones hay un 19% de representación femenina en sus Asambleas, excepto en gimnasia que es del 35%.

Solamente en cinco Federaciones existen comités de mujeres.

Solamente en cuatro Federaciones cuentan con alguna mujer en sus cuadros técnicos.

La proporción de entrenadoras nacionales es muy inferior a la de entrenadores, exceptuando la de gimnasia que es del 70%.

Todo estos datos vienen a confirmar la hipótesis de que el mundo del deporte sigue siendo básicamente un mundo del varón, al que la mujer tiene gran dificultad para acceder.

♦♦

De las 34 Federaciones, en 27 de ellas hay representación femenina del 25% en sus plenos, excepto en gimnasia cuya representación es del 64%.

♦♦

¿QUÉ PUEDE HACER LA EDUCACIÓN ESCOLAR EN LA CORRECCIÓN DE ESTOS ESTEREOTIPOS?

En el proceso educativo hay varios factores que tienen incidencia en la construcción de la identidad personal del alumnado como hombres y mujeres. A pesar de que ya en los trabajos de Coleman (1966) se indica que el papel del profesorado es básico como elemento modificador de los individuos, sin embargo, está condicionado por otras variables como las socioeconómicas, ambientales, familiares y culturales. A pesar de todo, el papel del profesor como elemento de cambio social es mucho más importante que considerarlo como mero transmisor de conocimientos. Es en la escuela y en la familia donde empieza el individuo su proceso de socialización y

donde únicamente se puede intervenir directamente para modificar las tendencias y ofrecer modelos cargados de intenciones educativas.

El cambio de mentalidad del profesorado de Educación Física no debe desgajarse de un cambio de mentalidad de todo el profesorado. Los conocimientos y el cómo se transmiten no son neutros, siempre les acompañan una gran carga ideológica y cultural, sobre todo en la Educación Física que basa su objeto de conocimiento en el propio cuerpo y, por tanto, con una carga de género muy fuerte. Un profesor cuando planifica su proceso de enseñanza/aprendizaje lo hace siempre pensando en un alumno promedio y en función de ello diseña actividades y evalúa a cada alumno y alumna en función de su ajuste con ese modelo. En Educación Física, como en cualquier otro área de conocimiento, ocurre exactamente igual con el agravante de que este alumno promedio suele presentar una atribución de género masculino.

Las actuaciones educativas que tiendan a un modelo educativo igualitario conlleva a una pseudo-igualdad. Toda pedagogía que tienda a eliminar desigualdades no puede tratar a todos por igual, pues llevaría a reforzar las desigualdades. El modelo educativo debe apostar por una "igualdad de oportunidades", y esto no va a depender de los objetivos, ni de los contenidos o métodos empleados sino va a depender de las concepciones educativas que sustente el profesorado, de su experiencia práctica y de su capacidad para adaptarse a nuevas dimensiones de la conducta y estilos de enseñanza.

El DCB propone un modelo multifuncional de la Educación Física y vinculada a la Educación del Movimiento, para el ocio y para la salud. Una Educación Física, tal y como se desprende del DCB, que pretende provocar hábitos perdurables de actividad física en la edad adulta desde la vertiente recreativa y mejora de la calidad de vida y salud de los individuos, ha de resultar mucho más interesante y participativa para las alumnas, si se lleva a cabo desde esta concepción. Para el alumnado unas funciones serán más motivadoras que otras y responderán mejor a sus intereses que otras, por lo que se deberán seleccionar e impulsar aquellos aspectos que promuevan mejor su participación. El trato diferenciado no debe implicar discriminación.

♦♦

Toda pedagogía que tienda a eliminar desigualdades no puede tratar a todos por igual, pues llevaría a reforzar las desigualdades.

♦♦

La Secretaría de Estado de Educación en el Plan para la Igualdad de Oportunidades para las mujeres (1996, pág. 68) concreta una serie de medidas para una verdadera coeducación en esta etapa donde todavía las capacidades motrices de niños y niñas es similar:

- "No esperara comportamientos y actitudes diferentes, entre niños y niñas, que responden a modelos sociales estereotipados.

- Conocer el nivel inicial y realizar propuestas globales e integradoras que favorezcan el mayor número posible de aspectos de la moticidad, tanto para ellas como para ellos.

- Plantear actividades considerando los aspectos cualitativos y no cuantitativos del movimiento, debido a las edades con las que se trabajan.

- Favorecer en todo momento el protagonismo de los chicos/as en la acción motriz.

- Utilizar como recurso educativo el juego, el reto y la curiosidad entre edades.

- Fomentar el sentido lúdico en todas las actividades propuestas.

- La adquisición de todas las habilidades y destrezas ha de ser progresiva: de movimientos simples a complejos, de lo global a lo específico...

- Evitar una temprana especialización en las habilidades motrices que vinculen a determinados estereotipos.

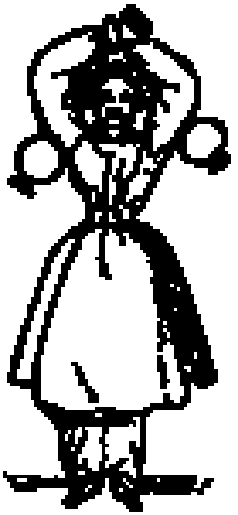
- Favorecer situaciones de interacción y no de segregación, tanto en los juegos como en las tareas propuestas.

- Erradicar las distribuciones de los grupos y de las tareas en función del sexo.

- Proponer actividades donde se exploren posibilidades de actividad física en espacios no identificados como específicos de la clase de Educación Física.

- Integrar el curriculum de Educación Física en las diferentes áreas que corresponden a esta etapa".

En la Enseñanza Secundaria Obligatoria la estrategia pedagógica debe ir



orientada al aumento de información sobre las capacidades físicas de chicos y chicas, mediante trabajos, explicaciones, etc. así como propuestas de actividades físicas donde las alumnas y los alumnos experimenten el avance de sus propias cualidades, independientemente del estereotipo social. De la misma manera, debe procurarse el cambio de actitudes mediante la difusión de modelos femeninos que hayan tenido éxito en este campo.

♦♦

La estrategia pedagógica debe ir orientada al aumento de información sobre las capacidades físicas de chicos y chicas, mediante trabajos, etc.

♦♦

Por último, se debe resaltar otros aspectos como estrategia educativa, uno de ellos es la propia organización del espacio escolar. En la practica escolar parece existir un compromiso de lo que son los espacios masculinos de recreo y los espacios femeninos por la frecuencia de uso de cada uno de ellos. Generalmente los espacios deportivos son más utilizados por los varones en el tiempo libre, mientras que las mujeres se reservan otros espacios donde practican actividades y juegos más sedentarios. Deben diseñarse estrategias para establecer en los patios o espacios de recreo áreas para los distintos intereses y edades y no por sexo. Otra acción consistiría en ir eliminando la tendencia espontánea de la agrupación según sexo en determinadas edades. La configuración mixta podría realizarse en función de niveles de habilidad o destrezas, así como por la elección de tareas modificando con ello la predisposición que tiene el alumnado hacia tareas consideradas por ellos mismos como masculina o femenina. Es evidente que todo ello debe siempre realizarse respetando la libertad interna de pertenencia a un grupo por parte de los alumnos y alumnas.

Finalmente señalar que son muchas las Resoluciones recientes de organismos internacionales de carácter intergubernamental, UNESCO y Consejo de Europa, que señalan medidas apropiadas, tendentes al desarrollo de la participación de la mujer en el deporte y la educación física, tanto en la escuela como fuera de ella. De la misma manera la UNESCO recomienda la presencia de la mujer en los puestos de responsabilidad de la Administración del deporte.

EL DOPAJE EN EL DEPORTE: UN PROBLEMA DEPORTIVO Y SOCIAL

Dr. Juan I. Maynar Mariño
UEX

La práctica del dopaje se ha convertido, a partir de los sesenta, en un fenómeno en proceso de rápida expansión. ¿Cuál es la razón para ello? ¿Por qué existe el dopaje? ¿Qué motivos influyen para que, a pesar de las razones en contra, exista, si no como una práctica habitual, sí como una interferencia en el deporte? Quizás una de las causas sea la realidad de que en muchos deportes el grado de especialización requerido es tan alto que numerosos "jóvenes esperanzas" comienzan ahora a creer que si quieren tener una oportunidad de representar a su país "están obligados" a doparse. O es posible que la intensidad en los entrenamientos, o la multiplicación de competiciones, sin fechas intermedias de descanso, "recomienden" recurrir al dopaje para mantener el ritmo necesario. Pero quizás el motivo fundamental sea el que todos y cada uno de nosotros queremos destacar entre los demás en la actividad que realizamos. Y, precisamente, es el deporte de competición el prototipo de actividad en la que, inevitable y continuamente, se compara a cada deportista con sus compañeros, exigiendo a cada uno de ellos que llegue a ser el mejor, que supere a aquél que hasta ese momento lo ha sido. Estas aspiraciones, ambiciones o imposiciones, que en numerosas ocasiones son válidas y legítimas, dejan de serlo cuando se quieren obtener por métodos no éticos.

Es posible que sean estas presiones, entre otras a las que el deportista de competición se encuentra sometido, las que le han obligado a buscar el factor que le permita adquirir ventaja sobre los restantes competidores. *Pero ocurre que los deportistas de élite de cualquier especialidad suelen estar tan igualados que la diferencia entre ser (o llegar) el primero o el segundo se traduce en la actualidad en diferencias entre ganar mucho dinero o ganar poco, entre alcanzar el triunfo o quedar derrotado, entre ser popular o permanecer en el anonimato*. En definitiva ha dejado de ser importante competir porque lo que ha llegado a ser importante es ganar, si, pero incluso mediante cualquier medio, a cualquier precio. Este "*cualquier medio*" es, a veces el dopaje. El "*cualquier precio*", es generalmente *la salud* de quien lo práctica, y todo ello, olvidando el derecho de los demás deportistas a competir con igualdad de oportunidades.

¿POR QUÉ ESTA PROHIBIDO EL DOPAJE?

El dopaje está prohibido porque los motivos que se aducen para justificar su práctica no son válidos. Y no lo son porque el dopaje atenta contra los ideales del deporte, ya que su práctica es perjudicial para la salud y es contraria a la ética del deporte.

1.- La práctica del dopaje es perjudicial para la salud del deportista.

Con frecuencia, hay efectos secundarios indeseables ocasionados por el abuso de algunos medicamentos. En definitiva recurrir a la química tiene riesgos importantes y eso debe saberse.

2.- El dopaje es contrario a la ética del deporte.

El dopaje va contra el ideal del deporte y de la dignidad del deportista, valores ambos que se encuadran en un deporte limpio y sano.

Si el dopaje existe y su práctica es peligrosa para la salud y

contraria a la ética, lógicamente su erradicación constituye una meta ante la necesidad de preservar, defender y proteger la ética del deporte y la salud del deportista. La síntesis de esta idea la recoge la regla 29 de la Carta Olímpica:

"El dopaje está prohibido". Y en consecuencia, habrá que luchar contra su práctica.

ACCIONES CONTRA EL DOPAJE

La lucha oficial efectiva contra el dopaje comenzó en la década de los sesenta, cuando aparecieron las primeras señales de alerta contra el dopaje, procedentes de diversas fuentes, (Comité Olímpico Internacional, federaciones deportivas internacionales, Consejo de Europa, e incluso diversos gobiernos estatales). Estos organismos responsables plantearon la necesidad de aplicar acciones concretas que se basaran en la realidad de una situación contra la cual había que luchar con armas que fueran efectivas.

En consecuencia, y buscando la disuasión en la práctica del dopaje, se acordó emprender acciones que, todas ellas, se siguen ejerciendo con mayor o menor eficacia e intensidad en la actualidad.

INFORMACIÓN Y DIVULGACIÓN

Tanto las acciones *disuasorias* como las preventivas, divulgativas y educativas, y las *represivas*, son necesarias y complementarias entre sí. La experiencia demuestra a menudo que

la supresión de un fenómeno social indesable no se logra necesariamente mediante medidas sólo coercitivas o represivas; reconocer la existencia del problema, en este caso del dopaje, discutirlo y distribuir material informativo al respecto, constituye en sí una buena medida preventiva y potencialmente curativa. Y por otra parte, aunque razonablemente se puede dudar de que la eliminación del dopaje del deporte sea un éxito total, igual que la trampa nunca podría ser desbancada de la sociedad, es cierto que las campañas contra el dopaje resultarán más eficaces si las necesarias y suficientes medidas de control se completan en un proceso de educación a largo plazo.

Estas acciones divulgativas no son sino una respuesta a la necesidad de información y orientación que, sobre el problema del dopaje ha surgido en el deporte. Muchos deportistas se dopan por superstición o ignoracia, por ecomendación de compañeros o por cualquier otra razón no científica; además, a veces son los entrenadores o los directivos deportivos los que prescriben sustancias dopantes a los deportistas. En cualquier caso, tanto el deportista como las personas que le dirigen deportivamente y que controlan su salud, e incluso otros estamentos de la sociedad (jóvenes, educadores), son receptores óptimos a los que dirigir campañas divulgativas que informen sobre:

1.- Los potenciales peligros que posee la práctica del dopaje fundamentados en los efectos secundarios que a corto, medio y largo plazo pueden causar algunas sustancias dopantes, por sí mismas, por las consecuencias de una utilización prolongada o asociada a un esfuerzo, al calor, a la altura.
2.- Lo relativamente ineficaz que puede ser a veces el dopaje, como experimentalmente se ha probado con sustancias que, siendo tóxicas a altas dosis, sólo producen sobre el individuo una influencia psicológica.
3.- Que no es el dopaje lo que conduce a la cima del éxito deportivo, sino el desarrollo de las cualidades físicas o psíquicas personales de cada deportista, explicando que aunque algunos atletas hayan conseguido marcas excepcionales, ello se debe fundamentalmente a una correcta utilización de la dietética, a la aplicación exacta de los métodos teóricos de entrenamiento y a la racionalización de su esfuerzo.
4.- Que, en definitiva, la trampa no puede elevarse al rango de proeza, y que en conjunto, "*el fin no justifica los medios*".

EL AEROBIC COMO MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA

Yolanda Hermoso Vega
Universidad de Extremadura

Más de una década nos separa del primer video comercial más vendido de todos los tiempos "The Jane's Fonda Workout". Quedan lejos aquellos tiempos en que Jane Fonda era la representante más popular de los Aérobics.

Los aeróbics, al igual que el tiempo, cambian de forma rápida y constante. A medida que las investigaciones se van desarrollando, esta modalidad de actividad física se va actualizando y adaptando a las nuevas demandas sociales.

En efecto, los cambios y las necesidades sociales son factores a considerar. Según los expertos, los continuos avances en tecnología y en medicina general y preventiva, entre otros, permitirán aumentar considerablemente las expectativas de vida de nuestra población. Nosotros, como expertos en actividad física, podemos contribuir, en gran manera a mejorar la calidad de vida para que la gente mayor pueda vivir esta última etapa con autosuficiencia, al tiempo que podemos contribuir, en gran medida, a llenar su tiempo libre.

Hasta hace muy poco el Aérobic era contemplado como una actividad orientada hacia una población femenina, localizada en gimnasios y cuyo objetivo era la pérdida rápida de peso ante la llegada del verano. Se impone la moda del "*culto al cuerpo*". En la actualidad asistimos al fenómeno de la supravaloración del cuerpo, del movimiento humano y de su imagen corporal.

El llamado "Culto al cuerpo", coincide con una serie de características como:

- Condiciones de vida más favorables, que permiten el disfrute del ocio de capas de población cada vez más amplias.
- Mayores expectativas de vida.
- Un aumento de la calidad de vida.
- El empleo de la imagen corporal por el "Marketing" y su influencia en la relación y en la difusión de valores.

El Aérobic en los últimos años, por su amplia oferta adaptándose a las nuevas tendencias y situándose continuamente a la vanguardia, está siendo demandado no sólo por el público femenino en épocas estivales en los gimnasios sino por los escolares de ambos sexos, cuyo mundo es la discoteca que no es sólo un lugar común de reunión, divertimento y espacio para "*ligar*", implica un encuentro con un cuerpo activo, sensitivo y vibrante. Música y movimiento han roto las fronteras del academicismo, bailar no implica sólo el dominio de una técnica, conectar el equipo de música tras la jornada escolar y comenzar a moverse rítmicamente, es una práctica habitual entre nuestros alumnos/as.

El placer de moverse está al alcance de cualquier humano, aunque no todos poseen las mismas capacidades y aptitudes, es una potencialidad del ser humano a tener en cuenta por el profesor/a de Educación Física.

Una vez argumentada la inclusión del aeróbic en el ámbito educativo por las demandas sociales hacia aquellas actividades que lleven consigo un acompañamiento musical, por su bajo coste económico e inexistencia de materiales e instalaciones específicas, se

hace necesario enumerar algunos de los valores que representa en el *Área de la Educación Física*:

1.- Educación del movimiento musical, rítmico y estético.

2.- Dominio Corporal.

- Habilidades Perceptivas.
- Habilidadades Básicas.
- Cualidades Físicas Básicas.

3.- Aprendizaje sencillo y ameno.

4.- Amplio espectro de posibilidades y estilos.

5.- Nos permite respetar las diferencias individuales.

6.- Valor creativo.

7.- Ofrece la posibilidad de una práctica no agonística.

1.- AERÓBIC: ORIGEN Y CONCEPTO

Etimológicamente aeróbic deriva de la raíz griega *aerob* (con oxígeno), concepto que utilizó por primera vez el Dr. Pasteur en sus trabajos de bacteriología.

Sin embargo el concepto de "aeróbics", debemos buscarlo en el "Fitness", fenómeno social que surge en los Estados Unidos en los años setenta que se caracterizaba por la búsqueda de un determinado estilo de vida sustentado por varios pilares entre los que estaba la mejora de la condición física, una alimentación equilibrada y la práctica de otras normas de vida o hábitos saludables.

Kenneth Cooper fue el primero que defendió y promocionó este tipo de actividad que encuadraba perfectamente dentro del concepto de "Fitness".

Cooper: oficial de las fuerzas aéreas estadounidenses, en el año 1968 dentro de su libro del *Aeróbics*, defendía la práctica del ejercicio físico de baja o media intensidad como un óptimo medio de entrenamiento cardiovascular. Posteriormente en 1970 publica *The news Aeróbics* adaptado a personas de 35 años y *Aeróbics for Women*, especialmente adaptado a mujeres.

Jackie Sorensen: en 1969 trabaja con Cooper para crear la danza aeróbica como método de entrenamiento destinado a las esposas de los militares de las fuerzas americanas en una base de Puerto Rico.

Judi Sheppard: paralelamente hacia 1969 otra modadlidad parecida al aeróbic hacia aparición, Judi funda sobre las bases de la Danza Jazz la modalidad llamada Jazzerxice.

1970: Jackie Sorensen funda en New Jersey el primer estudio donde se imparten sesiones de Aeróbic, el Aeróbic Dancing Inc.

1980: el Aeróbic llega a Europa y dos años más tarde a España.

1984: Jane Fonda produce "The Jane's Fonda Workout", el primer video comercial de Aeróbic que se convirtió en el vídeo más vendido de todos los tiempos.

1988: el Aeróbic es el tercer deporte más practicado en Estados Unidos y un año después el más popular.

Cuando alrededor de 1980 el Aeróbic llegó a Europa se encontró con un hermano gemelo, la *gimnasia jazz*, método creado por Mónica Beckman, profesora de Educación Física de Suecia, por lo tanto en Europa no aparece como método original sino como la evolución de algo que llevábamos haciendo durante años; la Gimnasia Jazz se considera como la antecesora más inmediata del Aeróbic. Por lo tanto el Aeróbic se encontró con un terreno abonado para su desarrollo.

Sin embargo aunque las raíces del Aeróbic se hayan establecido en la Gimnasia Jazz, en la actualidad el Aeróbic está consolidado como una dis-

ciplina diferenciada y con entidad propia[1].

¿Cómo podríamos definir de forma básica AERÓBIC?

Actividad física coreografiada al ritmo de la música con diferentes modalidades de mayor o menor intensidad "*Alto-Bajo Impacto*" y diferentes estilos (Funky, Salsa, Afro...)

Por otra parte, el *AEROBIC-SPORT*, es el deporte de competición que deriva del Aeróbic, y que mide la habilidad de un atleta para realizar movimientos característicos de esta modalidad basada.

Este modelo exige una perfecta ejecución técnica de los ejercicios y una correcta alineación corporal durante la realización de los mismos.

Asi mismo, el Aerobicsport también valora que el atleta tenga un buen equilibrio de sus cualidades físicas (fuerza, flexibilidad, resistencia muscular y resistencia cardiovascular), y la interpretación artística que demuestre con su coreografía.

2.- SEGURIDAD

El Aeróbic es una actividad en continuo cambio y desarrollo, que está siendo objeto de continuas investigaciones y rigurosos estudios de los movimientos, a nivel biomecánico, utilizados en las distintas sesiones.

Se hace necesario controlar la *SEGURIDAD* en todo momento. Para ello hay que seleccionar los ejercicios, saber enseñarlos, saber corregirlos, saber adaptarlos, etc.

Es necesario también conocer las cinco zonas de riesgo más importantes: *cervicales, lumbares, hombros, rodillas y tobillos*.

Las normas de seguridad más elementales son:

- Alineamiento
- Impacto
- Progresión
- Educación
- Bases de apoyo
- Sobreesfuerzo
- Compensación

Consideraciones:

No forzar las articulaciones.

- Evitar las hiperextensiones.
- Evitar las rotaciones lumbares puras.
- Mantener las rodillas encima de los tobillos y relajadas.
- Evitar movimientos balísticos.
- Vigilar constantemente la columna.
- Evitar movimientos repetitivos.

Otras situaciones a tener en cuenta son: el calzado deportivo, el suelo donde se trabaje, el espacio, la hidratación, el calentamiento, el transporte de materiales y su utilización.

3.- EL PROFESOR: CARISMA E IMAGEN

En los Gimnasios, el profesor tiene que desempeñar el papel de orientador pero también de animador. Se le exigen valores de sociabilidad y disposición. El profesor tiene que mantener un lenguaje accesible a los alumnos, al mismo tiempo que estar a la "*vanguardia*" de la nomenclatura utilizada.

En los Centros Educativos, los profesores tienen más de un papel, representan la autoridad, y tienen que mantener la disciplina. En ocasiones los profesores sienten la necesidad de disminuir sus actuaciones como animadores para no correr el riesgo de

1.- *Nivel del Técnico de Gimnasia en la Especialidad de Aeróbic*. Real Federación de Gimnasia

♦♦

El placer de moverse está al alcance de cualquier humano, aunque no todos poseen las mismas capacidades y aptitudes, es una potencialidad del ser humano a tener en cuenta por el profesor/a de Educación Física

♦♦

perder parte de su autoridad.

Es necesario encontrar el espacio y el tiempo para conseguir llegar a los alumnos con actividades libres y animadas. El Aeróbic para el profe de E.F. puede ser el medio idóneo para captar un grupo de alumnos que NO se interesan por las actividades tradicionales de este área educativa.

4.- ESTRATEGIAS Y MÉTODOS DE ENSEÑANZA

Se deben utilizar estrategias de enseñanza que faciliten el aprendizaje de nuevos pasos y coreografías. El profesor debe jugar de forma equilibrada con las progresiones, demostraciones y feed backs. Se deben tener en consideración algunos factores importantes, el tamaño de la sala, el volúmen de la música y el tipo de información a transmitir. Cuando la sala es muy grande, es importante demostrar los ejercicios en varios puntos de la clase, facilitando la observación a todos los alumnos.

El volumen de la música es un factor muy importante. Algunos profesores utilizan una música muy alta, haciendo un enorme esfuerzo para hablar muy alto (gritando) y la mayoría de los alumnos, no consiguen oir parte de la información. Esta situación puede traer problemas de salud para el profe a medio plazo.

Cuando se van a presentar nuevos ejercicios o combinaciones y se pretende alertar a los alumnos de algún error común, el profe debe *bajar la música*, para facilitar la atención de la información. También es importante marcar la diferencia entre la información sobre nuevos movimientos o combinaciones y la información de refuerzo (información numérica, nombre de los pasos, direcciones, dominancias laterales, etc.)[2]

5.- MÚSICA

- Utilizar la música más popular y acorde al grupo de usuarios.
- Utilizar la música que se escucha día a día en la radio.
- La música debe ser nuestra, que nos agrade, que estemos a gusto con ella.
- Utilizar todos los estilos posibles de música.
- No utilizar demasiado músicas prefabricadas.
- Adecuar la música a la intensidad y nivel de la sesión (estrategia).
- Aprender a escuchar la música y leer el TEMPO (pulsaciones por minuto). Velocidad de la música.

VELOCIDAD Y SESIÓN

FASES	*Velocidad de la música*
• Calentamiento →	135 / 145 BPM
• Principal →	Principiantes: 145 BPM
	Intermedios: 150 BPM
	Avanzados: 160 BPM
• Enfriamiento →	120 / 145 BPM
• Localizada →	120 / 140 BPM
• Estiramientos y Relax	60 / 80 BPM

2.- Sabbo Josse. *Curso de Perfeccionamiento*: "*El valor educativo del Aeróbic*". UEX.

HABLANDO CON UN DEPORTISTA (ALBERTO ANGULO)

Agustín Jociles Calleja
Profesor Titular. Facultad de Educación. UEX.

Teniendo en cuenta que este momento de "Puertas a la Lectura" trata de acercar el mundo del Deporte a sus lectores, no nos ha parecido descabellado contar en ella con la colaboración de un deportista profesional, para intentar conocer la realidad de estos hombres y mujeres que dedican parte de su existencia a la práctica de la actividad física como medio de vida.

El hecho de haber elegido el Baloncesto como muestra de los deportes de conjunto, no ha sido por las características de esta actividad, sino por la simpatía hacia la persona que nos va a servir de referencia, por su amable disposición a colaborar con la revista,y, sobre todo, por haberlo tenido unos meses entre nosotros, como deportista y como estudiante de magisterio.

La trayectoria de Alberto Angulo ha sido como la realización del sueño de cualquiera de nuestros deportistas infantiles.

No hemos querido meternos en temas estrictamente deportivos, hemos preferido buscar al hombre, al muchacho que asciende a la élite deportiva desde la base.

P.L.- ¿Donde conociste el Baloncesto?

A.A.- Fué por casualidad, el colegio Público "Rosa Arj-" donde estudiaba cuando tenía 13 años (8º de EGB) tenía un recreo muy pequeño. Por ser un patio interior (para no dar en los cristales) y por ser muy pequeño (si se jugaba al futbol las chicas apenas tenían espacio para jugar) los profesores decidieron dar solución a estos dos problemas colocando dos canastas de Baloncesto pegadas a la pared, así, estaba prohibido jugar al Futbol y había espacio para todos.

P.L.-**¿Recuerdas el nombre de tu prof/a de E.Física en la escuela primaria? ¿alguna característica en especial?**

A.A.- Don José Calonge. Sí, D.José era en realidad profesor especializado en Ciencias, que era la asignatura que impartía, Ciencias Naturales y Sociales, pero por necesidades del Centro también daba Educación Física, supongo que por ser el profesor más joven.

P.L.-**¿Cual fué tu primer equipo de baloncesto? ¿recuerdas los nombres de tus compañeros, y el entrenador?**

A.A.- Mi primer equipo fué el del colegio aunque este se formó a mitad de curso ya que las canastas las pusieron ese mismo año, por eso no estabamos federados, sólo jugábamos amistosos, con camisetas de futbol. Jugamos cinco o seis partidos en todo el año y los perdimos todos.

Entrenábamos los viernes de 5 a 6. Sí que me acuerdo de mis compañeros e incluso con algunos mantengo relación.

P.L.-¿Cómo empezaste de manera profesional, y dónde?

A.A.- Al año siguiente un amigo del equipo del colegio se presenta a la "Operación Altura" del CAI Zaragoza, (se presentan los chavales que con una edad tienen una altura mínima determinada), yo le acompaño, así que, ya que estaba alli, también hice la prueba, y después de pasar varias, me eligieron para el equipo infantil del CAI.

P.L.-¿Qué sentiste cuando empezaste, fue como lo habias imaginado, qué cambios te afectaron más?

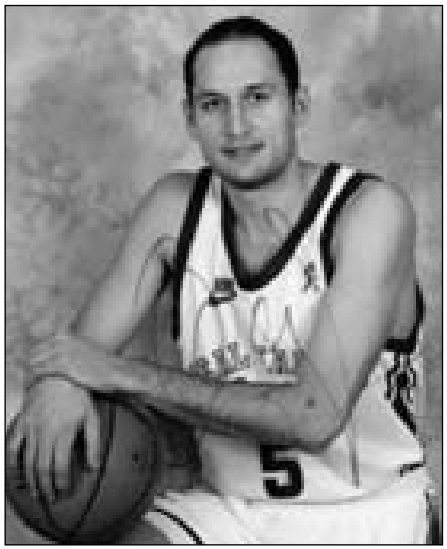
A.A.- Ilusión, nervios, era un mundo diferente y todo lo que pasaba era nuevo. Eramos 12 chicos de 13 años que no nos conocíamos y no sabíamos nada o casi nada de Baloncesto y lo que le rodeaba.

No, no era como me lo había imaginado ya que todo lo que ocurría era nuevo para mí.

Lo que más me costó fué estar en grupo y someterme a lo que ello significaba: Horarios, disciplina, respeto... Las categorías inferiores del CAI tenían como objetivo formar a futuros jugadores para el primer equipo y también para formar personas.

P.L.-¿Sentiste alguna vez que ese mundo podría no ser el tuyo?

A.A.- No. Una vez que decides dedicarte profesionalmente a este mundo, hay muchos altibajos en tu carrera (juegas mal, el equipo pierde, las críticas...) pero eres un profesional y debes aceptarlo y sobre todo estar preparado para los malos momentos (que son más de lo que la gente se cree.)



P.L.-¿Qué recuerdas con más cariño de tu paso por Badajoz; y lo que más te chocó?

A.A.- El cariño de la gente. Para mi fué muy dificil, era la primera vez que salía de casa, vivía solo, Zaragoza estaba muy lejos, no jugaba y me lesioné, pero aun con todo , la gente seguía animándome.

P.L.-¿Sigues tus estudios, acabaste la carrera de magisterio, haces otra cosa?

A.A.- Sí, acabé la carrera de Magisterio, no sé si algún día haré uso de ella.

P.L.-Cuentanos qué haces en un día normal.

A.A.- Los días son todos iguales, muy monótonos.

Me levanto a las nueve y voy al INEF a hacer preparación física de 10 a 12 y a la 1 ya estoy en casa. Preparo la comida, como, friego y me echo la siesta de 45 minutos. A las 5 voy a tirar al pabellón, a las 6 empieza el entrenamiento técnico hasta las 8, a las 9 estoy en casa, preparar la cena y hasta el día siguiente.

P.L.-¿Como te ves en el futuro? ¿A qué te gustaría dedicarte cuando dejes el deporte profesional?

A.A.- Sinceramente no lo sé. Aún me quedan 5-6 años de baloncesto y todavía me queda tiempo para pensarlo.

P.L.- ¿Puedes dar un consejo a los chicos que empiezan en el deporte?

A.A.- Que disfruten, que lo pasen bien haciendo el deporte que han decidido. Hoy en día el deporte en general está demasiado profesionalizado y cada vez desde edades más tempranas y eso en chicos muy jovenes no es bueno. Y sobre todo que no dejen de estudiar ya que nunca se sabe lo que puede ocurrir: lesiones...

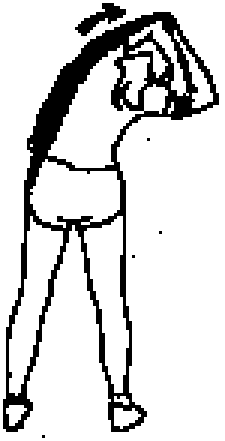
Pensamos que a Alberto se le nota mucho su formación de Maestro, los consejos que da a los chicos que empiezan, y lo que piensa sobre la especialización temprana, demuestran que para él, el deporte, además de una profesión, es una filosofía de vida.

Desde aquí queremos darle las gracias por atender y contestar nuestras preguntas, desearle toda clase de exitos como deportista y como hombre, y recordarle que aquí se le recuerda con cariño.

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO: COMO HACER EJERCICIO PARA MANTENER Y MEJORAR LA SALUD.

Mª Isabel Vivas Mera
Maestra Especialista en E.F.

La falta de ejercicio constituye, junto con los hábitos alimenticios inadecuados, la causa principal de dos males que afectan a multitud de mujeres: la obesidad y la celulitis y que arrastran a la mayoría de ellas a los gimnasios. La idea (por otro lado errónea) de que cualquier tipo de actividad física adelgaza, consigue que en determinadas épocas del año, sobre todo en primavera cuando llega el momento de "destaparse", sean muchas las mujeres que se acerquen a los gimnasios pidiendo milagros, por ello hay que aclarar que cualquie método de gimnasia de mantenimiento físico que prometa una transformación del cuerpo después de algunas sesiones, sin recurrir al esfuerzo y la constancia es, simplemente, prometedor de milagros. Para conseguir efectos "casi milagrosos" a través del ejercicio hay que cambiar el propio estilo de vida: combinando la práctica habitual y racional del ejercicio físico con una dieta equilibrada (no estamos hablando de planes drásticos "pasar hambre").



Es indudable la repercusión que sobre la cultura occidental tienen las manifestaciones culturales relacionadas con el deporte, el ejercicio o cualquier otra manera de utilizar el tiempo de ocio mediante la actividad física.

No ha sido por casualidad que se ha "bautizado" a nuestra sociedad como la del "culto al cuerpo". De hecho, gran parte de la literatura sobre el tema está enfocada a eso: a la obtención de un cuerpo estético.

En estas páginas hablaremos de cómo hacer ejercicio para mantener la salud. De salud entendida como una manera de alcanzar un alto grado de bienestar, de comunicación y respeto al propio cuerpo, de autosuperación y mejora de la calidad de vida.

Pero antes de iniciar la apasionante tarea de embellecer el cuerpo humano por el único método natural que existe, el ejercicio físico, se debe partir del principio de que *un cuerpo bello es, fundamentalmente, un cuerpo sano.*

Hoy sabemos que la actividad física regular puede ayudar a prevenir enfermedades y a mejorar el estado de salud y la calidad de vida.

La belleza y la delgadez son dos conceptos distintos aunque por desgracia, hoy van unidos. Actualmente el canon de belleza es imposible de alcanzar: un formidable montaje publicitario ha logrado hacernos creer que estamos obligados a ser la repetición de un modelo de tal delgadez que la salud se pierde en el intento de conseguirlo; convirtiendo nuestro propio cuerpo en una prisión en cuyo interior llevamos una existencia miserable, anhelando lo imposible. Todo ello nos conduce a perder la propia estima y la capacidad de vivir a gusto con nosotras mismas.

Nuestro cuerpo es susceptible de ser embellecido, y este debe ser el objetivo primordial de cualquier programa de gimnasia de mantenimien-

to, pero antes hay que aceptarlo y estudiarlo a fondo, para después embellecerlo, consiguiendo mejorar en gran medida lo que la naturaleza no le ha otorgado.

El esfuerzo físico, en las sociedades modernas, tan dadas al sedentarismo, ha sido sustituido en muchos casos por el esfuerzo intelectual o de relación social, con su correspondiente carga de estrés, privándonos de ocasiones para mover nuestro cuerpo.

Por fortuna, actualmente son cada vez más las mujeres que creen que deberían dedicar parte de su tiempo libre a compensar esta falta de actividad y movimiento.

Científicamente se ha demostrado que es suficiente para mantener la salud evitar la inactividad física y esto puede conseguirse recurriendo a actividades cotidianas como pueden ser subir escaleras, realizar tareas domésticas o jugar con los niños, incluso, pasear un perro, etc., aunque no cabe duda que el deporte (en cualquiera de sus modalidades) realizado con regularidad y moderación, es un gran medio y un gran remedio: *la actividad física no es la panacea para todos los males ni constituye la fuente de la eterna juventud*, pero si tiene efectos demostrados en la prevención y tratamiento de muchas enfermedades y alteraciones potenciales del estado de salud (los llamados factores de riesgo -infarto, obesidad, arteriosclerosis, etc.).

Pero el mismo ejercicio que ayuda al corazón ayuda también al cerebro. El ejercicio físico de intensidad suficiente suele producir una sensación de bienestar que se asocia con una reducción de los estados de ansiedad y depresión, una mejora de las funciones intelec-

tuales, mejor tolerancia al estrés, y una reducción de la ingesta de tóxicos (alcohol, tabaco, drogas...), contribuyendo por tanto a conseguir una mayor estabilidad emocional y un considerable aumento en la propia estima.

Hacer ejercicio, además de ser estimulante y/o relajante, es un elemento importante de algo quizás intangible pero de gran importancia: *la capacidad de relación personal y social y la calidad de vida*.

Estar en forma en definitiva, evita enfermedades, desarrolla la capacidad intelectual y da alegría de vivir.

¿POR QUÉ GIMNASIA DE MANTENIMIENTO?

Engordamos porque ingerimos más energía de la que nuestro organismo es capaz de quemar, por lo que ésta acaba convertida en depósitos grasos alojados en diversas partes del cuerpo.

El ejercicio acelera la combustión de las calorías ingeridas. Por esta razón resulta el gran aliado para cualquier mujer que desee eliminar los kilos sobrantes. Además, retrasa los procesos orgánicos del envejecimiento, especialmente propiciados por la vida sedentaria: está comprobado que el sedentarismo acelera la pérdida de elasticidad de los tejidos y ralentiza, al mismo tiempo, los distintos procesos metabólicos. Todo ello provoca que las personas que se mueven físicamente poco muestren una especial tendencia hacia la falta de vitalidad y que ciertas partes de su cuerpo aparezcan deformadas.

El cuerpo se nos presenta como una perfecta maquinaria formada por alrededor de 600 músculos cuya mi-sión fundamental es el mo-vimiento, pero de cuyo buen funcionamiento dependen el riego sanguíneo, la respiración, los movimientos digestivos y un largo etc. También son responsables los músculos de toda una serie de pequeñas acciones, tales como parpadear, girar la cabeza, caminar, transportar pesos o agarrar objetos con las manos. A cada movimiento corresponde un músculo o paquete muscular determinado.

Sin embargo, debido a nuestra forma de vida ejercitamos más unos músculos que otros, llegando incluso a apenas mover algunos, que poco a poco terminan atrofiándose, (tal es el caso de los encargados del movimiento de los pabellones auriculares, hace muchas generaciones los humanos éramos capaces de moverlos). Lo mismo sucede con otros músculos. Existen numerosas profesiones, que en el caso de las mujeres poseen unos porcentajes muy altos (secretarias, dependientas), que condicionan el movimiento de ciertas partes de nuestro cuerpo.

El empleo o no de determinados paquetes musculares hace que éstos se encuentren o no entrenados. En caso de no estarlo, los procesos metabólicos de estas zonas del organismo se encuentran sumamente ralentizados, es decir, el flujo sanguíneo es limitado y no cubre toda su extensión, por lo que tienden a atrofiarse. Por otra parte, las grasas que se producen en nuestro organismo como consecuencia de un exceso de alimentación tienden a almacenarse en alguna parte. Sin duda, estos depósitos encontrarán el lugar idóneo en aquellas zonas de escaso movimiento, diríamos semiparalizadas, ya que allí no molestan. El cúmulo de grasas en un sitio activo resulta impensable, ya que el ejercicio acentúa las funciones metabólicas y la fricción muscular desplazaría la grasa hacia otras zonas menos incómodas. Los organismos que producen más grasas de las que son capaces de quemar, las van almacenando en las zonas de poco movimiento, donde no tienen problemas, para incluso ir aumentando de volumen poco a poco con el tiempo.

La gimnasia se nos presenta como un deporte completísimo en el que todos, absolutamente todos los músculos del cuerpo, se trabajan ordenadamente y con mayor o menor intensidad según las necesidades de cada mujer.

La gimnasia de mantenimiento aumenta la masa muscular, y la potencia y flexibilidad de los músculos. Ayuda a adelgazar porque a mayor ejercicio físico, habrá más eliminación de calorías, pero lo que hace principalmente es formar la figura, en el sentido de la armonía y proporción en la distribución de la grasa corporal, a falta de flaccidez en los músculos, etc. Pero no sirve nunca como remedio milagroso para perder peso.

Para conseguir un estado de forma óptimo y un físico en condiciones se pueden practicar un gran número de deportes. La mujer, por su constitución física, tiene mayor facilidad para la práctica de determinados ejercicios que la distinguen del hombre: posee una notable superioridad en aquellos donde se desarrollan la elasticidad y la flexibilidad. La gimnasia es, en definitiva, la práctica de una serie de ejercicios encaminados a desarrollar aún más estas dos últimas facultades, que posee en mayor medida la mujer.

♦♦

Actualmente son más las mujeres que creen que deberían dedicar parte de su tiempo libre a compensar la falta de actividad y movimiento

♦♦

Pero no conviene perder de vista un extendido error: perder peso no significa exactamente adelgazar. Adelgazamos realmente cuando reducimos la cantidad de grasa inútil acumulada en las reservas corporales y no cuando pesamos menos kilos.

Por último añadiremos que la gimnasia tiene una ventaja sobre otros deportes: la facultad de poder trabajar a nuestro gusto y antojo determinadas partes de nuestro cuerpo; lo que no debe conducirnos a una práctica que no incluya un desarrollo armónico y equilibrado de todo nuestro cuerpo. Olvidar determinadas partes de nuestra anatomía por desarrollar en exceso otras, es error frecuente no sólo en gimnastas, sino moneda corriente en cualquier deportista que *sacrifica la armonía por la efectividad*.

El tipo de gimnasia de mantenimiento propugnado en este artículo nada tiene que ver con la gimnasia deportiva o de competición. Tampoco está demasiado cercana a la gimnasia de musculación o *body-building*, tan de moda en la actualidad. Se trata de una simple gimnasia básica encaminada a obtener una figura armónica y fundamentalmente un cuerpo sano. Una actividad física que puedan desarrollar un amplio porcentaje de mujeres con poca e incluso ninguna experiencia deportiva previa, y que ayudará a sus practicantes a sentar las bases para conseguir sus objetivos, así como para crear una afición y un deseo que, en caso de prender adecuadamente, continuará con seguridad en ellas durante toda su vida.

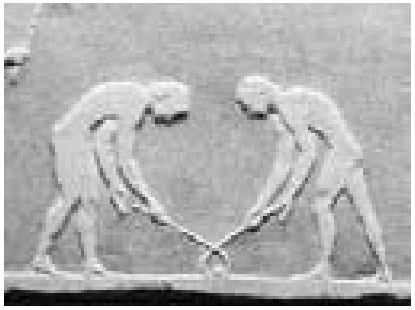
Como el objetivo de estas páginas es cómo hacer ejercicio para mantener y mejorar la salud, todas las precauciones que tomemos para asegurarnos de los beneficios y evitar los riesgos potenciales son pocas. Deberíamos por tanto de dar una serie de orientaciones sobre aquellas medidas que nos permitan realizar la actividad física con seguridad, incluyendo algunas cuestiones como las necesidades especiales al hacer ejercicio, desde la dieta hasta la ropa o el calzado, el lugar elegido, la adecuada respiración, la sudoración, la higiene o la prevención de las tan temidas agujetas, pero ello conllevaría alargarnos demasiado y serán por tanto, objeto de un próximo trabajo.

EL DESCONOCIDO MUNDO DEL HOCKEY

Celia Aguado Maestro
Profesora Asociada. UEX

"Se dice que, iniciando bien, el resto viene consecuentemente" (D. Millmannn).

Es evidente que por, varias razones, no hemos conseguido en España una uniformidad de criterios en cuanto al programa que deberían seguir los jóvenes durante su iniciación al hockey y con este propósito tras analizar esta cuestión en países como Australia, Alemania, Holanda, claramente avanzados respecto a nosotros en este aspecto, es clara la necesidad de mejorar y aunar criterios a la hora de programar la iniciación de nuestros niños en el mundo del hockey.



Estamos en un momento ideal para promulgar el hockey hacia altos niveles, al amparo de la creciente y progresiva construcción de campos de hierba artificial en nuestro país, lo que a buen seguro aumentará la popularidad y atracción hacia el deporte del hockey, con un seguro aumento de participantes y normalmente de la cantidad surge la calidad. Este es el futuro del hockey, un aumento progresivo de aficionados dispuestos a jugar y divertirse con este desconocido deporte.

Para conseguir un mayor número de jugadores es necesario que los mejores entrenadores estén en la base, pero eso no ha sido factible en el pasado ni lo será en el futuro. Los profesionales de mayor nivel se interesan por los equipos de élite que es donde se adquiere la fama y el éxito profesional.

El éxito del hockey aparecerá cuando se desarrolle como deporte de base tanto en las Escuelas, Centros de Enseñanza Secundaria y por último en la Facultad donde el niño y los jóvenes entren en contacto con este deporte, lo practiquen, se diviertan y disfruten con una actividad diferente y atractiva.

Para ello necesitamos un modelo para el desarrollo de las capacidades del juego en el hockey. El modelo que se entiende como un plan específico de formación para jugadores a partir de seis años, está subdividido en cinco niveles:

1.- Juegos de habilidades y capacidades básicas.
2.- Juegos para Mini-hockey.
3.- Juegos para el hockey 6:6.
4.- Juegos para el hockey 7:7 y 8:8.
5.- Juegos reglamentarios.

Jugar bien al hockey no solo requiere una correcta aplicación de los gestos coordinativos, técnicos de los movimientos tácticos y de las cualidades físicas, sino que significa que los jugadores de un equipo se entienden mutuamente y colaboran eficazmente en el campo, interpretando el juego de la misma manera. Aprender un gesto determinado, un flick, un pase... es una cosa y aprender a jugar al hockey es otra. Lo primero es una experiencia per-

sonal que se puede adquirir en los entrenamientos. Lo segundo es una experiencia colectiva entre varios jugadores que conocen las constantes en las que se basa la colaboración.

El hockey es un deporte en el que el jugador no está solo sino que tiene unos compañeros con los que colabora para conseguir un objetivo: ganar, pero ganar de una forma deportiva sana y divertida. Por tanto sin la colaboración no existiría el deporte del hockey, el entrenador es el encargado de enseñar a sus jugadores un lenguaje verbal y gestual que puedan utilizar para comunicarse en el terreno de juego.

Así como la capacidad de formar palabras y frases es un requisito de comunicación lingüística, el saber ejecutar las técnicas y tácticas más características del hockey puede ser considerado como base de una buena comunicación motriz. El jugador de hockey tiene que ser muy completo ya que se comunica con sus compañeros de tres formas distintas y en cuestión de segundos se produce la comunicación.

Por ejemplo, un jugador pasa la bola a un compañero que se ha desmarcado inmediatamente después de haber establecido contacto visual con él, quiere expresar con su situación al otro compañero “toma la bola y continúa mi acción de ataque haciendo algo efectivo”.

Es obligado decir que el hockey tiene diferentes modalidades:

- Hockey hierba.
- Hockey sala.

De las dos modalidades la más antigua es el hockey hierba que data del año 2.000 a. de C., mientras que el hockey sala es relativamente reciente y se origina a modo de entrenamiento en algunos países europeos que encuentran grandes dificultades para la práctica continuada en superficies de hierba natural. Por esta razón la competición reina es la de hockey hierba teniendo un rango superior en las competiciones internacionales.

En la actualidad se ha sustituido la hierba natural por la hierba artificial, debido a que la natural presenta irregularidades a la hora de desplazar la bola por la superficie produciéndose grandes fallos tanto ofensivos como defensivos, por esta razón se sustituyó la hierba natural por la artificial, ahora la bola se desliza uniformemente por la superficie a gran velocidad pero sin cambios repentinos de dirección o altura.

Como conclusión podemos decir que:

En la naturaleza cada cosa tiene su periodo de gestación. Lentamente la noche se convierte en un nuevo día, o una estación sigue a la otra, sin cambios bruscos o con una progresión imparable. Las plantas crecen de las semillas y cada ser humano, así también el jugador de hockey, debe pasar por una serie de fases de formación hasta alcanzar con el tiempo la madurez. Esto debe ser con una progresión y sin cambios bruscos porque la naturaleza no da saltos.

♦♦

Para conseguir mayor número de jugadores es necesario que los mejores entrenadores estén en la base pero eso no ha sido factible en el pasado ni lo será en el futuro. Los profesionales de mayor nivel se interesan por los equipos de élite que es donde se adquiere la fama y el éxito profesional.

♦♦

PARA SEGUIR LEYENDO

AGUILERA, F.: (1842). *Ojeada sobre la gimnasia, utilidad y ventajas de esta ciencia.* Imprenta Yenes. Madrid.

ALBADALEJO, L.: (1996). *Aerobic para todos.* Gymnos. Madrid.

ANDRES, de y AZNAR: (1996). *Actividad física, deporte y salud: Factores motivacionales y axiológicos.* Apunts: E. Física y Deportes, nº 46. Barcelona.

AFIÑO LAVIÑA, J.: (1996). *En forma: hacia la salud por el ejercicio físico.* Serbal. Barcelona.

BARREAU, J. y MORNE, J.: (1991). *Epistemología y antropología del deporte.* Alianza. Madrid.

BAYER, C.: (1986). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos.* Hispano europea. Barcelona.

BERGE, Y.: (1985). *Vivir tu cuerpo.* Narcea. Madrid.

BORES, N.J. y DÍAZ, B.: (1993). *La deportivización de la Educación Física en el currículo oficial de la reforma.* Perspectivas de la Actividad Física y el deporte. Nº 14.

CAGIGAL, J.: (1981). *¡Oh deporte!.* Miñón. Valladolid.

CORBELLA, M.: (1993). *Educación para la salud en la escuela. Aspectos a evaluar desde la Educación Física.* Apunts de la E.F. y el deporte. Nº 31.

DIEM, L.: (1978). *Deporte desde la infancia.* Miñón. Valladolid.

DURAND, M.: (1988). *El niño y el deporte.* Paidós / MEC. Barcelona.

F.I.E.P.: (1979). *Manifiesto sobre Educación Física y Deportes por Organismos Oficiales.* C.O.P.L.E.F. Madrid.

GARCÍA, M.: (1990). *Aspectos sociales del deporte.* Alianza. Madrid.

GARCÍA MANSO y otros: (1996). *Bases teóricas del entrenamiento deportivo.* Gymnos. Madrid.

GROSER, M. y otros: (1988). *Principios del entrenamiento deportivo.* Martínez Roca. Barcelona.

HAHN, E.: (1998). *Entrenamiento con niños.* Martínez Roca. Barcelona.

HEGEDÜS, J.: (1984). *La ciencia del entrenamiento deportivo.* Stadium. Buenos Aires.

HERNÁNDEZ, J.L. y VELÁZQUEZ, R.: (1996). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos.* MEC. Madrid.

HERNÁNDEZ MORENO, J.: (1994). *Análisis de las estructuras del juego deportivo.* Inde. Barcelona.

HERNÁNDEZ, J.: (1996). *Técnica, táctica y estrategia en el deporte.* Revista del entrenamiento deportivo. 10, 1, 19-20.

KNAPP, B.: (1981). *La habilidad en el deporte.* Miñón. Valladolid.

LAIN ENTRALGO, P.: (1987). *El cuerpo humano en Oriente y Grecia antigua.* Espasa / Universidad. Madrid.

MAHLO, F.: (1981). *La iniciación táctica en el juego.* Pueblo y Educación. La Habana.

MANNO,R.: (1994). *Fundamentos del entrenamiento deportivo.* Paidotribo. Barcelona.

MARCOS BECERRO, J.F.: (1989). *El niño y el deporte.* Rafael Santonja Gómez. Madrid

MORA, J. y otros: (1995). *Teoría del entrenamiento y del acondicionamiento físico.* Wandeceulen. Sevilla.

MOSSTON, M.: (1969). *Gimnasia dinámica.* Pax. México.

ORTEGA, R..: (1992). *Medicina del ejercicio físico y el deporte para la atención a la salud.* Diaz de Santos. Madrid.

PALACIOS, M.: (1978). *Deporte y salud.* Stella. Gijón.

PETRUS, A.: (1998). *El deporte escolar hoy. Valores y conflictos.* Aula de innovación educativa. 68, 6-10.

REYES, E. de los AMORÓS: (1961). *Adelantado de la Gimnasia Moderna. Su vida, su sistema.* Comité Olímpico Español. Madrid.

RUÍZ, L.M.: (1994). *Deporte y aprendizaje.* Visor. Madrid.

SAURA, J.: (1992). *Valores educativos del deporte.* Fundació pública d'estudis ilerdens. Lleida.

SINGER, R.N.: (1986). *El aprendizaje de las acciones motrices del deporte.* Hispano europea. Barcelona.

WEINECK, J.: (1988). *Entrenamiento óptimo.* Hispano europea. Barcelona.