



INTRODUCCIÓ:

UN ESPORT QUE ES VA FENT SEGONS EL DICTAT DEL TEMPS

Manuel Pérez, llicenciat d'E.F., director tècnic del Patronat Municipal d'Esports de l'Hospitalet del Llobregat.

Quan, l'any 1981, finalitzà a Barcelona el I Stage Alternatiu Europeu sobre esport recreatiu, es va començar a divulgar pel nostre país amb una notable celeritat un nou concepte de pràctica esportiva altament suggestiva per a aquells de qui depenia la responsabilitat de planificar i programar les ofertes esportives. L'esport recreatiu comportava la no-competició, la participació voluntària en la pràctica, la reglamentació del joc proposada i acceptada pels mateixos jugadors, la convivència social en el plaer del moviment, etc. En definitiva, es constituïa en un element d'avantguarda per a l'educació social i, alhora, en font de plaer i diversió.

Aquest nou model va tenir una gran acceptació perquè, entre d'altres coses, responia a la necessitat que sentien les forces progressistes que havien arribat al poder d'oferir un model de pràctica esportiva alternatiu a l'esport tradicional relacionat amb una concepció totalitària de la societat. Es buscava d'alguna manera un signe d'identitat en el terreny esportiu que coincidís amb les aspiracions de democratització social, i l'esport recreatiu reunia en la seva filosofia els elements necessaris.

Però l'intent de trasplantar al nostre sistema esportiu un model de pràctica centrat en el temps lliure, la finalitat del qual és clarament hedonista, entra en contradicció amb les concepcions socials d'avui que imposen una determinada imatge corporal; un aprofitament del temps lliure en funció d'ella. L'exigència d'un determinat model d'home i de dona que marca la societat del moment —éssers actius, estilitzats, bonics, somrients, etc—obliga a ocupar el temps d'oci en activitats, la finalitat de les quals comporta una millora de la imatge social per sobre de la finalitat merament lúdica que proposa l'esport recreatiu.

L'adopció i inclusió gairebé immediates del terme "recreatiu" en l'oferta esportiva va implicar un procés, fins a cert punt irreflexiu de mimetització de les ofertes existents en d'altres sistemes esportius més avançats i amb una més gran experiència pluridisciplinària, com els centreeuropeus.

De fet, una anàlisi de les actuals ofertes esportives de temps lliure demostra que, malgrat que moltes d'elles pretenen ser recreatives exclusivament, obeeixen unes finalitats d'aprenentatge (sobretot les dirigides a infants i joves) o de millora de la imatge física i social (programes de manteniment físic, aeròbic, etc). És clar que això no implica que estiguin mancades d'elements lúdics, però és necessari recordar la diferència que hi ha entre les finalitats que les promouen i les de l'esport recreatiu en la seva essència.

L'aportació més significativa del model recreatiu a l'oferta esportiva actual es troba en la introducció d'elements metodològics basats en el joc, fet que enriqueix el procés pedagògic global, al mateix temps que fa més agradable la pràctica física.

El moment de crisi que estem vivint (no tan sols socioeconòmic, sinó també conceptual pel que respecta a l'oci i el temps lliure) dificulta l'assumpció total de la filosofia de l'esport recreatiu. Encara tenim massa coses per fer abans de plantejar-nos una pràctica esportiva l'objectiu de la qual sigui divertir-se. De totes maneres, el model recreatiu està destinat a ocupar un paper predominant en l'espectre de possibilitats d'ocupació del temps lliure.

Aquest dossier pretén tractar el fenomen del "boom" d'ofertes esportives per al temps lliure i la seva pretesa identificació amb l'esport recreatiu a través d'articles que van des d'una reflexió sociològica sobre les tendències actuals de la pràctica física, a una anàlisi de les funcions que han de cobrir les persones que dirigeixen o haurien de dirigir les ofertes esportives considerades "de base", passant per una anàlisi del mercat actual pel que fa referència al tipus de pràctiques que s'ofereixen, així com una col·laboració sobre el tractament pedagògic que s'hauria de donar a l'esport de temps lliure.

Filosofia i característiques de l'esport recreatiu*

L'esport recreatiu existeix com a pràctica física eminentment lúdica des que l'ésser humà aprengué a jugar a través del moviment. De totes maneres, el seu estudi sistemàtic i la seva promoció, així com la sensibilització social envers aquest tipus de pràctica, corresponen a una època molt més recent.

L'origen del moviment d'esport recreatiu té la seva base en l'inici de la dècada dels seixanta, coincidint amb la difusió de les campanyes d'Esport per a Tots. En aquella època, el desenvolupament industrial, el creixement de les urbs i la recerca de la productivitat laboral, havien conduït al sedentarisme corporal. Tan sols els esportistes de competició mantenien un nivell important d'activitat



QUADRE I

	ORIGEN (1960-1970)	(1970-1980)	TENDÈNCIA ACTUAL
FILOSOFIA	Millora de la condició física	Recerca del "Sentir-se bé"	"Sentir-se bé" de manera continuada.
IDEA CENTRAL	Condició Física	Condició física i psíquica.	Continuïtat en la millora de la condició psico-somàtica.
TIPUS DE PRÀCTICA	"Trimming"	Joc (Plaer)	Aproximació lúdica de les disciplines esportives.

física. Aquesta situació estava deteriorant la qualitat de vida social, per la qual cosa, els responsables de l'època van veure la necessitat de sensibilitzar la població per tal que es moguéssin a través d'ofertes esportives que, sense refusar la competició, fossin "practicables" per la major part de la població. D'aquest fet va néixer l'"Esport per a Tots".

L'evolució de la filosofia que sustentava aquesta oferta des de la seva aparició fins ara, que es parla d'esport recreatiu, es pot analitzar en el quadre I.

En la pràctica d'esport recreatiu el més important ja no és la millora unilateral de la condició psicossomàtica, sinó l'experiència lúdica passa a ocupar la posició predominant com a objectiu central.

Es produeix una variació en el paper del joc, que passa de ser un element metodològic utilitzable per a assolir finalitats d'aprenentatge o "performance", a ser l'objectiu principal de la pràctica.

L'esport recreatiu no té com a objectiu principal la millora de les condicions de l'individu, encara que no es menyspreï com a objectiu secundari: es vol trobar el plaer de jugar com a finalitat prioritària. Es realcen els valors intrínsecs del joc.

Aquesta nova concepció de la pràctica ha motivat fins i tot que a Flandes s'hagin organitzat cursos de formació centrats específicament en la "traducció" recreativa d'una disciplina esportiva, a més dels cursos habituals de formació de monitors de pràctiques recreatives.

Característiques de l'esport recreatiu

L'esport recreatiu és un concepte comprensible d'esport i de formes esportives centrades principalment en la recreació, on poden aplicar-se regles oficials. El que més importa és el plaer, la diversió, sentir-se alegre i la possibilitat de tenir contacte social a través d'una pràctica en la qual tothom pot participar a la seva manera. Relacionem a continuació alguns aspectes que poden ajudar a aclarir el concepte d'esport recreatiu:

1. Tothom ha de poder participar sense que l'edat, el sexe o el nivell d'entrenament es converteixin en factors limitadors. Això permet una simplificació pel que es refereix a les regles del joc, el material necessari, el terreny de pràctica, etc.
2. Les regles poden ser creades i/o adaptades (a ells mateixos o a la situació) pels propis participants. Això implica una aportació creativa per part dels participants.
3. Hi ha possibilitats d'opció pel que fa referència al tipus d'activitats, com practicar-les, etc.
4. El fet de "jugar amb els altres" és més important que el de "jugar contra els altres". El fet de guanyar o perdre,

QUADRE II

EL JOC

VALORS	EXTRÍNSECS	INTRÍNSECS
	El joc és un mitjà per a assolir determinats objectius	Jugar pel plaer de jugar. El joc es constitueix en objectiu.
Es pretèn	Aprendre tècniques. Millorar la relació socio-afectiva. Millorar de les condicions de l'individu.	El plaer ARA.
Els objectius s'assoleixen:	Més tard. A mitjà i llarg termini.	En el mateix moment de la pràctica.

QUADRE III**ESPORT DE RENDIMENT EN COMPARACIÓ AMB L'ESPORT RECREATIVU**

	Esport de rendiment	Esport recreatiu
Objectius, motius, necessitats aspiracions	Buscar el rendiment absolut, els rècords: centrat en l'estima al públic, elecció, mobilitat social, guanyar diners.	Centrat en el plaer, la joia, la sociabilitat, la comunicació, el relax, la compensació, la salut.
Mitjans i formes	Les formes del concurs estan lligades a regles; un sol aspecte; repartiment en grups d'edat, de sexe i de nivell de performance, per tal que sigui possible la comparació absoluta. Biològicament limitada a una edat que permeti la performance. Selecció i formació de talents elitistes. Performances forçades pels sponsors i per l'opinió pública. Obligacions de concurs.	Formes lligades i d'altres no lligades a regles; multitud d'aspectes; grups heterogenis, adaptats a circumstàncies que més o menys depenen de l'atzar. Possibilitats life-time; Possibilitats per a tots. L'anonimat permet una elecció lliure de comportament. Cap obligació de concurs.
Manera de practicar	L'entrenament va adreçat a una comparació de performance ulterior. Més hores d'entrenament al dia. Entrenament molt fatigós entès com una obligació. Funcional, seguint un planning, econòmic; Mètodes d'entrenament imposats i formals. Formació autoritària per entrenador, acompanyament científic/"guardiana". Manera de viure força monòtona, guetto "ascesi". Estructura organitzadora estrictament definida.	Exercici i jocs centrats sobre el moment viscut en l'actualitat. Entrenament de tant en tant. Exercici adreçat al plaer. Es fan també coses que no són necessàries. Mètodes escollits lliurement. Participació democràtica. Manera de viure normal. Possibilitats d'organització variades
Conseqüències	Isolament, concurrència, rivalitat. Intercanvi social, comunicació, solidaritat i cooperació, sempre que contribueixin a l'augment de la performance.	Individualització com a emancipació, espontaneïtat, creativitat. Intercanvi social etc., com a valors en si mateixos.
Despeses i la seva motivació	Despeses elevades per a individu. Funció política-representació nacional. Funció de distracció (el "circ" de l'esport).	Despeses reduïdes per individu participant. Mesura social de formació i d'higiene. Possibilitat d'autorealització.

(Dieckert 1974)

element agonístic de la pràctica, passa de ser un objectiu al mitjà utilitzat per a divertir-se.

5. La pràctica recreativa no descarta l'aprenentatge, ja sigui d'habilitats i tècniques, o d'actituds.

6. Tot i que no sigui el seu objectiu principal, no s'ha de descartar l'esforç físic.

Els jocs esportius dins de l'esport recreatiu tenen una funció lúdic-social en front al paper de rendiment i aprenentatge de tècniques que impliquen la pràctica tradicional.

Per altra banda, tant l'esport recreatiu com el de rendi-

ment, tenen elements comuns de pràctica física, la qual cosa pot fer que es confonguin entre ells. L'accent que tinguin, tant els objectius a aconseguir com els elements de la pràctica, serà el principal factor de diferenciació entre ells dos. Una mateixa proposta de moviment pot deixar de ser recreativa si es considera el rendiment més important que la diversió.

Les diferències que hi ha entre l'esport de rendiment i el recreatiu es poden comprendre millor analitzant les característiques més representatives dels dos. (Vegeu quadre III).



Com dirigir la pràctica recreativa

En l'esport recreatiu l'animador de la pràctica juga un paper molt important, ja que, com que no hi ha pautes de comportament estandaritzades, és necessari mantenir un "feedback" continu durant la sessió per anar adaptant l'oferta de moviment a la situació que hi hagi en cada moment. L'animador no dirigeix, sinó que proposa, i sempre en funció de les característiques globals del grup amb el qual treballa. S'ha d'eliminar la prepotència del monitor-entrenador sobre el grup. Frases de tipus:

"Aquí teniu el joc. Aquestes són les seves regles:..."

"Només s'ha d'aplicar aquesta tècnica, que és la millor." "En l'esport s'ha de ser el millor". "Tan sols l'entrenador, que és qui més en sap, pot dir com s'han de fer les coses."

S'oposen a la filosofia de la pràctica recreativa. El treball de l'animador recreatiu ha de comportar una filosofia crítica i independent. Crítica respecte a les "obligacions" intrínseques a la pràctica esportiva tradicional, i indepen-

dent per a modificar-les i adaptar-les a les necessitats de la situació. Aquesta independència crítica respon a una determinada concepció de l'ésser humà i de la societat. L'essència del rol de l'animador recreatiu es troba en la següent cita de Carl Rogers:

"Si no tinc confiança en l'ésser Mimà, em veig obligat a saturar-lo d'informacions de la meua elecció per tal que no segueixi el seu propi camí, és a dir, l'equivocat. Per altra banda, si confio en la capacitat de l'individu humà per a desenvolupar les seves pròpies capacitats, puc oferir-li moltes ocasions per tal que es realitzi i al mateix temps, puc deixar-lo escollir el seu propi camí i la direcció que escolleixi per al seu aprenentatge."

NOTA:

* El text que continua està basat en les aportacions fetes per Paul de Knopp sobre les característiques de l'esport recreatiu. En concret es basa en els apunts facilitats per ell mateix a un curs organitzat pel BLOSO (Administració per l'EF, l'Esport i la Vida a l'aire Lliure) a Herentals (Bèlgica), el juny de 1982, per els alumnes de l'INEFC.

PUBLICACIONS INEF

Pel perfeccionament tècnic, didàctic i teòric dels professionals de l'activitat física.



Desenvolupament motor i psicologia. Josep Roca, P.V.P. 650 ptes.: Els plantejaments de la psicologia evolutiva aplicats al desenvolupament motor dispenen la falsa oposició entre aprenentatge i maduració. El desenvolupament motor es concibeix així com a desenvolupament psicològic i, en la mesura que això es així, es constitueix com l'evolució històrica individual de les funcions interactives que sorpeixen de la relació organisme ambient.



Judo infantil: pedagogia i tècnica. Cesar Páez, P.V.P. 700 ptes.: La pedagogia del judo planteja problemes diversos que *Judo infantil* delimita i solventa, explicant els continguts teòrics bàsics. Suggereix instruments tècnics, objectius pedagògics, sistemes de motivació i una adient planificació didàctica.



Temps de reacció i esport. Josep Roca, P.V.P. 625 ptes.: monografia dedicada als fenòmens perceptius i motrius en els quals la velocitat és un aspecte crític, pot ésser d'interès tant pels estudiants de psicologia -per la seva exposició de conceptes bàsics, metodològics i models teòrics com també pels professionals en l'àmbit de l'esport (entrenadors, licenciatos en educació física, etc.) L'esperança de contribuir a una més estreta col·laboració entre ambdós grups de professionals ha estat el motor principal d'aquest treball.

Elements de fisiologia aplicada a l'exercici físic. Joan Ramon Barbany, P.V.P. 625 ptes.: manual de clar i senzill plantejament didàctic, que parteix dels coneixements bàsics. Descriu els mecanismes fisiològics responsables del moviment i els processos d'adaptació de l'organisme a l'esforç físic.

Distribueix: ARC DE BARÀ, Lluïl, 10-14, 08005 Barcelona.