Nº 37, julio 1994, 500 ptas. (IVA incluido)

apunts

EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES



EDITORIAL

EL AERÓBIC, UN MERCADO CON RITMO CORPORAL

El aeróbic es un negocio que funciona. Desde los polideportivos de barrio o desde gimnasios pequeños y grandes, el aeróbic prolifera rápidamente. Entre el *stretching*, el *body building*, la sauna, los rayos UVA, los baños, el *jacuzzi*, la dietética, etcétera, el aeróbic se corona como favorito. Triunfa por encima de todo pronóstico una gimnasia con ritmo corporal, cuyos elementos son tan antiguos como la gimnasia misma y, sin embargo, actualmente, su sincronía tiene aceptación en gran parte de la población.

El aeróbic enfatiza tres aspectos: ambiente, belleza y recuperación de la forma. Si bien estos conceptos funcionan comercialmente, son, por otra parte, objeto de muchas críticas. Desde los profesores que se adhieren repentinamente al *affaire*, adoptando razonamientos —teóricos, seductores— que aseguran la necesidad de estos movimientos, hasta aquellos profesionales que se cuestionan que el método es más dudoso y que no tiene nada de bueno.

Para que siga siendo negocio y sea comercial es necesario mantener un aire innovador que garantice y consolide una imagen de marca, que sólo a través de profesionales, bien procedentes del mundo del espectáculo (cine, teatro...) bien técnicos cualificados, se puede garantizar.

La inquietud para los profesionales que enseñan aeróbic es el objetivo mismo de esta técnica y la diversidad de personas que quieren practicarlo: niños, adolescentes, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad. Si la homogeneidad relativa en los grupos de trabajo es la piedra angular de cualquier tipo de enseñanza, en el aeróbic la desigualdad de estos grupos conlleva grandes problemas a la hora de plantear objetivos claros. Este tipo de técnicas necesitaría profesionales preparados que supervisaran dicha actividad. En la actualidad, la proliferación del aeróbic hace que, en muchos casos, se realice sin control, ya que no se exige la formación y los recursos pedagógicos necesarios para enseñar aeróbic.

La preocupación fundamental para el futuro inmediato del aeróbic es la justificación de su necesidad, que parece estar asegurada —haciendo las adaptaciones oportunas— tanto para señoras de avanzada edad con sobrepeso hasta la bella modelo preocupada por mantener su carrera, pasando por las secretarias, los médicos, los restauradores, los pintores, los publicistas...

Estas formas que toma la actividad física en la actualidad no creemos que procedan de los juegos olímpicos, más bien sirven para la autocomplacencia; en definitiva, para justificar un modelo de narcisismo a lo occidental.

El aeróbic se configura como un tipo de estética que se pone de moda y, por ello, se generaliza y se masifica como un mercado con ritmo corporal.

Javier Olivera Betrán,
Profesor de Historia y Sistemas de la Educación Física, INEFC-Lleida.
Alberto Olivera Betrán,
Estudiante de 5º curso, INEFC-Lleida.

PARALELISMOS Y DIFERENCIAS ENTRE LOS JUEGOS PANHELÉNICOS Y LOS JUEGOS OLÍMPICOS MODERNOS

Resumen

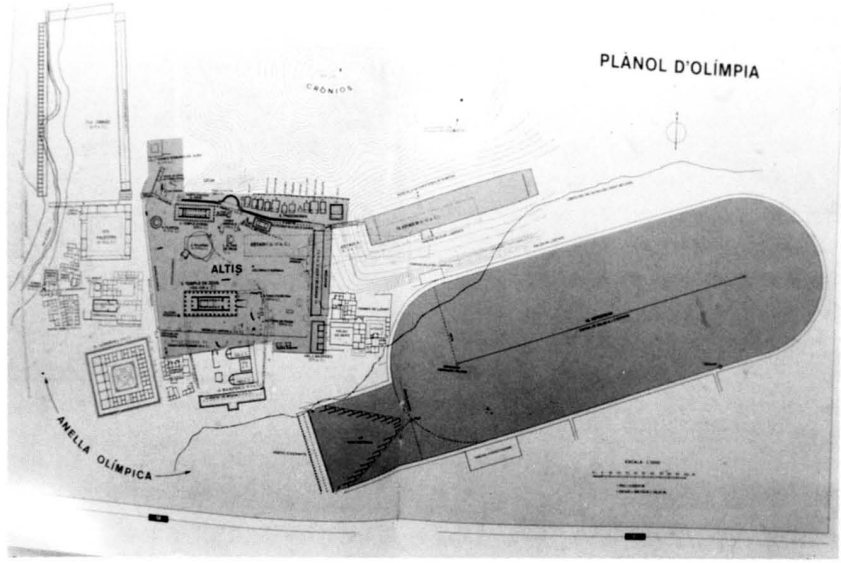
Los juegos panhelénicos fueron unas fiestas unitarias de carácter religioso y agonístico que los antiguos griegos celebraban periódicamente para honrar todos juntos, a pesar de la diversidad política, a sus dioses comunes. Pierre de Coubertin tomó este modelo y lo trasplantó a la época contemporánea; desde entonces, el movimiento olímpico y su producto, los juegos olímpicos modernos, han cambiado mucho, y se han convertido en el fenómeno social más importante de nuestra época. A través de un análisis interpretativo comparativo, realizamos una analogía entre los juegos panhelénicos y los juegos olímpicos modernos, y concluimos, a continuación, con una prospección sobre el presente y el futuro de los juegos olímpicos de la posmodernidad.

***Palabras clave*: juegos panhelénicos, juegos olímpicos modernos, agón griego, deporte de elite.**

Todavía resulta frecuente la consideración idílica y ejemplar de los juegos panhelénicos (1), entre ellos los juegos olímpicos, sin duda, los más famosos de la antigüedad clásica, los cuales son presentados como el gran paradigma del juego moderno, además de constituir, para un núcleo importante de autores, el primer origen del deporte institucionalizado. Numerosos y relevantes historiadores de nuestra época muestran una fuerte inclinación a minimizar las diferencias y a exagerar las semejanzas entre los antiguos agones griegos y el deporte actual.

Examinando con detenimiento las características de aquel magno acontecimiento de la antigüedad y los juegos olímpicos modernos, y comparándolas con las de una manifestación aparentemente similar de nuestra época, como son los juegos olímpicos de la era contemporánea, observamos que presentan notabilísimas diferencias que es preciso determinar. Analizando los diversos aspectos y elementos que caracterizan a cada manifestación y contextualizando ambos eventos en épocas diferentes, podremos discernir con suficiente claridad ambas realidades.

Al abordar un análisis comparativo de los juegos panhelénicos de la antigüedad y los juegos olímpicos modernos, debemos tener presente el contenido básico del programa de ambas celebraciones. Los primeros presentaban pruebas de diversa índole, denominadas agones (2) por los griegos antiguos, y que podríamos clasificar en agones físicos (atléticos, luctatorios, bélicos e hípicos), agones musicales y agones culturales (poesía, declamación, retórica, teatro, etcétera). Dichas pruebas estaban perfectamente amalgamadas en el programa como un todo unitario, constituyendo la fiesta cuadrienal (Juegos de Delfos y Juegos de Olimpia) o bienal (Juegos de Nemea y Juegos de Istmia). Los juegos olímpicos modernos tienen como contenido básico el deporte, y en ellos están programadas, asimismo, unas jornadas culturales que constituyen un auténtico apéndice del programa deportivo y una reminiscencia del pasado, pues su desarrollo pasa casi totalmente desapercibido para el gran público y los medios de comunicación social.



Plano de Olimpia. La ciudad sagrada situada al pie del monte Kronos, con todos sus edificios. Podemos observar los diferentes emplazamientos del estadio en sus tres reconstrucciones

Desde nuestro punto de vista, he aquí una de las grandes diferencias entre los juegos de ayer y hoy: el deporte. Éste es un producto de nuestra época que surge en un contexto muy determinado, occidental, industrial y urbano, y que representa unos valores muy precisos, plenamente vigentes en nuestra civilización actual, en la que el ocio es la característica más notable de la misma —se la ha denominado "civilización del ocio"—, y el deporte es la oferta de ocio más utilizada entre la gran masa de la población.

No podemos decir con rigor que los agones físicos de los antiguos juegos panhelénicos constituían deporte, ya que la civilización a la que pertenecían dichos juegos estaba enmarcada en otro contexto histórico, con sus parámetros sociales, económicos, filosóficos, políticos, culturales y religiosos. Los juegos antiguos gozaban de gran fama y prestigio para la sociedad de su época porque eran unas manifestaciones de carácter religioso que reunían a los personajes más notables de la antigua Hélade; por ello se erigieron en el evento social y político más importante de su tiempo. Los juegos se convirtieron, además, en la fiesta mayor de todo el pueblo griego, estructurado en *polis* (3)—ciudades estado— y muy dividido políticamente. En tales acontecimientos se reflejaban y representaban las actividades culturales más notables de su civilización, actividades cotidianas que formaban parte de su educación. Si hacemos un estudio pormenorizado de cada una de las sociedades, determinando las características de los agones y el deporte como contenidos básicos de las diferentes culturas en la civilización clásica griega y en nuestra civilización contemporánea, detectaremos con precisión las diferencias entre estas prácticas corporales. Ambas están interrelacionadas: la primera es la que precede y marca el modelo de lo que será, con posteridad, el deporte espectáculo. Sin embargo, constituyen actividades claramente diferenciadas, cada una de ellas está perfectamente



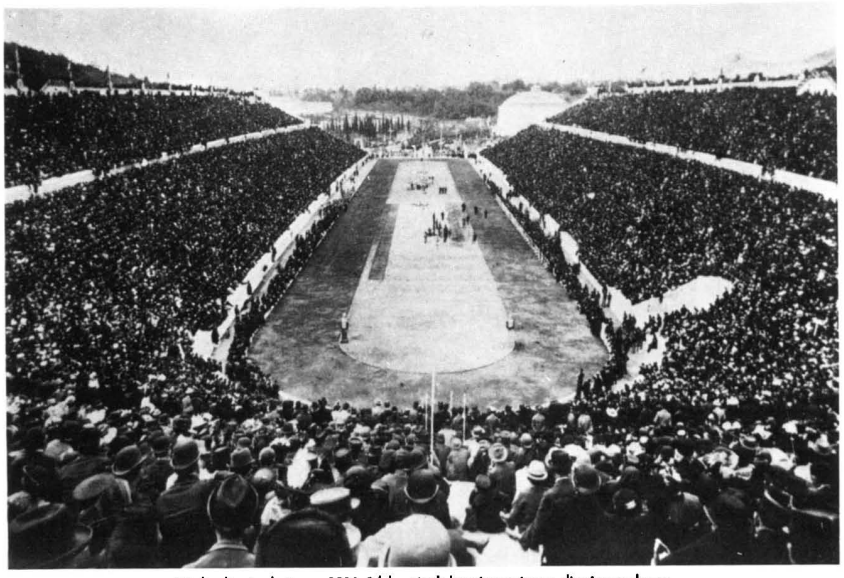
Estadio olímpico de Los Angeles. Policromía de banderas en la ceremonia de inauguración de los Juegos Olímpicos de 1984

contextualizada en su entorno sociocultural y, por tanto, pertenece a la mentalidad de su momento histórico.

A partir del supuesto de que ambos productos culturales, los agones físicos y el deporte, fuesen similares, hemos de admitir el hecho de que ambos se dan, como mínimo, en un interregno de 1.503 años de diferencia (del 393 d.C., año de la última edición de los juegos panhelénicos, al 1896, primera olimpiada moderna) y, por descontado, en un contexto bien diferenciado. El tipo de subsistencia, la estructura sociopolítica, las ideas filosóficas y religiosas, las mentalidades, el concepto de cuerpo, la tecnología y la valoración del tiempo libre son diametralmente diferentes en ambas celebraciones.

Unas en plena civilización clásica, ubicadas en sedes fijas del territorio de la actual Grecia, en una sociedad esclavista con la participación restringida a los griegos libres de sexo masculino, los cuales eran seleccionados en función de su calidad estética y rendimiento para competir en un elenco de pruebas muy determinado, todas de carácter individual. Se competía en honor de los dioses comunes, Zeus, Apolo, Poseidón y de su propia *polis*, hasta llegar a la extenuación y la muerte, si era preciso; la victoria no era importante para el honor de los participantes, ya que la misma era designio de los dioses, sino que lo mesurable era el carácter, la valentía y la nobleza de espíritu puesta en juego a lo largo de la competición.

Las otras, en plena civilización del ocio, son universales y representan el fenómeno social más importante de nuestra época. Se celebran con la misma periodicidad y los medios de comunicación social llevan los distintos acontecimientos que acaecen en su seno a todos los rincones del planeta. Participan en su organización (COI) la mayoría de los países de la Tierra, las sedes de celebración de los juegos olímpicos son cambiantes en función de la oferta que presenten, ya que éstos pertenecen al mundo (según palabras de J.A. Samaranch, presidente del COI, en una entrevista que concedió a la revista *Fortuna Sports*, enero de 1991, p. 105-109). Los atletas que compiten son seleccionados en función de sus marcas y no existe discriminación por raza, sexo, religión o ideología. Las pruebas son de carácter individual y por equipos, y existe un número enorme de ellas, distribuidas entre los 25 deportes del programa olímpico y tres del programa de deportes de exhibición, lo que genera una participación creciente de atletas, en torno a los 10.000. Se magnifica la victoria y se



Estadio olímpico de Atenas, 1896. Celebración de los primeros juegos olímpicos modernos

compite para ganar por encima de cualquier otro objetivo, con el fin de obtener recompensas económicas y prestigio social, en representación, a su vez, de su patria, raza, bandera e ideología.

Los juegos panhelénicos y los juegos olímpicos modernos representan ambos una dramatización del conflicto; los primeros con ánimo de rendir homenaje a sus dioses comunes, y los otros con ánimo "de rendir homenaje al advenimiento sucesivo de las nuevas generaciones" (Pierre de Coubertin, 1935) como fiesta universal para lograr la paz y la concordia entre todos los pueblos del mundo, según palabras de Pierre de Coubertin (4).

Los objetivos concretos e individuales de los atletas en los juegos de la antigüedad eran la estética, el rendimiento en el desarrollo de los agones y obtener un buen nivel de preparación higiénico-físico-militar que les permitieran sobrevivir en unos tiempos de gran inseguridad, en los que la vida dependía frecuentemente de las destrezas y la fortaleza de sus cuerpos.

En los juegos olímpicos modernos, el deportista hipervalora el triunfo por encima de todo y, por tanto, busca el rendimiento como objetivo fundamental, en detrimento del canon de belleza y salud. El deporte de alta competición, propio de los juegos olímpicos, no transmite un modelo de salud, sino que busca imperiosamente la victoria, para lo cual castiga con exceso de entrenamiento al propio cuerpo, robotiza sus conductas técnicas y busca la ayuda, a veces, de estímulos artificiales (fármacos, recursos biológicos, *stress* psíquico, etcétera) para obtener un rendimiento máximo.

Ambos acontecimientos representan la cultura del narcisismo que, en la antigüedad, se plasmó en el nudismo de los atletas que participaban en los distintos agones y en los cánones de belleza griegos, con sus medidas ideales y el levantamiento de hermosas estatuas de los vencedores griegos (5), desnudos, que fueron erigidas en el recinto sagrado para honor y gloria de los juegos y recuerdo para la posteridad. En los juegos olímpicos actuales, el deporte también representa perfectamente la cultura del narcisismo, que es la cultura avanzada del mundo occidental postindustrial. Los deportistas son inmortalizados por la fotografía, el vídeo, la televisión y el cine; estamos en la civilización de la imagen y la comunicación audiovisual, a través de la cual se transmiten signos, símbolos y valores.

En la Grecia arcaica existía el concepto unitario del cuerpo; allí no aparece clara la diferencia entre alma y cuerpo, como ocurrirá más tarde con filósofos como Platón y Aristóteles, impulsores del dualismo que consolidará y difundirá el cristianismo.

En Esparta se acentuó el carácter militar de los ejercicios físicos y desde muy temprano se inculcó a los ciudadanos la necesidad de fortalecerse y prepararse físicamente, incluso con prácticas violentas, con objeto de servir y defender a la patria. Es el concepto de estados comunista y totalitarios. En Atenas, el otro gran modelo (6), comenzó una percepción del cuerpo como valor estético; los ejercicios eran un medio para alcanzar el equilibrio y la armonía en el desarrollo del hombre y no ya la fortaleza con fines militares. Las prácticas físicas buscaban el ideal supremo de los atenienses, la *kalokagatia* o síntesis de lo bello —*kalos*— y lo bueno —*agatos*—. Existía un verdadero culto a la belleza física unida a las virtudes intelectuales y morales; el modelo formativo dominante suponía que la elegancia del cuerpo garantizaba la armonía interior y viceversa, de ahí que, en los primeros tiempos, el ideal educativo lo constituía el buen atleta, y buena parte de la educación se realizaba a través de la práctica de los agones.

En nuestra época asistimos a una recuperación del cuerpo, a una auténtica resurrección de la carne, con la que han aparecido una serie de pedagogías de liberación del cuerpo que surgen de una concepción básicamente naturalista del hombre, y que ponen en lo corporal todo su énfasis y consideran el espíritu como un apéndice de lo corporal: es el "dualismo invertido". En el ámbito cultural, dos corrientes ideológicas han tenido especial importancia en esta recuperación del cuerpo: la contracultura juvenil de la década de los años sesenta y la ideología feminista, la cual no era independiente de la anterior. Estas dos corrientes y otras convergen en la revolución cultural de mayo de 1968, cuando se produjo la revuelta del cuerpo. El deporte colabora en el proceso de recuperación del cuerpo, pues en el

momento de su nacimiento el estatuto del cuerpo era mínimo, y participa de la idea de recuperar la imagen y ritualización del cuerpo. Se pasa de un cuerpo oscuro a un cuerpo triunfante, a través de la cultura del narcisismo.

Pero el concepto del cuerpo en la antigua Grecia era diferente del concepto del cuerpo que tenemos actualmente. En aquella época era imprescindible poseer un cuerpo fuerte y diestro para la propia supervivencia, en unos tiempos en los que existía una auténtica inseguridad y la vida dependía de uno mismo, ya que el Estado no se responsabilizaba de perseguir y castigar al homicida social, como ocurre en nuestra sociedad. Por otra parte, las frecuentes guerras obligaban a los ciudadanos a enrolarse en los ejércitos de sus respectivas *polis*, con el fin de salvaguardar sus intereses y defender el honor y la independencia de su ciudad, de su gente. Las prácticas corporales eran necesarias para lograr una correcta educación, en la que el cuerpo gozaba de una gran consideración, y, sobre todo, para conseguir el *ethos* guerrero, totalmente imprescindible para su supervivencia (el *ethos* griego aseguraba con mucho la supervivencia y el dominio de sus ciudadanos sobre los esclavos, extranjeros y demás dominados).

Producto de todo lo anterior, observamos que, entre los griegos, poseer un cuerpo fuerte, armónico y bello era de vital importancia para ocupar cargos de mando y responsabilidad, al igual que en nuestra sociedad se precisan dotes de gestión e inteligencia para las mismas funciones. No es de extrañar, por tanto, que los juegos panhelénicos, que son el reflejo y escaparate de toda la diversidad helénica de su época, considere como fundamentales en los respectivos programas los agones corporales, en su total y máxima expresión, practicados desnudos y a pleno rendimiento.

De hecho, los hombres que demostraban fuerza física, agilidad, coraje, resistencia y, por tanto, habían triunfado en los grandes juegos, tenían muchas posibilidades de obtener una elevada



Mapa geográfico de la antigua Grecia. Podemos observar la división política y las *polis* —ciudades-estado— más importantes tanto a nivel económico como político y militar. También se destacan los cuatro grandes juegos panhelénicos —Olimpia, Delfos, Istmia y Nemea— y dónde estaban ubicados en el contexto geográfico de la antigua Grecia

posición social y política en su ciudad natal. Con frecuencia, los participantes de los juegos panhelénicos procedían de buenas familias (7), ya que la participación en estos festivales implicaba un largo y costoso entrenamiento que únicamente las personas adineradas podían permitirse.

Análisis interpretativo/comparativo del deporte de elite y los antiguos agones griegos

Análisis secuencial del deporte de elite

El deporte de alta competición es el contenido básico de los juegos olímpicos; también se le denomina "deporte espectáculo", pues en torno a él se genera una gran expectación, traducida en miles y miles de deportistas pasivos: los espectadores. Al deporte de elite se le contrapone la práctica del deporte, también denominada "deporte para todos", "deporte praxis', etcétera. Éste se realiza fundamentalmente con fines recreativos y se desarrolla de forma más o menos espontánea por millones de personas en todo el mundo; el fin buscado es la fruición.

Con el fin de realizar una disección de deporte de alta competición de nuestra época, vamos a realizar un análisis teleológico secuencial de los ámbitos de actuación político, económico, ético, humano, de la salud y competitivo/deportivo. Somos conscientes de los riesgos que entraña un análisis basado en el enfoque teleológico que planteamos (del griego *telos*, que significa fin u objetivo), ya que éste puede hacernos caer en la tentación de hacer ideología por las categorías y valoración que establecemos. Sin embargo, hecha esta aclaración contra la excesiva subjetividad de las categorías, y, sobre todo, por las valoraciones expuestas, abogamos por la fórmula propuesta en aras de la claridad y precisión en el análisis interpretativo/comparativo que nos hemos propuesto (ver cuadro 1).

Análisis secuencial de los agones panhelénicos

Los agones que se realizaban en los juegos panhelénicos eran de diversas cla-



Aspectos positivos	Aspectos negativos
Ámbito político	
Liberalización de tensiones sociales	*Chauvinismo*
Prestigio nacional	Manipulación ideológica
Creación de unos vínculos de solidaridad	Institucionalización estricta por entes con intereses
Universalismo	Transmisión de valores implícitos de carácter ideológico
Método viable para conseguir la unión pacífica de los pueblos	Influencia de los *mass media*
Fiesta	
Ámbito económico	
Programación y planificación de actividades	Mercantilismo (SA, *meetings*)
Funcionamiento empresarial	Trabajo (pérdida clamorosa del sentido lúdico del deporte)
Estructura social básica del deporte: el "club" (que funciona como una empresa, en principio, sin ánimo de lucro y con una función social)	Espectáculo/espectadores
	Dinero (transacciones, fichajes)
Ámbito ético	
Fair play (juego limpio)	Violencia
Aceptación de estructuras y normativas vigentes	Trampas
	Doping
Sentido de la justicia	Alienación
Aceptación de la autoridad	Juego sucio
Disciplina	Injusticias
Capacidad de trabajo	Sanciones
Solidaridad	"Cosificación" de la persona (carta de libertad, retención...)
Aceptación de la regla	
Aceptación de las sanciones	
Ámbito humano	
Trabajo de equipo	Exclusivismo
Superación	Pasión
Gozo, placer, fruición	Estimulación artificial
Modelización de las conductas positivas	Frustración
Humanización	Deshumanización
Capacidad de lucha	Selección de talentos
Capacidad de esfuerzo	Alienación
Disciplina	Modelización de conductas a menudo negativas
Sentido de la responsabilidad individual y colectiva	Creación de grandes masas de deportistas pasivos (espectadores)
Ámbito de la salud	
Práctica corporal	Abuso exagerado del cuerpo (energética, mecánica y estructuralmente)
Actividad lúdica	Lesiones
Obtención de un forma física	Fármacos
Obtención de una estética corporal	Utilización de recursos no naturales para la mejora del rendimiento
Liberación de tensiones físico-psíquicas	Jugar con el estrés físico y mental
Canalización de la agresividad	
Autoconocimiento del cuerpo	
Aceptación de la autoimagen	
Valoración del entrenamiento racional	
Ámbito deportivo	
Representatividad	Superespecialización
Aprendizaje de patrones físico-técnicos	Jerarquización
Desarrollo de la inteligencia abstracta: táctica y estratégica	Limitación de conductas motrices
	Robotización
Sentido de la responsabilidad individual y colectiva	Niveles de práctica de alto riesgo
	Pérdida del carácter lúdico

Cuadro 1. Deporte de elite

ses: atléticos, luctatorios, bélicos, hípicos, musicales y culturales. Todas las pruebas eran de carácter individual y acudían a los juegos los especialistas más destacados en cada una de las disciplinas, con objeto de llevarse el valioso trofeo de campeón, una corona de ramas de olivo, laurel o apio que, en el fondo, era un gran reconocimiento social por la victoria y el hecho de quedar inmortalizado para la posteridad. Parece ser que sólo existía un premio para cada prueba. Para castigar las diversas infracciones se dispusieron sanciones políticas, económicas, agonísticas y corporales.

Con objeto de establecer un estudio detallado de los agones físicos que se desarrollaban en los juegos panhelénicos vamos a realizar, al igual que en el caso de los deportes de elite, un análisis teleológico secuencial de los ámbitos de actuación política, económica, ética, humana, de la salud y competitivo/deportiva, con el fin de conocer las características, símbolos y valores que, según nuestra opinión, definían a los antiguos agones griegos en los grandes juegos (ver cuadro 2).

- En el ámbito político, observamos, dentro de los aspectos positivos, la idea de reunión en torno a una fiesta de carácter agonístico/deportivo. Los juegos olímpicos intentan extrapolar de los juegos panhelénicos esa idea de unión pacífica de todos los pueblos helénicos, a través de una celebración cuadrienal, durante la cual se interrumpen los conflictos gracias a la Tregua Sagrada. El intento coubertiniano, más o menos continuado por el COI, consiste en extender la fiesta a escala planetaria, procurando que ésta sea un acto de hermandad entre todos los pueblos de la Tierra. Se trata de convertir a los juegos olímpicos de nuestra era no en el movimiento de masas más importante de nuestro tiempo, que ya lo es, sino en el símbolo de paz por excelencia entre todos los pueblos de los cinco continentes, como se representa en

Aspectos positivos	Aspectos negativos
Ámbito deportivo	
Comunicación motriz Desarrollo de un sentido estético del movimiento Conocimiento de los rasgos característicos del jugador a través del juego.	Actividad física no racional que tiende al agotamiento Codificación competitiva estricta e inviolable Respeto a la autoridad y a la institución, aceptando incluso la injusticia Prohibición de poder practicar otros deportes Institucionalización de trampas de carácter deportivo

Cuadro 1. **Deporte de elite.** Continuación

Aspectos positivos	Aspectos negativos
Ámbito político	
Liberalización de tensiones políticas Participación de todo el mundo helénico Se genera un sentimiento de unidad étnica, religiosa, cultural, lingüística y política Constituyen un medio para dirimir las diferencias de forma pacífica Lograr la unión entre todas las *polis* Organización neutral de una misma sede Aceptación de la tregua sagrada Asambleas políticas del mundo griego Fiesta	Ostentación de fuerza, poder y riqueza Representación/transmisión mensajes ideológicos: Atenas/Esparta *Chauvinismo* de las *polis* Prohibición de la participación de los extranjeros Intentos de construir atletas de Estado subvencionados Se aplicaron sanciones políticas
Ámbito económico	
Funcionamiento institucional que actuaba con criterios empresariales El Senado o Consejo Olímpico, y su equivalente en los otros juegos, programaba y administraba su desarrollo Los atletas se formaban y entrenaban en los estadios, gimnasios y palestras de las respectivas *polis*	Existían sanciones económicas para castigar las infracciones En la época de decadencia de los juegos, se dieron casos de profesionalismo Hubo casos de compra directa de atletas para que participase con otra *polis* distinta a la suya
Ámbito ético	
Existía el código del honor del héroe griego Aceptación de las estructuras y normativas vigentes Aceptación de la autoridad Disciplina Capacidad de trabajo Aceptación de la regla Aceptación de sanciones	Violencia Muerte en competición aceptada con beneplácito, como un designio de los dioses Sanciones agonísticas y corporales Trampas Injusticias Gran embrutecimiento de los agones luctatorios: jóvenes/adultos
Ámbito humano	
Humanización Modelos de conductas positivas Gozo, placer, fruición Desarrollo del concepto del honor en el héroe griego Capacidad individual de esfuerzo y lucha Superación Respeto al adversario, a jueces y a reglas	Deshumanización Modelos de conducta negativa Sufrimiento, dolor, muerte Alienación y fanatismo Frustración No existe el esfuerzo colectivo Brutalidad y violencia Exclusivos para la elite

Cuadro 2. **Antiguos agones griegos**

el emblema olímpico, creado por el propio Pierre de Coubertin.

Entre los aspectos negativos, existe una cierta similitud en ambas celebraciones, ya que, en ese magnífico escenario, las *polis*/naciones más poderosas tratan de transmitir, de igual forma en las distintas épocas, un mensaje de poderío, superioridad y dominio. En los juegos panhelénicos se establece una rivalidad entre los atletas de Esparta y Atenas, sobre todo en la época clásica, cuando ambas representaban dos modelos de Estado bien diferentes, una disputa que pronto desembocó en la cruenta guerra del Peloponeso. Hasta hace bien poco, la rivalidad era entre los países del Este y del Oeste, comunistas y capitalistas, igualmente con dos modelos sociales muy definidos, que bien pudiera encontrar un gran paralelismo con la de los grandes rivales helénicos.

- En el ámbito económico se observan diferencias. En los juegos panhelénicos, que siempre se celebraban en las mismas sedes, existía un consejo gestor y organizador que preparaba los eventos y era el encargado de la organización técnica y económica (en el caso de los juegos de Olimpia, este consejo se denominaba el Senado o Consejo Olímpico, y era el más alto organismo director colegiado). Sus miembros eran elegidos y, a pesar del carácter ritual y religioso de los juegos, éstos no pertenecían a la clase sacerdotal.

Actualmente, el COI es la organización mundial propietaria y encargada de la organización y supervisión de los juegos olímpicos de nuestra era. Este órgano mundial delega en una ciudad para que organice de forma específica los juegos de un año determinado. Los acontecimientos son diametralmente distintos en cuanto a su ámbito de actuación y presupuestos, ya que en un caso nos encontramos con unos actos regionalistas, en un contexto sociohis-



Aspectos positivos	Aspectos negativos
Ámbito de la salud	
Actividades lúdicas y corporales	Abuso exagerado del cuerpo
Obtención de una forma física	Sobreentrenamiento
Obtención de una estética corporal	Lesiones y secuelas físicas de por vida
Liberación de tensiones físico-psíquicas	Excesiva agresividad, pasión y violencia
Canalización de la agresividad	Ansiedad y estrés físico y mental por la presión social
Autoconocimiento del cuerpo	Excesiva importancia en el cuidado del cuerpo, en detrimento de otros valores del hombre
Aceptación de la autoimagen	Prácticas de entrenamiento paramilitar
Valoración del entrenamiento racional	Los cuerpos débiles eran despreciados y los deformes, eliminados
Descubrimiento de la importancia de la dieta y del cuidado del cuerpo	
Mejora de las capacidades físico-psíquicas para la supervivencia	
Gran estatus social por los cuerpos sanos y fuertes	
Mejora de la raza	
Ámbito agonístico	
Responsabilidad individual	Abandonos, huidas y falta de espíritu de competición
Aprendizaje de técnicas específicas	Excesiva especialización
Desarrollo de la estética del movimiento	En algunas pruebas, acciones rudas y violentas
Conocimiento de los rasgos caracteriales del atleta durante la ejecución del agón	Limitación de las conductas motrices a las específicas
Autoconocimiento de las posibilidades y limitaciones del atleta en cada agón	Niveles de competición con alto riesgo para la integridad física de los atletas
Conocimiento de los sistemas de entrenamiento	Pérdida del carácter lúdico
Capacidad de programar y planificar las competiciones en el circuito panhelénico	Competiciones excesivas con tendencia al agotamiento
Representante del nivel agonístico de la *polis*	Existían sanciones agonísticas, lo que demuestra la frecuencia de las irregularidades
Trabajo, superación y perfección técnica	No podían participar las mujeres

Cuadro 2. Antiguos agones griegos. Continuación

tórico de grandes limitaciones técnicas, y, en otro, con un acto universalista en la era de las telecomunicaciones y grandes recursos tecnológicos. Las diferencias presupuestarias y la complejidad en la organización son brutales.

Jamás se ha dado una civilización que desprecie el valor material del dinero, y la civilización helénica tampoco resultaba una excepción. Por ello, existían en los juegos sanciones económicas y "fichajes" de atletas de una *polis* por otra, cosa que estaba muy mal vista. Sin embargo, a pesar de la existencia de estas sanciones y de ciertas irregularidades, como los fichajes, sobornos y ayudas económicas, éstas eran excepción, ya que los atletas clásicos, en la buena época de los juegos, no recibían premios materiales por sus victorias; más adelante, y conforme avanza la decadencia de los juegos panhelénicos, a partir sobre todo de la dominación romana, aparece el profesionalismo, lo que favorece y acrecienta su degeneración. Las recompensas por la victoria se concretaban en el reconocimiento social, la proyección política y en la satisfacción de haber honrado al dios de los juegos.

Nuestra civilización está inmersa en una crisis de valores espirituales, en la que prima por encima de todo lo material. El deporte de elite, base de los juegos olímpicos, no es ajeno a ello, por lo que el materialismo deportivo es omnipresente con los estímulos básicos de los deportistas participantes en los juegos. La vieja idea coubertiniana de mantener una participación *amateur* en los juegos olímpicos, a imagen y semejanza de los antiguos juegos, ha sido superada por el ritmo y la dinámica de los tiempos actuales. Ha sido J.A. Samaranch, el actual presidente del COI, el que ha liberalizado la participación a todos los atletas del mundo, *amateurs* y profesionales, cerrando una triste y conflictiva etapa en la que la hipocresía y el engaño eran monedas de cambio corriente. Los juegos olímpicos están definitivamente abiertos al mercantilismo y al espectáculo.

- En el ámbito ético, podemos destacar la existencia paralela de dos conceptos típicos en cada institución que sirven de modelo a los respectivos participantes: el código de honor del héroe griego, inspirado en las obras homéricas, y el *fair play* o juego limpio que implantaron los burgueses ingleses, como una ideología defensiva a aplicar en el deporte, con objeto de su posible participación, hasta aquel momento dominado por la brutalidad del pueblo llano. Ambos conceptos éticos dan a sus respectivas competiciones un valor moral sobreañadido que los hace diferentes al resto de actividades de su género.

Los agones panhelénicos y el deporte de alta competición, como prácticas competitivas, facilitan el desarrollo de ciertas cualidades morales, como las que se explicitan en los cuadros 1 y 2. La diferencia estriba en que los agones tenían entre 15 y 20 competiciones, repartidas en cuatro áreas de carácter individual, y las pruebas presentes en el deporte en los juegos olímpicos modernos son más de 250, repartidas entre 25 deportes oficiales, más tres de exhibición, y en las que se alternan las pruebas individuales con las de equipo. En los antiguos juegos no existían los agones de equipo, a pesar de que los griegos conocían muy bien ciertos juegos colectivos de pelota; no les dieron nunca la suficiente importancia como para que se les incluyera en los juegos. Por tal motivo, no se desarrollaron las cualidades morales derivadas del trabajo de equipo, propias de los deportes colectivos.

En ambas competiciones se dieron las

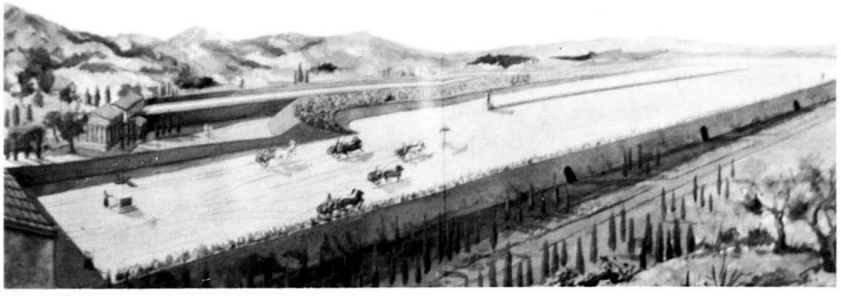
transgresiones morales típicas en el hombre cuando se trata de dirimir la supremacía en la lucha por el triunfo. No obstante, el deportista actual, apoyado en la tecnología, actúa de forma mucho más sofisticada, al intentar superar sus límites con objeto de lograr la victoria, engañando a los jueces, al público y a sí mismo, por lo que es más difícil detectar estas irregularidades. Sin embargo, existe un factor que diferencia claramente ambas competiciones, y es la extrema brutalidad con que se conducían los agones luctatorios (8), especialmente el pugilato y el pancracio, bajo el beneplácito generalizado de todo el mundo. Estas artes luctuatorias estaban poco reglamentadas y, a pesar de que había jueces, estaba permitido casi todo: a menudo se llegaba a la muerte, aunque ésta estaba castigada con la pérdida de la corona.

- Desde el punto de vista humano, ambas fiestas eran unas reuniones de atletas y deportistas que se congregaban en unos recintos para dirimir sus fuerzas en unas competiciones determinadas. Todos intentan conseguir la victoria, y, para ello, ponen de manifiesto las cualidades más notables de la raza humana. Son unas fiestas del hombre, del hombre griego libre en los juegos de la antigüedad, y del hombre universal en los juegos olímpicos de la modernidad.

Al ser unas pruebas selectivas, por su nivel de exigencia, sólo puede acceder al triunfo una elite destacada por sus cualidades físicas, técnicas y morales, o una elite que dispone de medios, tiempo y dinero para la preparación específica. Este sistema competitivo en pirámide lleva irremisiblemente a la creación de un buen número de frustrados por no poder acceder al triunfo. En la antigua Grecia, el nivel de participación en los juegos estaba muy restringido a los griegos libres y varones, los cuales debían superar una única prueba, en las vísperas, a cargo de los *hellanódicas*. En la actualidad, cualquier individuo puede participar, con el debido apoyo de su federación y comité olímpico nacional, en unos juegos olímpicos, después de pasar, obviamente, las pruebas clasificatorias.

- Desde el punto de vista de la salud, se valoran especialmente los cuerpos fuertes, poderosos y triunfantes, los cuales representan un modelo social, pero no un modelo de salud, ya que frecuentemente se abusa de estos cuerpos, se les exige demasiado, se "rompen" o sufren secuelas que perdurarán toda la vida. La estética de esos cuerpos en plena acción genera una gran belleza que llena de gozo y placer al público asistente; los griegos hipersensibles ante esta belleza hacían participan a sus atletas desnudos y así los inmortalizaban en las estatuas conmemorativas del triunfo de los dioses del estadio.

Los agones y el deporte transmiten una imagen de cuerpo fuerte y entrenado,



Carrera de bigas en el hipódromo. Reproducción artística que simula y nos da una idea de una carrera de bigas en el hipódromo de Olimpia

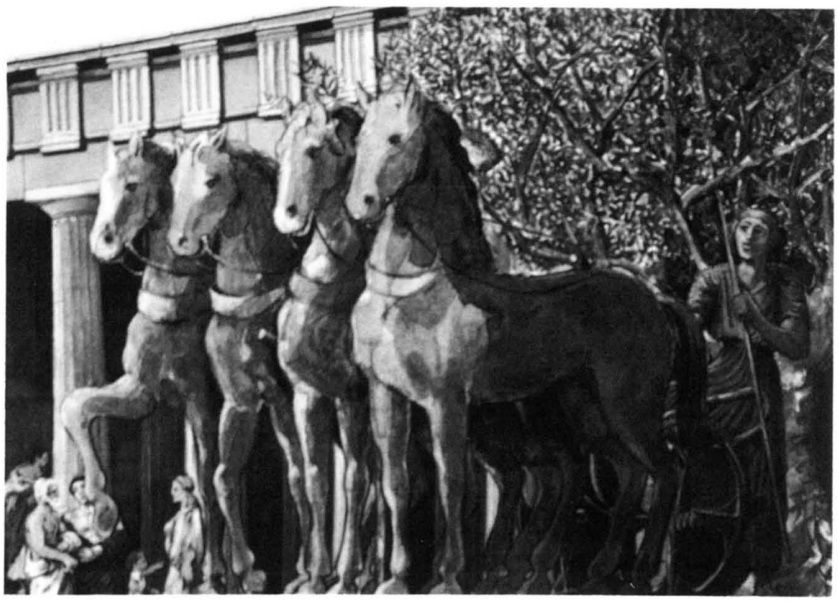


Juegos Olímpicos de Montreal, 1976. Portadores de la llama olímpica en su camino final hacia el pebetero

necesario para sufrir los avatares de la vida; en la antigüedad, para estar preparado para la supervivencia en unos tiempos en que el valor de la vida estaba muy devaluado, y, en la actualidad, para poder afrontar con éxito las exigencias de la vida moderna. Ambos casos constituyen un excelente recurso para canalizar la agresividad de los más dotados.

El afán de victoria conduce en ambas competiciones al abuso del cuerpo y al incremento del riesgo hasta límites difícilmente tolerables, produciéndose a menudo daños irreparables que conducen hasta la propia muerte. A pesar de que el atleta griego y el deportista de elite no transmiten un modelo de salud a la población, estar en forma en la antigua Grecia era una preparación premilitar para el combate. En esa misma sociedad se llevó a tal extremo la necesidad de poseer un cuerpo sano y fuerte que ello comportaba un menosprecio de los más débiles y la eliminación física de los deformes y disminuidos.

- En el ámbito agonístico/deportivo, dejando al margen la gran diferencia de pruebas que existía entre uno y



Lucius Minicius Natalis. Dibujo de la estatua de la cuadriga y el auriga dedicada a Zeus por la victoria en los 227ª juegos olímpicos, en el año 129 d. C., de este patricio político y militar nacido en Barcino (Barcelona)

otro acontecimiento, es de destacar que en ambos casos vamos a encontrar toda una teoría del entrenamiento, con programaciones, planificaciones, ejercicios, recursos, dietas y demás útiles y conceptos de ese proceso. También nos vamos a encontrar en ambas situaciones con instalaciones específicas para las respectivas prácticas, el gimnasio moderno, el pabellón, el estadio y un sinfín de instalaciones de cuño actual. Los entrenadores tienen una función similar y son piezas clave del sistema agonístico/deportivo. Los atletas griegos estaban especialmente preocupados por la perfección técnica y estética del agón, ya que procuraban ganar, pero con arte, siguiendo en todo momento las directrices que les daban sus entrenadores, denominados *paidotribos* (también se cree que éste era el encargado de la formación física de los escolares, o sea, el actual profesor de educación física). Actualmente, el deportista de elite procura entrenar para lograr eficacia y, en esa línea de pragmatismo, la belleza de sus gestos y acciones, aunque no está entre sus preocupaciones, existe.

Por contra, el conocimiento por parte de los antiguos griegos de las diferentes características físico-técnicas de los distintos agones les llevó a la especialización, con todo lo que ello comporta, lo cual presenta un paralelismo claro con la superespecialización del deporte de élite actual. Sólo hubo una notable excepción, el pentatlón, a cuyo ganador se le consideraba el atleta completo y era, por tanto, el más polivalente en cuanto a las pruebas que realizaba y en cuanto a su preparación. Se supone que el nivel de preparación y exigencia física, con varias sesiones diarias en los deportistas de alto rendimiento actuales, estaba en una cota muy elevada para los antiguos griegos; su nivel de competencia en la prueba era del más alto nivel, llegando a generar esfuerzos de grandes riesgos para su propia integridad física.

La participación que se daba en ambos eventos era diferente, lo que se traduce en otros tantos niveles de competencia agonística/deportiva. En la antigüedad existían tres categorías de participantes masculinos, los efebos (hasta los 18 años), los imberbes y los adultos —en Nemea e Istmia se dieron también las tres categorías—; las mujeres no podían participar; tenían sus propios juegos, los de Hera, que se celebravan en Olimpia. En la actualidad, los juegos olímpicos organizan competiciones para hombres y mujeres adultos, aunque estas últimas no están representadas en todas las pruebas.

Conclusiones

Ambos acontecimientos representan auténticos fenómenos sociales, holísticos, es decir, totalmente integrados en sus respectivos contextos, en los que participan todas las instituciones sociales de cada civilización. Ambos constituyen una fábrica de producción de nuevas celebridades. Los agones y el deporte suponen, igualmente, una dramatización del conflicto, en el que no existe un enfrentamiento directo entre rivales, no se trata de liquidar al adversario, sino que éste resulta ser un obstáculo para obtener el preciado éxito. Los antiguos atletas griegos y los deportistas de nuestra época son un producto de la cultura y no de la naturaleza, y se producen a veces desequilibrios biológicos a través de estas prácticas culturales.

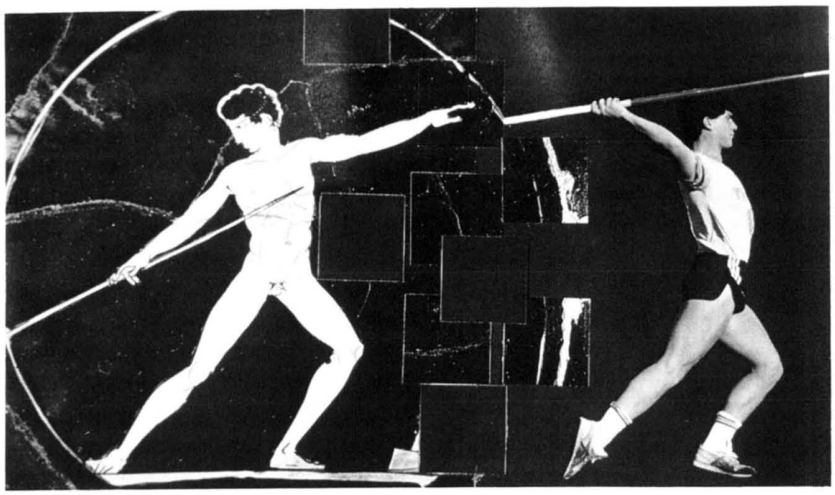
Tanto los juegos antiguos como los juegos olímpicos, los agones y las distintas pruebas deportivas, suponen una ritualización, en la cual cada comunidad independiente está representada por los atletas o deportistas que deben competir con representantes de las otras comunidades; es una dramatización simbólica de un conflicto. Si vence el atleta de la *polis* o el deportista de un país, vence la *polis* o el país, existe una identificación de la población o de una parte de la misma con el atleta o el deportista, o el equipo deportivo que les representa.

Los juegos panhelénicos y los juegos olímpicos producen héroes, no sólo héroes totales, sino héroes especializados en sus respectivas disciplinas; en ambas celebraciones, los atletas y los deportistas simbolizan el poder y la fuerza, y su práctica es una ostentación de

poder a los ojos de los espectadores. En la Grecia clásica y en nuestra civilización actual, la práctica exclusiva de los distintos agones o el propio deporte está reservada a las clases más pudientes, es decir, a la clase ociosa; no en vano, la sociedad esclavista de las *polis* griegas y nuestra civilización del ocio permiten a las clases más privilegiadas el tiempo, los medios y la preparación suficientes para obtener el triunfo. En la arena de los estadios y en las pistas deportivas se van formando las clases dirigentes que pronto regirán los destinos de cada comunidad.

Finalmente, es importante destacar como una diferencia notable entre nuestra civilización y la helénica el nivel de violencia tolerado por la sociedad. En nuestro entorno, los combates de boxeo o los enfrentamientos de lucha libre generan, por lo general, grandes críticas, en repulsa hacia su práctica y en favor de la integridad de los contendientes. Sin embargo, los agones luctatorios de los juegos de la antigüedad permitían un grado de violencia mucho más elevado que el admitido por nuestras reglas en las especialidades de boxeo o lucha libre, cuyos equivalentes eran el pugilato (en el pugilato antiguo no existían categorías en función del peso y era bien diferente del boxeo actual, éste mucho más racional y reglamentado y, sin embargo, considerado en nuestra sociedad como una práctica brutal y decadente que debe desaparecer) y el pancracio, que era uno de los agones más populares de los antiguos juegos; era una lucha casi total, cruel, en la que estaba permitido arañar, fracturar, luxar, dar puñetazos, patadas, cabezazos, estrangular..., no existía limitación temporal y el combate se acababa cuando uno de los contendientes se retiraba o moría.

Por otra parte, lejos de constituir un hecho aislado, el mayor grado de violencia física de los juegos panhelénicos corresponde a las formas específicas de organización de la sociedad griega. Se podría pensar que la formación del Estado, la formación de la conciencia moral, así como el nivel de violencia



Lanzamiento de jabalina. Análisis comparativo de dos estilos de lanzamiento con más de 2.000 años de diferencia

física admisible y el umbral de repugnancia a emplearla o enfrentarse a ella son diferentes y mantienen relaciones específicas, según los diferentes estadios de desarrollo de las sociedades.

En definitiva, a través de los agones, en los juegos antiguos, se transmitían a la antigua sociedad helénica los valores, las normas, los símbolos y, en suma, la ideología del sistema cultural panhelénico. A través del deporte se transmiten los modelos dominantes de nuestro sistema, ejerciendo un proceso de aculturación. Los juegos olímpicos divulgan y universalizan el deporte, fagocitando otras prácticas corporales competitivas tradicionales en todos los confines del planeta; pero el deporte lleva implícito unos valores, una ideología y unos modelos, y éstos son los de la civilización occidental que se imponen al resto, un modelo etnocéntrico, consumista y magnificiente.

Notas

(1) Existían también los juegos menores, organizados por las distintas *polis*, que se realizaban con una periodicidad menor, pero que no podían compararse con la solemnidad, importancia y magnificiencia de los juegos mayores o juegos panhelénicos, sobre todo los olímpicos y los píticos. Entre los juegos menores destacaron los celebrados en Epidauro, Rodas, Platea, Argos, Pellene, Megara, Egina, Arcadia, Tebas y Atenas, siendo estos últimos los más famosos. Se denominaban juegos panatenas, y eran, en conjunto, una serie de festejos y certámenes que se organizaban con la exclusiva y única intención de honrar a Palas Atenea, la diosa patrona y protectora de la ciudad.

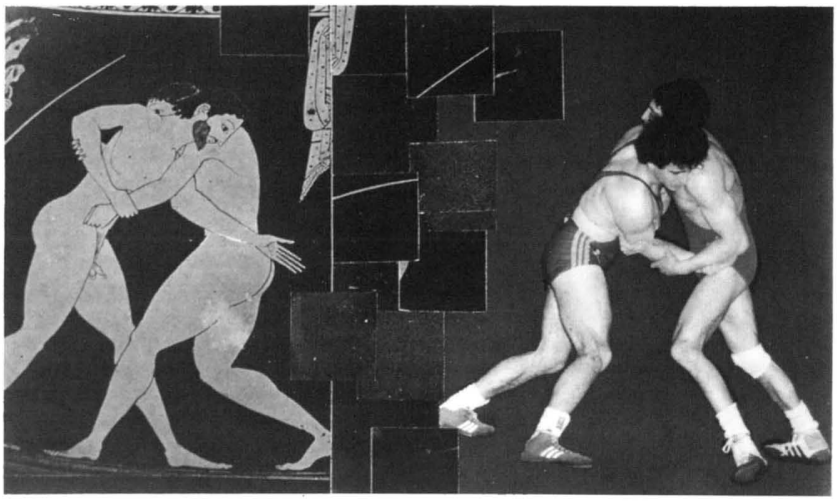
(2) *Agón* en griego significa competición. Se denominaban agones a todo el elenco de competiciones organizadas por los responsables de los juegos. Existían los agones atléticos —carrera, salto, lanzamientos y el pentatlón— los agones luctatorios, los agones hípicos, los agones bélicos y los agones artísticos.

(3) *Polis* es una palabra griega que significa ciudad-estado, en el sentido de una comunidad política con una administración autónoma. Las *polis* griegas comprendían un núcleo urbano y unas aldeas rurales adyacentes, con territorios de cultivo, en las que todos los habitantes poseían los mismos derechos y gozaban de instituciones políticas y religiosas idénticas. Su origen se halla en los primitivos asentamientos aqueos y dorios en pequeños núcleos fortificados que ejercían una cierta influencia en los territorios circundantes; su máximo apogeo se produjo en Grecia durante los siglos VI y V a. de J.C. Los centros vitales de estas *polis* fueron las acrópolis, o ciudad alta, donde se hallaba el templo dedicado a los dioses protectores de la comunidad, y el ágora o plaza utilizada para el mercado y como lugar de reunión de los habitantes de la zona.

(4) COUBERTIN, PIERRE DE, *Las bases del olimpismo moderno*, alocución radiofónica del 4 de agosto de 1935, publicada por el comité organizador de la XI Olimpiada, celebrada en Berlín en 1936.

(5) Según Pausanias —geógrafo griego que vivió en el siglo II a. de J.C, al que se le conoce una sola obra, *Descripción de Grecia*—, los atletas vencedores en los juegos istmicos tenían derecho, como en Olimpia, a una estatua conmemorativa de la victoria.

(6) Esta unidad política e institucional frente a

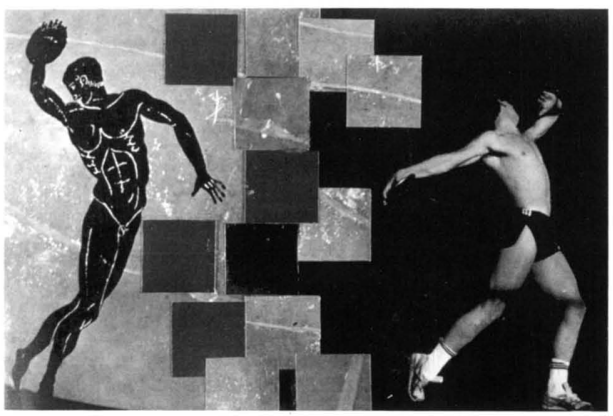


Lucha. Los agones luctatorios resultaban mucho más agresivos que en la actualidad, y en ellos se producían numerosas fracturas, heridas, desgarros e incluso se llegaba a la muerte

las comunidades extranjeras se combina con la gran diversidad que presentaban los distintos desarrollos constitucionales en todos sus aspectos entre las distintas *polis*. Los casos más característicos son las *polis* de Esparta y Atenas, ya que a la tendencia inmovilista de la constitución espartana, que petrifica su estructura social, prohíbe la propiedad privada de los medios de riqueza y cuestiona la institución familiar, se opone el dinamismo constitucional ateniense, que, merced a su peculiar institución democrática, fomenta las iniciativas individuales, tanto en el terreno político como en el ámbito económico.

(7) En la Grecia clásica y en nuestra civilización actual la práctica exclusiva de los distintos agones o el propio deporte está reservada a las clases más pudientes, es decir, a la clase ociosa. No en vano, la sociedad esclavista de las *polis* griegas y nuestra civilización del ocio permiten a las clases más privilegiadas el tiempo, los medios y la preparación suficientes para obtener el triunfo en los estadios.

(8) Las crueles luchas del pancracio y el mismo pugilato generan muy frecuentemente heridos, lisiados y muertos con el beneplácito de la sociedad de la época. Los casos de dopaje con consecuencias desconocidas para la salud del deportista, el entrenamiento abusivo y las lesiones graves son una constante de la práctica del deporte de alto rendimiento y atentan contra el equilibrio natural del individuo.



Lanzamiento de disco. El disco fue un artefacto inventado por los helenos de la antigüedad, y que hoy en día continúa siendo una espectacular disciplina atlética, incluida en el programa olímpico dentro del atletismo

Bibliografía

ARNAIZ, S (1964) *El deporte en Grecia*. Madrid: Ediciones del Movimiento.

BLANCHARD, K. y CHESKA, A. (1986) *Antropología del deporte*. Barcelona: Bellaterra.

BURRIEL, J.C.; CARRANZA, M.; FLAQUÉ, M. (1986) *Cleóstenes de Samos, Els jocs olímpics*. Barcelona: Graó Ed.

COUBERTIN, P. de (1972) *Pédagogie sportive*. París: J. Vrin.

COUBERTIN, P. de (1973) *Ideario olímpico. Discursos y ensayos*. Madrid: INEF.

DIEM, C. (1966) *Historia de los deportes*, Tomo 1. Barcelona: Luis de Caralt.

DURANTEZ, C. (1977) *Las olimpiadas griegas*. Madrid: COE.

DURANTEZ, C. (1986) *Barcelona olímpica*. Madrid: Ed. Mondibérica.

DURANTEZ, C. (1991) *L'olimpisme i els seus jocs (Olimpia 776 a. de J.C.-Barcelona 1992)*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.

ELIAS, Norbert (1986) "Deporte y violencia", en VV.AA. *Materiales de sociología crítica*. Madrid: Ediciones de La Piqueta.

FERRATER MORA, J. (1984) *Diccionario ilustrado de filosofía*. Madrid: Alianza Editorial.

FLEURIDAS, C.; THOMAS, R. (1984) *Les jeux olympiques*. París: Ed. Revue EPS.

FLEURIDAS, C. y THOMAS, R. (1992) *Les jeux olympiques*. París: Vigot.

GARCIA ROMERO, F. (1992) *Los juegos olímpicos y el deporte en Grecia*. Barcelona: Ed. Ausa.

GONZALEZ RUIZ, A. (1990) *La historia de los juegos olímpicos de verano de la era moderna*. Santander: Estudio 33.

JEU, B. (1979) "Histoire du sport, histoire de la culture", en THOMAS, R. *Sports et Sciences*, pp. 35-55. París: Vigot.

JEU, B. (1989) *Análisis del deporte*. Barcelona: Bellaterra.

OLIVERA, J. (1986) "El deporte escolar, medio de difusión y defensa de los ideales olímpicos", en *Apunts de E.F.*, 5, pp. 55-59. Barcelona: INEFC.

OLIVERA, J. (1989) "La educación física y el deporte, por una coexistencia pacífica", en VV.AA. *Educación física: una pedagogía renovadora*, pp. 37-46. Barcelona: INEFC.

OLIVERA, J. (1989) "Hacia un deporte educativo en una educación física renovada", en VV.AA. *Educación física: una pedagogía renovadora*, pp. 63-75. Barcelona: INEF.

PARIENTÉ, R.; LAGORCÉ, G. (1988) *La fabuleuse histoire des jeux olympiques*, París: Ed. Nathan.

POPPLOW, U. (1959-1960) "Las épocas del deporte griego", en *Litius, Altius, Fortis*, tomos I y II. Madrid: Delegación nacional de Educación Física y Deportes.

SEGURA, S. Los juegos olímpicos. Educación, deporte, mitología y fiestas en la antigua Grecia. Barcelona: Ed. Anaya.

SPAZARI, E. (1992) *El espíritu olímpico*. Atenas: Adams Editions.

THARRATS, J. M. (1972) *Los juegos olímpicos*. Madrid: Ed. Ibérico Europea de Ediciones.

VAZQUEZ, B. (1989) *La educación física en la educación básica*. Madrid: Gymnos.

VILLALBA, P. (1992) *Olímpia. Jocs i esperit*. Barcelona: Ed. Enciclopedia Catalana.

VV.AA. (1972) *Los juegos olímpicos*. Madrid: INEF. Centro de Investigación, Documentación e Información.

VV.AA. (1980) *Rapport de la vingtiéme session*. Olimpia: COI

VV.AA. (1980) *Historia de la educación*. Madrid: Paraninfo.

VV.AA. (1985) "Las olimpiadas", en *Cuadernos historia 16*, 106. Madrid.

VV.AA. (1985) *De la vraie nature du sport. Essai de déduction générale des categories sportives*. París: Vigot. Centre Lillois de recherche en analyse du sport.

CUADROS ANEXOS

Nota: Todos los cuadros presentados son nuestros, excepto el cuadro 5B, que se ha extraído de la obra FLEURIDAS, C. y THOMAS, R. (1984) *Les jeux olympiques*. París: Ed. Revue EPS, y que ha sido modificado y ampliado.

Notas a los cuadros anexos

CUADRO 3A.

(1) 776 a. JC. Según Pierre Louys en un artículo publicado en la revista *L'Auto* y recogido de DURANTEZ, C (1977) *op. cit.* p. 308 "Mientras los romanos consideraron como su primer año la fundación de Roma, los criastianos el nacimiento de Cristo, los musulmanes el del origen del Islam y los revolucionarios el de la proclamación de la República, los griegos comenzaron a contar a partir del día que los sacerdotes de Olimpia hicieron grabar el nombre de Corebos en la plancha de la gloria. Ya no saben en qué año conquistaron Roma, ni cuándo vencieron a los átridas, ni en qué siglo murió Homero; pero escriben en mármol blanco y nos transmiten la victoria de Corebos en la carrera de 192,27. Y es que los juegos olímpicos eran para los griegos una solemnidad como nosotros no podemos encontrar hoy día equivalente similar (...)".

CUADRO 4A.

(2) Confederación religiosa o política que agrupaba a varias *polis* vecinas de la antigua Grecia.

(3) Entre un grupo de participantes, los más jóvenes, se programaba la carrera de *hippios* o carrera de medio fondo, que consistía en correr cuatro veces la longitud del estadio de Istmia que medía 181,15 metros. El nombre de la carrera tenía relación con el hipódromo, ya que era la distancia aproximada de las carreras de equitación que se celebraban en aquel recinto.

(4) Las carreras de antorchas, en su forma de relevos —lo que seguramente recuerda a sus orígenes de ceremonias religiosas fúnebres— fue muy admirada debido a su espectacularidad, desarrollo y simbolismo.

884 a.C.	ETAPA HOMÉRICA -884 a.C.-776 a.C.-
776 a.C. (1)	ETAPA PANHELÉNICA -776 a.C.-146 a.C.-
	1. PERIODO ATLÉTICO-RELIGIOSO -776 a.C.-708 a.C.- 2. PERIODO DE CONSOLIDACIÓN -708 a.C.-500 a.C.- 3. PERIODO DE PLENITUD -500 a.C.-440 a.C.- 4. PERIODO DE PROFESIONALISMO Y ESPECIALIZACIÓN -440 a.C.-364 a. C.- 5. PERIODO DE DECADENCIA -364 a.C.-146 a.C.-
146 a.C.	ETAPA ROMANA -146 a.C.-394 d.C.-
	1. PERIODO DE LOS JUEGOS ROMANOS -146 a.C.-325 d.C.- 2. PERIODO DEL CRISTIANISMO -325 d.C.-394 d.C.
394 d.C.	

Cuadro 3A. Etapas de los juegos olímpicos de la antigüedad

DEL AMATEURISMO	1896	PERIODO TESTIMONIAL -1896 - 1904- PERIODO DEL AMATEURISMO ARISTOCRÁTICO -1908 - 1924- PERIODO DEL APOGEO -1928 - 1936-
	1936	
	1948	PERIODO DE TRANSICIÓN -1948-
	1952	PERIODO DE LA UNIVERSALIZACIÓN -1952 - 1972- PERIODO DE LOS BOICOTS -1976 - 1980- PERIODO DEL GIGANTISMO -1984-...
AL PROFESIONALISMO	...	

Cuadro 3B. Etapas de los juegos olímpicos modernos



	POLIS	DEIDAD	AÑO DE INICIO JUEGOS	PERIODO	POLIS ORGANI-ZADORA JUEGOS	RITUAL	ÉPOCA DEL AÑO	AGONES	CATEGORÍAS	PREMIO	MEDIDAS ESTADIO	OBSERVA-CIONES
JUEGOS PÍTICOS	DELFOS	APOLO	590-582 a.C.	4 AÑOS	ANFIC-TIONÍA [2]	VICTORIA APOLO	OTOÑO	ATLÉTICOS HÍPICOS LUCTATOR. ARTÍSTICOS MUSICALES	JÓVENES ADULTOS	CORONA LAUREL	178m largo 35 m ancho 7.000 pers. sentadas	Se celebraban cada 8 años antes del 582 a.C.
JUEGOS NEMEOS	NEMEA	ZEUS	573 a.C.	2 AÑOS	CLEONÉS ARGOS	FUNERARIO	VERANO	ATLÉTICOS HÍPICOS LUCTATOR. ARTÍSTICOS MUSICALES	JÓVENES ADULTOS IMBERBES	CORONA RAMAS APIO SILVESTRE	—	Carrera de hippios. [3] Finalizaron posterior a los de Olimpia
JUEGOS ISTMICOS	CORINTO	POSEIDÓN	582-579 a.C.	2 AÑOS	CORINTO	FUNERARIO	PRIMAVERA	ATLÉTICOS HÍPICOS LUCTATOR. MUSICALES NÁUTICOS	JÓVENES ADULTOS IMBERBES	PALMA Y CORONA DE HOJAS DE PINO	181,15 m largo	Carrera de hippios (4 estadios) Carrera de antorchas [4]
JUEGOS DE OLIMPIA	OLIMPIA	ZEUS	776 a.C.	4 AÑOS	ELIDA	FUNERARIO	VERANO	ATLÉTICOS HÍPICOS LUCTATOR. BÉLICOS ARTÍSTICOS	JÓVENES ADULTOS IMBERBES	CORONA OLIVO SILVESTRE	192,27 m largo 10.000 personas sentadas	También J. Hereos para mujeres 776 a.C. inicio historia griega

Cuadro 4A. **Los juegos panhelénicos. Características generales**

Nº Olimp.	AÑO	JJOO verano	JJOO invierno	Presid. COI	Etapas	Observac.	
1	1896	Atenas		D.BIKELAS (1894-1896)	TESTIMONIAL	Juegos folclóricos	AMATEURISMO
2	1900	París		Pierre de COUBERTIN	—	Diluidos en la EXPO	↓
3	1904	Saint Louis		Francia (1896-1925)	—	Comp. Antropol. Paral.	↓
4	1908	Londres			AMATEUR-ARIST.	Cuna deporte moderno	↓
5	1912	Estocolmo			—	Rigor técn. y reglam.	↓
6	1916	—			—	1ª Guerra Mundial	↓
7	1920	Amberes			—	1ª Partic. España	↓
8	1924	París	Chamonix		—	1s Juegos invierno	↓
9	1928	Amsterdam	Saint-Moritz	H. de BAILLET LATOUR	APOGEO	Partic. "oficial" mujer	↓
10	1932	Los Angeles	Lake Placid	Bélgica (1925-1942)	—	Espectáculo/Benefic.	↓
11	1936	Berlín	Garmisch-Part.		—	Olimpiada Popular alt.	↓
12	1940	—	—		—	2ª Guerra Mundial	↓
13	1944	—	—		—	" "	↓
14	1948	Londres	Saint-Moritz	Sigfried EDSTROM	TRANSICIÓN	Proh. Partic./vencidos	↓
15	1952	Helsinki	Oslo	Suecia (1946-1952)	UNIVERSALIZA.	1ª aparición URSS	↓
16	1956	Melbourne/Estoc.	Cortina D'Ampe.	Avery BRUNDAGE	—	Guerra Fría. Boicots	↓
17	1960	Roma	Squaw Valley	EEUU (1952-1972)	—	La TV entra en JJOO	↓
18	1964	Tokio	Innsbruck		—	JJOO de la tecnolog.	↓
19	1968	México	Grenoble		—	JJOO más altos 2240	↓
20	1972	Munich	Sapporo		—	Terrorismo en JJOO	↓
21	1976	Montreal	Innsbruck	Lord KILLANIN	BOICOTS	Desastre económico	↓
22	1980	Moscú	Lake Placid	Irlanda (1972-1980)	—	Boicot Internacional	↓
23	1984	Los Angeles	Sarajevo	J.A. SAMARANCH	GIGANTISMO	Último capít. G. Fría	↓
24	1988	Seúl	Calgary	España (1980-...)	—	Lucha contra *doping*	↓
25	1992	Barcelona	Albertville		—	Récord Partic./ Espect.	↓
26	1994	—	Lillehamer		—	Proclama por la paz	↓
27	1996	Atlanta	—				PROFESIONALISMO
28	1998	—	Nagano				
29	2000	Sidney	—				

Cuadro 4B. **Los juegos olímpicos modernos. Características generales**

OLIMPIADA	AÑO	ATLÉTICA	LUCTATORIA	HÍPICA	VENCEDOR	POLIS
1	776 a.C.	ESTADIO			COREBO	ELIDA
14	724 a. C.	DIAULO			HYPENOS	PISA
15	720 a.C.	DÓLICO			AKANTHOS	ESPARTA
18	708 a.C.	PENTATLÓN	LUCHA		LAMPIS EURYBATOS	ESPARTA ESPARTA
23	688 a.C.		PUGILATO		ONOMASTOS	ESMIRNA
25	680 a.C.			CUADRIGAS	PAGONDAS	TEBAS
33	648 a.C.		PANCRACIO	TROTE CABALLOS	LYGDAMIS KRAUXIDAS	SIRACUSA CRANÓN
37	632 a.C.	ESTADIO JÓVENES	LUCHA JÓVENES		POLYNEIKES HIPPÓSTENES	ELIDA ESPARTA
38	628 a.C.	PENTATLÓN JÓVENES			EUTELIDAS	ESPARTA
41	616 a.C.		PUGILATO JÓVENES		PHILYTAS	SIBARIS
65	520 a.C.	HÓPLITAS			DAMARETOS	EREA
70	500 a.C.			BIGAS MULAS *"APINE"*	THERSIAS	TESALIA
71	496 a.C.			YEGUAS TROTE *"CALPE"*	PATAIKOS	DIMO
93	408 a.C			BIGAS	EUÁGORAS	ELIDA
99	384 a.C.			CUADRIGAS POTROS	EURYBIADES	ESPARTA
129	264 a.C.			BIGAS POTROS	BELISTICHE	MACEDONIA
131	256 a.C.			CARRERAS POTROS	HIPPÓKRATES	TESALIA
145	200 a.C.		PANCRACIO JÓVENES		PHAIDIMOS	ALEJANDRÍA

Cuadro 5A. Los juegos olímpicos de la antigüedad. Año de instauración de los agones físicos y primer ganador



CIUDAD	AÑO	Nº JJOO	DISCIPLINAS OLÍMPICAS	DEPORTES DESAPARECIDOS
ATENAS	1896	I	ATLETISMO/CICLISMO/ESGRIMA/GIMNASIA/ HALTEROFILIA/LUCHA//NATACIÓN/REMO/TIRO/TENIS	
PARÍS	1900	II	IDEM ATENAS 1896 MÁS: FÚTBOL/HÍPICA/TIRO CON ARCO/YACHTING/CRICKET/CROQUET/GOLF/POLO/RUGBY	HALTEROFILIA/LUCHA
SAINT LOUIS	1904	III	IDEM PARÍS 1900 MÁS: BOXEO/HALTEROFILIA/LUCHA/LACROSSE/ROQUE	FÚTBOL/HÍPICA/CRICKET/POLO/GOLF/ CROQUET/RUGBY/TIRO ARCO/YACHTING/TIRO
LONDRES	1908	IV	IDEM SAINT LOUIS MÁS: FÚTBOL/RUGBY/TIRO/HOCKEY HIERBA/TIRO ARCO/YACHTING/PALAS/PAUME/CANOA A MOTOR	HALTEROFILIA/GOLF (H)/ROQUE
ESTOCOLMO	1912	V	IDEM LONDRES 1908 MÁS: NATACIÓN (F)/PENTATLÓN MODERNO/HÍPICA	BOXEO/HOCKEY HIERBA/LACROSSE/POLO/RUGBY TIRO ARCO/CANOA MOTOR/PAUME/RAQUETTE
BERLÍN	1916	VI	1ª GUERRA MUNDIAL. NO SE CELEBRARON LOS JUEGOS OLÍMPICOS	
AMBERES	1920	VII	IDEM ESTOCOLMO 1912 MÁS: POLO/RUGBY/ BOXEO/HALTEROFILIA/HOCKEY HIERBA/TIRO ARCO	
PARÍS	1924	VIII	IDEM AMBERES 1920 MÁS: ESGRIMA (F)	HOCKEY HIERBA/TIRO CON ARCO
AMSTERDAM	1928	IX	IDEM PARÍS 1924 MÁS: ATLETISMO (F)/ GIMNASIA (F)/HOCKEY HIERBA	POLO/RUGBY/TENIS/TIRO
LOS ANGELES	1932	X	IDEM AMSTERDAM 1928 MÁS: TIRO	FÚTBOL
BERLÍN	1936	XI	IDEM LOS ANGELES 1932 MÁS: BASKET(H)/CANOA(H)/ FÚTBOL/POLO/BALONMANO HIERBA	
HELSINKI	1940	XII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO SE CELEBRARON LOS JUEGOS OLÍMPICOS	
LONDRES	1944	XIII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO SE CELEBRARON LOS JUEGOS OLÍMPICOS	
LONDRES	1948	XIV	IDEM BERLÍN 1936	POLO/BALONMANO HIERBA (a 11)
HELSINKI	1952	XV	ATLETISMO (H y F)/ REMO/BASKET/BOXEO/CANOA CICLISMO/ESGRIMA (H y F)/FÚTBOL /GIMNASIA DEPORTIVA (H y F) HALTEROFILIA/ HOCKEY SOBRE HIERBA/LUCHA/ NATACIÓN (H y F) PENTATLÓN MODERNO/HÍPICA/TIRO/YACHTING	
MELBOURNE	1956	XVI	IDEM HELSINKI 1952	
ROMA	1960	XVII	IDEM MELBOURNE 1956	
TOKIO	1964	XVIII	IDEM ROMA 1960 MÁS: JUDO/VOLEYBOL (H Y F)	
MÉXICO	1968	XIX	IDEM TOKIO 1964	JUDO
MUNICH	1972	XX	IDEM MÉXICO 1968 MÁS: CANOA (F)/BALONMANO (a 7)(H)/ JUDO/TIRO CON ARCO (H Y F)	
MONTREAL	1976	XXI	IDEM MUNICH 1972 MÁS: REMO (F)/BASKET (F)/ BALONMANO (F)	
MOSCÚ	1980	XXII	IDEM MONTREAL 1976 MÁS: HOCKEY HIERBA (F)	
LOS ANGELES	1984	XXIII	IDEM MOSCÚ 1980 MÁS: GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA (F) NATACIÓN SINCRONIZADA (F)/CICLISMO (F)	
SEÚL	1988	XXIV	IDEM LOS ANGELES 1984 MÁS: TENIS (H Y F)/ TENIS DE MESA (H Y F)	
BARCELONA	1992	XXV	IDEM SEÚL 1988 MÁS: BEISBOL /BADMINTON/DEPORTES DE EXHIBICIÓN: HOCKEY PATINES/PELOTA VASCA/TAEKWON-DO	

JUEGOS OLÍMPICOS DEL SIGLO XXI: EL FUTURO DE LOS JJOO DEPENDERÁ EN GRAN MEDIDA DEL NIVEL DE EVOLUCIÓN DEL PROGRAMA OLÍMPICO, SIEMPRE ATENTO A LAS EXIGENCIAS DE SU TIEMPO.

Cuadro 5B. **Los juegos olímpicos modernos. Evolución del programa olímpico**

VENCEDORES	POLIS	AGONES	PRUEBAS	OLIMPIADA	AÑO	HAZAÑA	OBSERVACIONES
COREBO	ELIDA	ATLÉTICOS	ESTADIO	1	776 a.C.	1r. vencedor olímpico	Era cocinero
CHIONIS	ESPARTA	ATLÉTICOS	ESTADIO DIAULO	29/30/31	664/660/656 a.C.	Ganó 3 olimpiadas	1r. gran atleta
EUTELIDAS	ESPARTA	ATLÉTICOS	PENTATLÓN	38	628 a.C.	Vencedor en jóvenes	1r. y último vencedor
GORGOS	ELIDA	ATLÉTICOS	PENTATLÓN	38	628 a.C.	Tetracampeón en pentatlón	También 2 en diaulo y 1 en hóplitas
HIPPÓSTENES	ESPARTA	LUCTATORIOS	LUCHA	37/39/40/41/42/43	632/624/620/616/ 612/608 a.C.	Pentacampeón en adultos	Respetado como un semidiós
ARRHICHION	FIGALIA	LUCTATORIOS	PANCRACIO	52/53/54	572/568/564 a.C.	Venció antes de caer muerto	Murió estrangulado en la final
MILÓN	CROTONA	LUCTATORIOS	LUCHA	60/62/63/64/65/66	540/532/528/524/ 520/516 a.C.	5 veces periodónikes	El más célebre luchador
KIMÓN	ATENAS	HÍPICOS	CUADRIGAS	61/62/63	536/532/528 a.C.	Tricampeón olímpico	-
GLAUKOS	CARISTO	LUCTATORIOS	PUGILATO	65	520 a.C.	1 vez periodónikes	Táctica del martillo Golpea en la cabeza
PHANAS	PELLENE	ATLÉTICOS	ESTADIO/DIAULO/ HÓPLITAS	67	512 a.C.	1r. triastes olímpico	Ganó las 3 pruebas el mismo día
ASTYLOS	CROTONA	ATLÉTICOS	ESTADIO/DIAULO/ HÓPLITAS	73/74/75	488/484/480 a.C.	2º triastes olímpico en la 75	-
THEOGENES	TASO	LUCTATORIOS	PUGILATO/ PANCRACIO	75 76	480 a.C. 476 a. C.	2 veces periodónikes	Ostenta 1.400 victorias
DANDIS	ARGOS	ATLÉTICOS	ESTADIO/DIAULO/ HÓPLITAS	76/77	476/472 a.C.	2 veces periodónikes	Sumó 15 victorias en los J. Nemeos
KRATES	ELIDA	ARTÍSTICOS	TROMPETA	96	396 a.C.	1r. vencedor olímpico	-
TIMAIOS	ELIDA	ARTÍSTICOS	HERALDOS	96	396 a.C.	1r. vencedor olímpico	-
KYNISKA	ESPARTA	HÍPICOS	CUADRIGAS	96/97	396/392 a.C.	1ª mujer que venció en Olimpia	Hija de ArchidanoII rey de Esparta
SOSTRATOS	SICIONE	LUCTATORIOS	PANCRACIO	104/105/106	364/360/356 a.C.	2 veces periodónikes	Dislocaba los dedos a sus adversarios
HERODOROS	MEGARA	ARTÍSTICOS	TROMPETA	113 hasta 122	328 hasta 292 a.C.	10 veces periodónikes	El más destacado trompetero
BELISTICHE	MACEDONIA	HÍPICOS	CUADRIGAS POTROS BIGAS POTROS	128 129	268 a.C. 264 a.C.	1ª vencedora en bigas de potros	Divinizada por Tolomeo de Egipto
PHILINOS	COS	ATLÉTICOS	ESTADIO DIAULO	129/130/131	264/260/256 a.C.	Venció en los 4 grandes juegos	-
LEONIDAS	RODAS	ATLÉTICOS	ESTADIO/DIAULO/ HÓPLITAS	154/155/156/157	164/160/156/152 a.C.	3r. triades olímpico	12 triunfos en 4 años en las 3 pruebas
HEKATOMNOS	MILETO	ATLÉTICOS	ESTADIO/DIAULO/ HÓPLITAS	177	72 a.C.	4º triades olímpico	-
NERÓN	ROMA	HÍPICOS	CUADRIGAS POTROS CUADR. 10 POTROS	211	67 d.C.	Se hizo proclamar campeón olímpico	Modificó el programa a su antojo
DIÓGENES	ÉFESO	ARTÍSTICOS	TROMPETA	212/213/214/215/216	69/73/77/81/85 d.C.	Periodónikes varias veces	Posee unas 80 victorias
LUCIUS MINICIUS NATALIS	ROMA	HÍPICOS	CUADRIGAS	227	129 d.C.	1r. vencedor ibérico	Político y militar nacido en Barcino
AELIUS ALCANDRIDAS	ESPARTA	ATLÉTICOS	ESTADIO DIAULO	250/251	221/225 d.C.	Venció en los 4 grandes juegos	-
VALERIUS ECLECTUS	SINOPE	ARTÍSTICOS	HERALDOS	256/258/259/260	345/353/357/361 d.C.	Venció en 4 olimpiadas	El más destacado pregonero olímpico

Cuadro 6A. Héroes y vencedores más destacados de los juegos panhelénicos



CIUDAD	AÑO	Nº JJOO	ATLETAS	PAÍS	DEPORTE	PRUEBA	OBSERVACIONES
ATENAS	1896	I	JAMES B. CONNOLLY SPYRIDON LOUIS	ESTADOS UNIDOS GRECIA	ATLETISMO ATLETISMO	TRIPLE SALTO MARATÓN	1r campeón olímpico Pastor de profesión
PARÍS	1900	II	ALVIN KRAENZLEIN	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO	60 ml/110 mv/ 200 mv/longitud	1r gigante olímpico. Nunca tuvo las 4 medallas
SAINT LOUIS	1904	III	RAY EWRY	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO	ALTURA/LONGITUD/ TRIPLE SALTO	El "hombre de goma". Obtuvo 8 títulos olímpicos
LONDRES	1908	IV	DORANDO PIETRI	ITALIA	ATLETISMO	MARATÓN	Descalificado a 5 m de la meta al ser ayudado por los jueces
ESTOCOLMO	1912	V	JIM THORPE "SENDA BRILLANTE"	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO	PENTATLÓN/ DECATLÓN	Indio sioux acusado de profesional; le quitan medallas
BERLÍN	1916	VI	1ª GUERRA MUNDIAL. NO SE CELEBRARON LOS JUEGOS OLÍMPICOS				
AMBERES	1920	VII	C.W. PADDOCK	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO	100 ml/ 4x100 ml	Inmortalizó su famoso salto antes de la llegada
PARÍS	1924	VIII	PAAVO NURMI	FINLANDIA	ATLETISMO	1.500/.5000/10.000 ind. y equip./3000 obst.	"El finlandés volador"; consiguió 20 RM y 9 oros
AMSTERDAM	1928	IX	J. WEISMULLER "TARZÁN"	ESTADOS UNIDOS	NATACIÓN	100 libres/4x200 libres	Se hizo famoso en el cine. Batió 67 RM
LOS ANGELES	1932	X	BABE DIDRIKSON	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO	80 mv/jabalina	Mejor atleta femenina de la 1ª mitad de siglo
BERLÍN	1936	XI	JESSE OWENS	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO	100 ml/ 200 ml/ longitud/4x100	"Antílope de ébano". Atleta de color, tenía 3 RM y 9 RO
HELSINKI	1940	XII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO SE CELEBRARON LOS JUEGOS OLÍMPICOS				
LONDRES	1944	XIII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO SE CELEBRARON LOS JUEGOS OLÍMPICOS				
LONDRES	1948	XIV	EMIL ZATOPEK FANNY KOEN	CHECOSLOVAQUIA HOLANDA	ATLETISMO ATLETISMO	10.000 m 100/200/80mv/4x100	"La locomotora humana" "Reina de la pista de ceniza"
HELSINKI	1952	XV	EMIL ZATOPEK	CHECOSLOVAQUIA	ATLETISMO	5.000/10.000/ MARATÓN	Conquistó 13 RM. Venció en 38 carreras seguidas de 5.000
MELBOURNE	1956	XVI	VLADIMIR KUTS	URSS	ATLETISMO	5.000/10.000	Marinero que conquistó 4 RM
ROMA	1960	XVII	ABEBE BIKILA WILMA RUDOLF	ETIOPÍA ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO ATLETISMO	MARATÓN 100m/200m/4x100	Corre descalzo y bate el RM "La gacela negra"
TOKIO	1964	XVIII	ABEBE BIKILA	ETIOPÍA	ATLETISMO	MARATÓN	Primer atleta ganador de 2 maratones olímpicas
MÉXICO	1968	XIX	BOB BEAMON DICK FOSBURY	ESTADOS UNIDOS ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO ATLETISMO	SALTO LONGITUD SALTO ALTURA	8,90m mítica marca del 2.000 Marcó un nuevo estilo de salto
MUNICH	1972	XX	MARK SPITZ	ESTADOS UNIDOS	NATACIÓN	100/200/4x100/4x200/ 100,200m/4x100 estil.	Dominó en 2 estilos: libre y mariposa. 7 victorias en 8 días
MONTREAL	1976	XXI	NADIA COMANECI	RUMANÍA	GIMNASIA	INDIVIDUAL/POTRO/ B. ASIMÉTRICAS	"La novia de Montreal", llegó a sacar 7 veces el 10
MOSCÚ	1980	XXII	VLADIMIR SALNIKOV	URSS	NATACIÓN	1.500 l/400 l/4x200 libres	"El exprés de Leningrado" 1º que baja de los 15' en 1.500
LOS ANGELES	1984	XXIII	CARL LEWIS EDWIN MOSES	ESTADOS UNIDOS ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO ATLETISMO	100/200/4x100/longitud 400 m vallas	"El hijo del viento". Un mito. Ganó 125 carreras seguidas
SEÚL	1988	XXIV	KRISTIN OTTO F. GRIFFITH	RD ALEMANIA ESTADOS UNIDOS	NATACIÓN ATLETISMO	50/100 l/m/e/4x100 l/e 100 l/200 l/4x100	Nadadora más victoriosa en JO La nueva policromía ganadora
BARCELONA	1992	XXV	MICHAEL JORDAN "MAGIC" JOHNSON	ESTADOS UNIDOS ESTADOS UNIDOS	BALONCESTO BALONCESTO	—	El "dream team" protagonizó el mayor espectáculo

Cuadro 6B. **Héroes y vencedores más destacados de los juegos olímpicos modernos**

OLIMPIADA	AÑO	ATLETA	POLIS	TIPO DE SANCIÓN	IRREGULARIDADES Y SANCIONES
72	492 a.C.	KLEOMEDES	ASTIPALEA	AGONÍSTICA	En la final de pugilato golpeó tan fuerte a su adversario Ikklos de Epidauro que le causó la muerte, por lo cual fue privado de la victoria. Ello le hizo enloquecer.
73	488 a.C.	EUTHYKLES	LOCRI EPIZEFIRI	POLÍTICA	Fue acusado de soborno y corrupción. Llegó incluso a ser metido en la cárcel por sus conciudadanos.
74	484 a.C.	ASTYLOS	CROTONA/SIRACUSA	-	Prestigioso campeón que fue sobornado por el tirano Hierón Tirauso de Siracusa, con el objeto de cambiar de nación. No obtuvo sanción alguna.
75	480 a.C.	THEÓGENES	TASO	ECONÓMICA	Obtuvo la sanción de pagar 1 talento por presentarse a la final de pugilato contra Euthymos con el fin de dañar, injuriar y desprestigiar a su adversario.
89	424 a.C.	-	ESPARTA	POLÍTICA	Esparta viola la tregua olímpica al conquistar la fortaleza de Physcos. Por ello fueron castigados con una multa de 2.000 minas. Tras negarse fueron expulsados del recinto sagrado y de los Juegos.
90	420 a.C.	LICHAS	ESPARTA	CORPORAL	Los espartanos estaban excluidos de los juegos. Lichas inscribió su cuadriga de la polis de Tebas, tras la victoria los jueces se dieron cuenta y lo hicieron azotar pese a ser de avanzada edad.
91	416 a.C.	ALKIBIADES	ATENAS	-	Presentó siete cuadrigas con las que obtuvo el 1r. 2º y 4º puesto. Pero se le acusó de soborno al inscribir como suya una de las siete cuadrigas perteneciente a otro.
96	396 a.C.	EUPOLEMOS	ELIDA	AGONÍSTICA	Dos de los tres jueces le dieron como vencedor en la carrera del estadio. Más luego prosperó un recurso de León de Ambracia (2º clasificado) que le dio la victoria.
100	380 a.C.	SÓTADES	CRETA/ÉFESO	-	Vencedor de la carrera de dólico, que en el momento de la proclamación se declaró ciudadano de Éfeso al ser sobornado. Sus conciudadanos cretenses lo despreciaron.
112	332 a.C.	KALLIPPOS	ATENAS	ECONÓMICA /POLÍTICA	Sobornó a sus adversarios. Se descubrió el fraude y fueron todos multados. Atenas se negó y fue excluida de los juegos. Años después, convencidos por el oráculo de Delfos, pagaron la multa.
192	12 a.C.	POLYKTOR	ELIDA	ECONÓMICA	Hijo de Damonikos, el cual intentó sobornar al último adversario de su hijo, Sosandros de Esmirna, que no accedió, en la final de lucha para jóvenes. Polyktor ganó y fue multado.
201	25 d.C.	SARAMPIÓN	ALEJANDRÍA	CORPORAL	Fue sorprendido cuando huía por la noche, atemorizado ante los rivales que le habían tocado en suerte en el pancracio. Fue obligado a competir.
218	93 d.C.	APOLONIO	ALEJANDRÍA	ECONÓMICA	Fue excluido de los juegos y multado por los jueces acusado de retraso voluntario al acudir a Olimpia y falsedad en sus explicaciones.
226	125 d.C.	DEIDAS/ SARAPAMMON	ANTIOQUÍA	ECONÓMICA	Ambos conciudadanos se enfrentaron en la final de pugilato ganando Deidas. Pero se descubrió una apuesta que el perdedor debía pagar al vencedor. Se multó a los dos.

Cuadro 7A. **Los juegos olímpicos de la antigüedad. Infracciones y sanciones**



OLIMPIADA	AÑO	CIUDAD	ATLETA	PAÍS	DEPORTE	IRREGULARIDADES Y SANCIONES
I	1896	ATENAS	AIROLDI	ITALIA	ATLETISMO -MARATÓN-	Después de acudir por sus propios medios a la ciudad olímpica, no pudo competir en la prueba de maratón al ser acusado de profesional.
III	1904	SAINT LOUIS	FRED LORDZ	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO -MARATÓN-	Sube en un coche a mitad de la prueba de maratón y baja en las puertas del estadio. Es descubierto y se le sanciona a perpetuidad.
IV	1908	LONDRES	JEAN BOUIN	FRANCIA	ATLETISMO -3 MILLAS EQUIPOS-	Castigado con la ausencia en esta prueba por haber recorrido malos lugares, pegarse con 3 marinos ingleses y pasar la noche en comisaría.
IV	1908	LONDRES	DORANDO PIETRI	ITALIA	ATLETISMO -MARATÓN-	Tras entrar en cabeza en el estadio olímpico en la prueba de maratón, se desploma a 30 m de la meta, los jueces le ayudan a ponerse en pie y a cruzar la meta a 5 m. Fue descalificado y se debatió entre la vida y la muerte. Se le premió con copa de oro.
VII	1920	AMBERES	-	ALEMANIA/URSS/ AUSTRIA/RUMANÍA/ POLONIA/BULGARIA	JJOO	Países sancionados con la exclusión de los Juegos Olímpicos de Amberes por su participación directa en la 1ª Guerra Mundial.
XI	1936	BERLÍN	MERKENS	ALEMANIA	CICLISMO	Se le sancionó con una rigurosa multa de 400 marcos alemanes por la infracción de salirse de la pista con su bicicleta.
XIV	1948	LONDRES	-	ALEMANIA/ JAPÓN	JJOO	Países excluidos de la participación de los Juegos Olímpicos de Londres por su participación directa en la 2ª Guerra Mundial.
XVII	1960	ROMA	KNUD ENEMARK	DINAMARCA	CICLISMO	Murió a consecuencia del *doping*. En este caso, la sanción la pagó con su propia vida.
XVIII	1964	TOKIO	VALENTÍN LOREN	ESPAÑA	BOXEO	Descalificación a perpetuidad por dar un puñetazo a un árbitro.
XIX	1968	MÉXICO	TOMMIE SMITH JOHN CARLOS	ESTADOS UNIDOS	ATLETISMO -200 m-	1r. y 3r. clasificado en la final de 200 m los cuales al recoger la medalla y oír el himno, cabizbajos, estiraron un puño con un guante negro, reivindicando la igualdad racial. Fueron excluidos del equipo americano y expulsados de la villa olímpica.
XX	1972	MUNICH	-	RODHESIA/ SUDÁFRICA	JJOO	Ambas naciones fueron excluidas de la participación en estos juegos por su política racista.
XX	1972	MUNICH	RICK DEMONT	ESTADOS UNIDOS	NATACIÓN -400 ESTILOS-	Tuvo que devolver la medalla de oro conseguida en los 400 m estilos al haber dado positivo con efedrina. Otro caso de *doping*.
XXI	1976	MONTREAL	-	15 PAÍSES AFRICANOS	JJOO	No acudieron 15 países africanos haciendo boicot, al ser admitida Nueva Zelanda en los juegos, por haber disputado un partido de rugby en Sudáfrica.
XXI	1976	MONTREAL	BORIS OMISTXENKO	URSS	ESGRIMA	Descalificado de la prueba de esgrima al serle encontrado un sofisticado artefacto escondido en el puño de su espada que le daba puntos adicionales.
XXII	1980	MOSCÚ	-	58 PAISES BLOQUE OCCIDENTAL	JJOO	Boicot político-deportivo de 58 países de la órbita capitalista a estos juegos, por la invasión soviética de Afganistán.
XXIII	1984	LOS ANGELES	-	VARIOS PAÍSES AFINES A LA URSS	JJOO	Boicot no acudiendo a los juegos de Los Angeles, varios países del telón de acero, alegando inseguridad en sus atletas. Fue un boicot político-deportivo.
XXIII	1984	LOS ANGELES	YAHAGI	JAPÓN	VOLEIBOL -MASAJISTA-	Masajista del equipo de voleibol que suministró al jugador Tamaka una sustancia de *doping* -efedra-. Fue sancionado con 12 años. Por contra, el jugador no lo fue.
XXIV	1988	SEÚL	BEN JOHNSON	CANADÁ	ATLETISMO -100 m-	Descalificado después de ganar la medalla de oro en los 100 m donde batió el récord del mundo, y obligado a devolver su trofeo. Se le detectó *doping* -esteroides-.

Cuadro 7B. **Los juegos olímpicos modernos. Infracciones y sanciones**

Fernando del Villar Álvarez,
Doctor en Educación Física, profesor de Didáctica de la Educación Física y el Deporte.
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad de Granada.

LA CREDIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN CUALITATIVA EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Resumen

El artículo que presentamos trata de demostrar la credibilidad de la investigación cualitativa en el ámbito de la enseñanza de la educación física. Iniciamos el trabajo con una exposición de las características de los diferentes paradigmas de investigación en educación, analizando cómo la evolución de la investigación en el área de la enseñanza de la educación física va inclinándose hacia la utilización de los métodos cualitativos. En la segunda parte realizamos un análisis comparativo de los criterios de credibilidad, a partir del trabajo de Guba (1981), de las perspectivas cuantitativa y cualitativa, aplicándolo a una investigación concreta sobre el pensamiento del profesor de Educación Física que se realizó en la facultad de Ciencias de la Actividad Física de Granada.

***Palabras clave*: Investigación educativa, paradigma experimentalista, paradigma interpretativo, credibilidad, enseñanza de la educación física.**

La investigación cualitativa en el marco de la investigación en educación

La investigación educativa está comenzando a quitarse el corsé que ha representado la ciencia positivista en el conjunto de las ciencias sociales.

Las influyentes teorías de Kuhn (1972) han tratado de imponer un concepto universal de ciencia, basado en el racionalismo y el objetivismo, del cual las ciencias de la educación están empezando a desvincularse.

Khun presenta un concepto de paradigma muy cerrado, en el que aparecen las ciencias sociales dentro de una situación precientífica, dada la multiplicidad de paradigmas imperantes, con todo el componente de retraso y desprecio científico que conlleva en relación a las ciencias naturales, en las que el positivismo es el paradigma único y dominante.

Una visión contrapuesta la presenta Shulman (1989), al exponer que la situación pluriparadigmática en la que se encuentran las ciencias de la educación es calificada como estado de gran madurez, apoyándose, para ello, en la concepción de programa de investigación de Lakatos (1974), que deja la puerta abierta a la existencia simultánea de varios paradigmas.

En educación ningún paradigma domina el panorama investigador, con lo que el pluralismo teórico está fomentando una gran diversidad de estrategias y metodologías de acceso al conocimiento, que hace de las ciencias de la educación un área de conocimiento viva y en continuo desarrollo.

En el desarrollo de estas ciencias de la educación, el positivismo que surge con Comte en el siglo XIX ejerció inicialmente una influencia determinante, con el establecimiento de la experimentación y la observación como las únicas fuentes para el estudio de los hechos.

Las aportaciones de Durkheim, discípulo de Comte, en el ámbito de la sociología educativa, acentuaron el predominio positivista, lo que llevó a la adopción del método científico como paradigma dominante en las ciencias sociales, alcanzando gran relevancia los estudios correlativos, con grandes muestras, con medidas objetivas, y en situaciones experimentales.

La teoría social alemana de finales del XIX ha sido la otra gran corriente del pensamiento que ha condicionado el desarrollo de las ciencias de la educación. La distinción que establecían filósofos como Dilthey entre "ciencias naturales" y "ciencias del espíritu" delimitaba una clara diferencia entre las metodologías de las ciencias humanas, que debían ser "interpretativas o hermenéuticas, con el fin de descubrir y comunicar las perspectivas de significado de las personas estudiadas" (Erickson, 1989), y las metodologías de las ciencias naturales, modeladas a partir de la física, que utilizaban la experimentación y la observación sin considerar la perspectiva de los participantes.

Esta posición fue adoptada por muchos pensadores y científicos sociales como Weber o Husserl, al cual se debe el nacimiento de la fenomenología y que inspiró los posteriores estudios interpretativos o cualitativos en educación.

La fenomenología aboga por el estudio de la experiencia a partir de la perspectiva de sus participantes. Las principales características de esta corriente, que han permitido el desarrollo de investigaciones interpretativas en educación, son:

- Importancia de la conciencia subjetiva.
- Concepción de conciencia activa, capaz de atribuir significación a los hechos.
- Existencia de estructuras esenciales de la conciencia que permiten obtener conocimiento (Curtis, 1978; citado por Cohen y Manion, 1990).

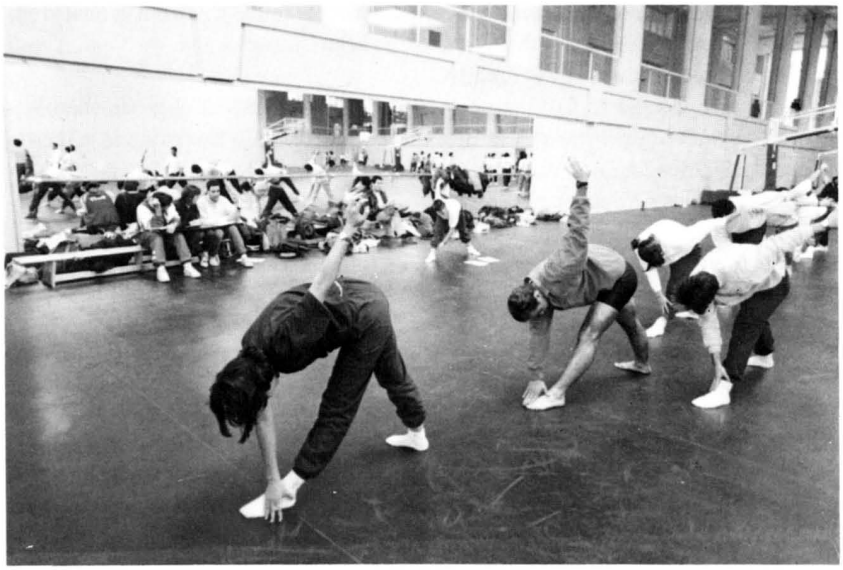
En la actualidad, en el campo educativo, tienen gran acogida estos nuevos planteamientos. El paradigma interpretativo establece el acceso al conocimiento a partir de la vivencia subjetiva. La introspección como método de investigación permite acceder a la vida mental de los docentes a través de las descripciones que realizan en determinadas situaciones. Esta doble influencia, tanto del positivismo como de la fenomenología, marcó la coexistencia de diversos paradigmas vigentes en educación.

Tradicionalmente, los autores han diferenciado dos enfoques metodológicos, el cuantitativo, de raíz positivista, y el cualitativo, inspirado en la fenomenología. Recientemente, y tras el nacimiento de la teoría crítica (neomarxismo) parecen ampliarse a tres los paradigmas en educación. Así, en la actualidad, son varios los autores que hablan de tres paradigmas educativos (Koetting, 1984; Popkewitz, 1984; Guba, 1985; Morin, 1985; De Miguel, 1988; en Arnal y otros, 1992):

- Positivista.
- Interpretativo.
- Sociocrítico.

Las raíces filosóficas de estos tres paradigmas han sido objeto de estudio para Soltis (1984, citado por Colás, 1992), que establece los siguientes orígenes:

- Paradigma positivista–Empirismo lógico.
- Paradigma interpretativo–Fenomenología e interaccionismo simbólico.
- Paradigma crítico–Neomarxismo.



A continuación exponemos un breve repaso de las características de los tres paradigmas educativos.

1. El positivismo ha desarrollado en educación un paradigma cuantitativo, empírico, racionalista, basado en los postulados de Comte, y, más recientemente, en el neopositivismo de Popper. Lo más característico de su aplicación a la investigación educativa es la búsqueda de leyes universales que desarrollen teorías científicas que guíen la acción educativa. Sus objetivos son explicar, predecir y controlar los fenómenos educativos, utilizando para ello el método científico. Popkewitz (1988) concreta la aplicación a la educación de los presupuestos de este paradigma en cinco enunciados:

   - La teoría ha de ser universal, no vinculada a contextos particulares.
   - Los enunciados científicos son independientes de los fines y valores de los sujetos participantes.
   - El mundo social es susceptible de ser analizado como sistema de variables separadas.
   - Las variables de estudio deben ser operativizables y medidas en condiciones de fiabilidad.
   - La estadística es el principal instrumento de análisis de datos.

2. La visión sociocrítica de la educación parte del hecho de que la ciencia no es neutral, y de que el objetivo central del investigador debe ser transformar las estructuras de las relaciones sociales. Sus raíces se sitúan en la Escuela de Frankfurt, de Adorno y Horkheimer, el neomarxismo de Apple y Giroux, y en la teoría crítica social de Habermas.
   Los planteamientos metodológicos son similares a la investigación descriptiva, con técnicas cualitativas de recogida de datos, al que añaden el componente ideológico. Sus objetivos son describir y comprender la realidad educativa para transformarla.

3. La investigación interpretativa, también llamada naturalista, cualitativa, descriptiva, humanista, etnográfica, etcétera, remonta sus antecedentes históricos a la inicial distinción de Dilthey entre las ciencias naturales y ciencias humanas, a las que era necesario aplicar méto-



dos hermenéuticos e interpretativos. Posteriormente, son los trabajos de campo de Malinowski en el ámbito de la antropología social, los estudios de sociología urbana de la Escuela de Chicago, que se concretan en los trabajos de Spindler (1955) y Kimball (1974) sobre sociología escolar, y los más recientes trabajos educativos de Stenhouse (1978) y Elliot (1976) en el Reino Unido, las referencias más significativas (en Erickson, 1986).

Los objetivos básicos de la investigación interpretativa son analizar y comprender el problema para actuar sobre él. Entre los postulados básicos, y siguiendo a Colás (1992), destacamos:

- La ciencia no es algo abstracto y aislado del mundo, sino que está contextualizada. Los significados de los individuos participantes en la investigación se dan en un marco de relaciones concretas y particulares.
- La conducta humana es compleja y diferenciada. No es posible utilizar la metodología de las ciencias naturales recurriendo a explicaciones causales.
- Las teorías son relativas, no tienen un carácter normativo, sino más bien ideográfico y particular. Dado que la realidad educativa es múltiple, ésta debe ser abordada de forma holística, con lo cual no será posible determinar una visión única.
- La finalidad es comprender los fenómenos educativos a través de las percepciones e interpretaciones de sus participantes. No se trata de explicar, predecir y controlar los hechos, sino de comprenderlos para actuar sobre ellos.
- No se busca la generalización, no se pretende llegar a abstracciones universales, sino a concretas perspectivas de actuar sobre la realidad. Se generan teorías que tienen un carácter comprensivo y orientativo.
- Las teorías generadas en la investigación cualitativa, para Goetz y LeCompte (1988), presentan cuatro características:

1. Son inductivas; se desarrollan desde abajo, a través de la relación entre diversas evidencias empíricas.
2. Son generativas; se descubren proposiciones desde la evidencia de los datos.
3. Son constructivistas; las categorías de análisis aparecen en el curso de la descripción mediante procesos de abstracción.
4. Son subjetivas; parten de interpretaciones particulares y contextualizadas.

Los investigadores de enseñanza de la educación física no son ajenos a este debate de paradigmas. Las primeras investigaciones se realizaron dentro del paradigma positivista, utilizando la observación sistemática como principal fuente de acceso al conocimiento, influenciadas por la masiva utilización, durante las décadas de los sesenta y los setenta, del método científico en las ciencias de la educación.
La investigación interpretativa realizada en la enseñanza de la educación física ha sido fuente de innumerables críticas, debido al carácter poco riguroso de algunos estudios. La propia evolución de las investigaciones realizadas dentro de este paradigma ha permitido dar mayor credibilidad a los trabajos. A pesar de todo, se hace necesario justificar continuamente el carácter riguroso de estos trabajos.
El objetivo del presente artículo es presentar los criterios de credibilidad que, inspirados por Guba (1981), han ido dando forma metodológica a la investigación cualitativa en educación física.

La credibilidad de la investigación cualitativa

La validez de las investigaciones experimentales en ciencias de la educación son poco discutidas en el ámbito académico debido a la utilización del método científico. Las premisas de validez interna, generalización, fiabilidad y objetividad deben ser cumplidas para alcanzar la condición de cientificidad.
En la investigación de la enseñanza de la educación física, debido al carácter decisional de la actuación del profesor, se hace difícil, y cada día más, la utilización del método científico de acuerdo a los criterios apuntados, por lo que es necesario el cambio de perspectiva de la metodología de investigación.
Una muestra de la dificultad de la utilización de diseños experimentales en la enseñanza de la educación física es el estudio realizado, durante los dos últimos cursos, en la facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la universidad de Granada, donde, para analizar el contenido del pensamiento de los profesores de Educación Física en formación, se recurrió a un enfoque cualitativo, basado en la utilización del estudio de casos, dado que permitía analizar en profundidad las reflexiones que los profesores elaboraban durante las prácticas didácticas.
Se realizó un diseño, con cuatro estudios de caso, en los que se analizaron los *diarios* de los cuatro docentes. Se siguió una metodología cualitativa, basada en el análisis de contenido, intentando llevar a cabo los criterios de credibilidad sugeridos por Guba (1981) y por Goetz y LeCompte (1984).
Partiendo de los trabajos de Guba, y de Goetz y LeCompte sobre la credibilidad de la investigación naturalista, pasamos a exponer un análisis comparativo de los criterios de validez de los dos tipos de investigación, experimental y naturalista, concretando esta última en el trabajo de investigación realizado sobre el pensamiento de los profesores de educación física.

Conceptos de credibilidad en la investigación educativa

Validez interna

Este término positivista hace alusión a

	CONCEPCIÓN EXPERIMENTALISTA	CONCEPCIÓN CUALITATIVA
VERACIDAD	VALIDEZ INTERNA	CREDIBILIDAD
APLICABILIDAD	VALIDEZ EXTERNA GENERALIZACIÓN	TRANSFERENCIA
ESTABILIDAD DEL PROCESO DE MEDICIÓN	FIABILIDAD	DEPENDENCIA
NEUTRALIDAD EN EL ANÁLISIS	OBJETIVIDAD DEL INVESTIGADOR	CONFIRMACIÓN OBJETIVIDAD DE LOS DATOS

la relación entre la variable independiente y la variable dependiente, es decir, se trata de demostrar si los cambios producidos en el fenómeno (VD) son debidos a la acción del programa de intervención (VI) (ver cuadro).

Esta relación de causalidad necesita estar protegida por un estricto control experimental para poder garantizar que los cambios son debidos únicamente a la intervención. De ahí la gran importancia que adquiere la asepsia procedimental y el control de las variables extrañas.

Para garantizar esta relación de causalidad, la solución que plantean los investigadores es la de aislar las variables intervinientes, utilizando un diseño de grupo control-grupo experimental, anulando la influencia de las variables extrañas, y aleatorizando la muestra seleccionada.

Otros problemas que cuestionan la validez interna de los diseños experimentales son, en primer lugar, el de la exactitud de la medida, y, en segundo, la neutralidad del experimentador.

La pregunta que flota sobre todos los diseños de investigación es: ¿Los científicos observan y miden realmente lo que creen observar y medir? (Goetz y LeCompte, 1984).

Por tanto, la relación de causalidad entre variables intervinientes, el control de variables extrañas, y la exactitud y neutralidad de la media son los problemas de validez interna de los diseños experimentales.

La investigación interpretativa necesariamente debe huir de estos presupuestos, dado que los investigadores en las ciencias de la educación no pueden relacionar ciertas variables, que no están unidas de forma natural, sino por el efecto del propio diseño; tampoco pueden separar ni aislar variables que actúan globalmente sobre la realidad educativa; ni, finalmente, romper un grupo natural para extraer el grupo control y el experimental.

El control y la aleatorización positivista, que garantiza la repetición del experimento cuantas veces queramos, desnaturaliza el problema, dado que, como bien decía Heráclito, uno no puede entrar dos veces en la misma agua, puesto que ésta fluye y cambia continuamente. Del mismo modo, en educación los hechos no son repetibles, dado que los participantes son seres humanos, que nunca actúan dos veces bajo las mismas condiciones.

El hecho de que los investigadores naturalistas no puedan garantizar la relación de causalidad entre variables, dadas las características de su objeto de estudio, no es óbice para que sí deban mostrar la credibilidad de las interpretaciones realizadas a partir de las pruebas documentales encontradas.

Del mismo modo, deben mostrar la validez de los instrumentos de recogida de datos, para garantizar, en palabras de Hansen (1979, citado por Goetz y LeCompte, 1984), "que las conclusiones representan efectivamente la realidad empírica" y que "los *constructos* diseñados por los investigadores miden categorías reales de la experiencia humana".

Los investigadores interpretativos no pueden renunciar a demostrar la validez de sus diseños. Por ello, han tenido que buscar un enfoque que, si bien es diferente, pueda garantizar esta validez. El término que mejor se adapta a esta nueva perspectiva naturalista es el de credibilidad.

Este concepto explica la validez interna de los datos obtenidos en la investigación. La solución naturalista no pasa por trabajar en contextos artificiales, para controlar objetivamente todas las variables, sino por trabajar en contextos reales, asumiendo la enorme complejidad de los mismos y elaborando diseños de casos que nos acerquen en mayor profundidad al problema, a la vez que cumplan con la credibilidad.

Guba (1981) habla de la necesidad de presentar datos aceptables, y para ello se deben contrastar las interpretaciones a través de los siguientes procedimientos:

Triangulación

Tanto en cuanto a las fuentes de los datos como en las perspectivas de los participantes, para avalar la validez de los datos encontrados. En nuestro trabajo con profesores de educación física en formación utilizamos tres métodos para la recogida de datos:



1. Los *diarios* de los profesores, de los que recogíamos el pensamiento de los docentes sobre lo que ocurría en el aula a partir de sus reflexiones "en caliente".
2. Las entrevistas a los profesores, realizadas en cuatro momentos del curso, en las que, de forma más serena y con una panorámica más general, analizaban lo ocurrido en el aula.
3. La observación sistemática de la conducta del profesor en la clase, realizada por alumnos colaboradores.

De igual manera, se utilizó la triangulación de perspectivas a partir de las reflexiones de los docentes (*diarios* y entrevistas), de los observadores (registros de observación sistemática) y del investigador (notas de campo, durante la observación diaria de las clases).

Trabajo prolongado
Para evitar la distorsión producida por el propio contexto de investigación (presencia de cámaras, observadores, expectativas de los sujetos), como por las creencias y prejuicios de los investigadores. Los estudios prolongados garantizan la mayor validez de los datos. El diseño utilizado en nuestra investigación tuvo una duración de ocho meses, lo cual nos permitió estudiar el pensamiento y la conducta del profesor a lo largo del tiempo, constatando su carácter evolutivo.

Observación persistente
Para evitar la precipitación de los juicios concretos. La interacción continua con el fenómeno objeto de estudio permite comprenderlo mejor, y, por tanto, que las interpretaciones sean más creíbles.
Para nuestro trabajo consideramos necesario que el investigador fuera observador participante durante todo el proceso, asumiendo el papel de supervisor, así como de observador externo de todas las sesiones de enseñanza.

Recogida de material de adecuación referencial
Nos permite contrastar los descubrimientos a lo largo del tiempo. Se grabaron todas las sesiones de enseñanza en vídeo, así como las entrevistas, que posteriormente fueron transcritas en su totalidad.

Comprobaciones con los participantes
Con ellos se comparten y discuten los descubrimientos e interpretaciones. Al menos dos de los profesores pudieron revisar el contenido de los informes, con los que se negoció su redacción definitiva.

Validez externa

Concepto que, según los presupuestos experimentales, trata de la generalización de los resultados. La validez externa de un diseño se determina por "la capacidad que tienen los datos de representar otras situaciones, otros contextos u otras muestras diferentes" (Buendía, 1992).
La cuestión básica sería: ¿Cómo determinar el grado en que pueden aplicarse los descubrimientos de una investigación particular a otro contexto o con otros sujetos? (Guba, 1981).
Los investigadores positivistas se preocupan por el carácter representativo de la muestra seleccionada, y tratan de asegurar la generalización posterior a toda la población.
La validez externa experimental se mide en términos de probabilidad, de tal modo que se establece el siguiente enunciado: "Cuanto más representativa sea la muestra, más probable es que lo que ha ocurrido en el grupo experimental ocurra en el resto de la población".
Se utilizan procedimientos estadísticos para seleccionar la muestra, aleatorizando la distribución de los sujetos estudiados entre los grupos de control y el experimental, tras la medición inicial de la variable de estudio, controlando un reparto representativo de las características de los sujetos.
Los investigadores experimentales llegan a controlar con tanto celo la muestra, para asegurar su representatividad, que se alejan de las condiciones contextuales en las que actúa la mayoría de la población representada.
Los escenarios, y no sólo la muestra, deberían ser representativos para asegurar la generalización. De ahí que cuanto más control experimental exista (validez interna), más difícil es la generalización (validez externa).
Lo más relevante de la generalización

experimental es que las conclusiones se consideran permanentes, es decir, invariables en el tiempo. Se enuncian verdades universales, independientes del contexto.

Los investigadores naturalistas asumen que los resultados obtenidos no son generalizables en términos de representatividad de la muestra, es decir, en términos probabilísticos. Su postura es mucho más humilde, al establecer que los datos tan sólo son extrapolables en contextos similares, y, sobre todo, que de lo que están seguros es de que el proceso seguido en la investigación simplemente puede servir de orientación para el trabajo de otros investigadores que se enfrenten con problemas similares.

Puesto que en educación los contextos y los problemas son muy particulares, la validez externa debe establecerse en términos de transferibilidad. "El naturalista no intenta establecer generalizaciones que se mantengan en todo tiempo y lugar, sino formar hipótesis de trabajo que se puedan transferir de un contexto a otro, dependiendo del grado de similitud de los contextos" (Guba, 1981).

Goetz y LeCompte (1984) establecen que para poder transferir los hallazgos se hace necesario actuar del siguiente modo:

- Descripción precisa del contexto, especificando de forma minuciosa las características de las instituciones, de los materiales, de los participantes, así como de las relaciones entre ellos, para así poder establecer juicios de correspondencia.

Nuestro trabajo incluyó un relato pormenorizado de los centros escolares, tanto en cuanto a las características generales del centro como de las particulares del grupo aula. Igualmente, se describieron las peculiaridades del centro de formación (facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte). Fue también necesario definir las características básicas de los participantes, profesores-as en formación, tutores de los centros escolares, observadores, investigador, al igual que los datos generales de los niños-as de los colegios.

- Descripción del proceso de selección de casos, tratando de que sean representativos en cuanto a la variedad de situaciones y escenarios.

Nosotros elaboramos un conjunto de criterios, que retrataban al colectivo de alumnos en formación, así como los escenarios en donde se forman. A continuación buscamos los casos que reflejaban las características apropiadas, aunque teniendo en cuenta el carácter de voluntariedad de participación en la investigación, y los asignamos a cuatro escenarios, centros escolares diversos (centros públicos y privados, centros de BUP, FP y EGB).

- Descripción minuciosa del proceso seguido.

Con la descripción del proceso de formación docente pretendimos que futuros formadores pudieran hallar la transferencia a sus propios contextos. De tal modo que el grado de transferencia o generalización no se estableciera en función de la representatividad de la muestra, sino de la utilidad que para otros usuarios (formadores) pudiera tener la investigación. Es por ello que el nivel de generalización no lo determina el científico, sino el práctico, el usuario que aplica el proceso formativo.

Fiabilidad

Hace referencia a las condiciones de los instrumentos de medida, así como a las coincidencias entre los experimentadores al manejar los instrumentos de medición (objetividad). Se habla de que un instrumento es fiable cuando mide siempre lo mismo, en cualquier momento. De ahí la necesidad de calibrar, frecuentemente, y con precisión, el instrumento de medición.

Del mismo modo, se dice que el proceso de medición ha sido fiable cuando el protocolo de aplicación se ha estandarizado y se ha comprobado la coincidencia entre diferentes experimentadores. Cuando el instrumento de investigación es la observación sistemática, se dice que los registros son fiables cuando se ha realizado una prueba de fiabilidad, es decir, se ha comprobado cuantitativamente que los observadores coinciden, en términos estadísticos, en la observación del hecho.

Todos estos procesos de cálculo de fiabilidad tienen por objeto demostrar la objetividad de los procesos de medida, del registro, y con ello validar los datos obtenidos. En definitiva, se trataría de dar respuesta a la siguiente cuestión: ¿Sería posible obtener los mismos datos, si la medición la realizasen investigadores externos, al repetir el experimento? (Guba, 1981).

En la investigación naturalista no se renuncia a la fiabilidad. Lo que sí es cierto es que se orienta desde otra perspectiva. No se trata de repetir la investigación, en las mismas circunstancias en las que se realizó, dado que, como veíamos en el ejemplo de Heráclito, una situación educativa es irrepetible, sino de intentar mostrar que el proceso de codificación se ajusta a unos criterios de fiabilidad, definidos por la explicitación del proceso de interpretación, que debe ser sistemático y riguroso.

La subjetividad que representa este tipo de investigación interpretativa no tiene por qué entenderse en términos de falta de fiabilidad. El estudio del objeto, desde la perspectiva de varios observadores y en contextos concretos, nos lleva a renunciar a la objetividad, entendida como estabilidad del instrumento o del observador. No se trata de ver si coinciden en el cálculo de frecuencia, sino en la descripción y composición de los acontecimientos, dado que las categorías utilizadas son más complejas.

La fiabilidad va a venir dada por la dependencia existente entre los datos provenientes de diversos métodos o di-



versos participantes. Para conseguir esta dependencia se utilizan métodos complementarios que sirvan para cubrir recíprocamente las carencias de cada método, especialmente en lo relativo a la falta de objetividad.
Para asegurar esta dependencia también es necesario revisar los procedimientos utilizados, analizando las condiciones de fiabilidad en las que se han realizado (definición de categorías empleadas, pruebas de fiabilidad entre observadores, etcétera). Las interpretaciones realizadas serán fiables si el procedimiento ha sido sistemático y riguroso.
Los procedimientos de fiabilidad que pueden utilizarse en la investigación naturalista son los siguientes:

Triangulación
Al igual que con la credibilidad, se trata de demostrar que las evidencias obtenidas con un método coinciden con las obtenidas con otro método. Se trata de cruzar los datos provenientes de diversas fuentes y comprobar su dependencia.
La investigación que realizamos nos permitió comprobar la dependencia existente entre los problemas del profesor en el aula, recogidos a través de la observación sistemática, y el reflejo que ello tenía en el *diario* del docente, de tal manera que cuando había problemas de control con los alumnos éstos aparecían tanto en el registro de observación como en el *diario*, a la vez que era expresado en la entrevista.

Participación de otros investigadores
La participación de más de un investigador en el proceso de codificación garantiza la fiabilidad de los datos, pese a que cada uno aporta su propia subjetividad.
En el análisis del contenido de los *diarios* realizamos una prueba para calcular la coincidencia existente entre tres investigadores. Se codificó una muestra de cada diario, comprobando que los tres investigadores realizaban los mismos juicios.

Negociación de los significados
El proceso de categorización debe partir del análisis inductivo de los documentos, por lo que se hace necesario consensuar qué categorías vamos a utilizar, y, sobre todo, qué significado van a tener.
Los tres investigadores negociamos las categorías que íbamos a utilizar, al igual que acordamos la definición operativa de cada una de ellas, al objeto de tener un significado común de los hechos.
Con esta sistematización del proceso de codificación nos acercamos a la objetividad de la medición experimental, pero sin renunciar a la subjetividad propia de las diferentes personas que observan una realidad educativa.

Neutralidad

Los investigadores experimentales parten de la idea de que debe existir una total asepsia, imparcialidad, durante todo el proceso de investigación, pero es en el momento del análisis cuando ésta debe ser más necesaria. Por tanto, la objetividad del análisis es lo que entendemos por neutralidad.
La pregunta que plantea Guba (1981) es: ¿Cómo establecer el grado en que los descubrimientos de una investigación sólo son función de los sujetos investigados y condiciones de la investigación, y no de las inclinaciones, motivaciones, intereses, perspectivas, etcétera, del investigador?
Este apartado hace referencia a las relaciones entre investigador y objeto investigado. Los presupuestos positivistas asumen que cuanto más alejado esté el investigador del objeto más neutral ha sido su actuación, y, por tanto, más validez tienen los datos. Lo que es cierto es que en el proceso de análisis es cuando se pone en juego la supuesta neutralidad. La objetividad del análisis se pone frecuentemente en duda cuando al utilizar la estadística vamos buscando la confirmación de la hipótesis definida. La propia elección del estadístico está en función de lo que queremos conseguir, lo que deseamos probar. Con el fin de eliminar esta duda, los investigadores experimentalistas debieran utilizar procedimientos de falsación, que garantizan mayor neutralidad que los de verificación.
La investigación naturalista, una vez más, debe cambiar de orientación. No es posible alejarse del objeto para estudiarlo, dado que perdería toda la riqueza del análisis. Para captar las perspectivas de los participantes, en la línea más fenomenológica, es necesario investigar desde dentro, formar parte del problema. Ésta es una de las principales características de los estudios naturalistas. Por lo tanto, la neutralidad en el proceso de análisis hay que buscarla en términos de confirmabilidad.
Asumiendo que el investigador interpreta de forma subjetiva, se hace necesario trasladar la objetividad del investigador a los datos, confirmando los hallazgos encontrados.
Lo que sí debemos incluir en toda investigación interpretativa son las evidencias documentales que puedan probar los hechos descritos. Lo que no es admisible es que las interpretaciones respondan a invenciones del investigador.
Por tanto, para garantizar la neutralidad del análisis, debemos utilizar los siguientes procedimientos:

- Saturación. Consiste en mostrar las pruebas documentales suficientes para confirmar las interpretaciones realizadas. Cada categoría debe aparecer varias veces para poder ser aceptada. El recuento de frecuencias, en nuestro estudio, nos permitió establecer la importancia de cada una de ellas dentro del pensamiento del sujeto.
- Elaboración de informes amplios, en los que se incluya la transcripción de las referencias documentales. En nuestros informes de caso aparecían extractos de los *diarios* de los profesores, así como de las entrevistas.
- Descripción minuciosa de los hechos, en la que se expresen los pensamientos de los participantes. Para convencer de las afirmaciones no bas-

ta con presentar datos, sino que debemos incluir el relato detallado de las condiciones en que ocurre el hecho.

- Facilitar la rèplica. Como última garantía de neutralidad, se trataría de ofrecer la posibilidad de revisión de nuestro trabajo a otros investigadores. Para ello, en nuestra investigación decidimos realizar las siguientes acciones:

1. Proporcionamos los documentos utilizados, para que pudiera verificarse la validez de los datos que respaldan las interpretaciones.
2. Describimos el listado de categorías utilizado, el proceso seguido en su elaboración, así como los significados dados a cada categoría.
3. Explicamos cuál había sido el papel del investigador, así como la relación que había tenido con los participantes, para que pudiera comprenderse su influencia en las interpretaciones.
4. Definimos los presupuestos previos del investigador, sus teorías implícitas, para que se conociera el marco en el que se había elaborado el análisis.

Para concluir, quiero comentar que los investigadores interpretativos que trabajamos en el Área de Enseñanza de la Educación Física debemos perder el complejo por no utilizar el método científico ni los diseños experimentales. Por el contrario, sí debemos sentir la seguridad de la validez de nuestros estudios interpretativos, actuando con rigor y sistematicidad, para garantizar la credibilidad y replicabilidad de las investigaciones.

Bibliografía

ANGULO RASCO, J.F. (1990) "El problema de la credibilidad y el lugar de la triangulación en la investigación interpretativa: un análisis metodológico", en MARTINEZ RODRIGUEZ, J. B. (Eds.) *Hacia un enfoque interpretativo de la enseñanza*. Granada: Servicio de Publicaciones de la Universidad.

ARNAL, J., DEL RINCON, D. y LATORRE, A. (1992) *Investigación educativa. Fundamentos y metodología*. Barcelona: Labor.

BAIN, L. (1990) "Physical Education Teacher Education", en HUOUSTON, R. (Eds.) *Handbook of Research in Teacher Education*. Nueva York: Mc Millan.

BARDIN, L. (1986) *Análisis de contenido*. Madrid: Akal.

BISQUERRA, R. (1989) *Métodos de investigación educativa*. Barcelona: CEAC.

COHEN, L. y MANION, L. (1990) *Métodos de investigación educativa*. Madrid: La Muralla.

COLAS, M.P. y BUENDIA, L. (1992) *Investigación educativa*. Sevilla: Alfar.

COOK, T.D. y REICHARDT, Ch. S. (1986) *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa*. Madrid: Morata.

DEL VILLAR, F. (1993) *El desarrollo del conocimiento práctico de los profesores de Educación Física a través de un programa de análisis de la práctica docente. Un estudio de casos en formación inicial*. Tesis doctoral inédita.

ERICKSON, F. (1986) "Métodos cualitativos de investigación sobre la enseñanza", en WITTROCK, M. (Eds.) *La investigación de la enseñanza, II*. Barcelona: Paidós.

FRAILE ARANDA, A. (1990) "La investigación-acción en la Educación Corporal", en PÉREZ SERRANO, M.G. (1990) *Investigación-acción. Aplicaciones al campo social y educativo*. Madrid: Dykinson.

GOETZ, J.P. y LECOMPTE, M.D. (1984) *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid: Morata.

GUBA, E. (1981) "Criterios de credibilidad en la investigación naturalista", en GIMENO, J. y PÉREZ GOMEZ, A. (Eds.) *La enseñanza: su teoría y su práctica*. Madrid: Akal.

HOPKINS, D. (1989) *Investigación en el aula*. Barcelona: PPU.

KUHN, T.S. (1972) *La estructura de las revoluciones científicas*. México: FCE.

LAKATOS, I. (1976) *Metodología de los problemas de investigación científica*. Madrid: Alianza.

MARTINEZ RODRIGUEZ, J.B. (1990) *Hacia un enfoque interpretativo de la enseñanza*. Granada: Servicio de Publicaciones de la Universidad.

PÉREZ SERRANO, M.G. (1990) *Investigación-acción. Aplicaciones al campo social y educativo*. Madrid: Dykinson.

POPKEWITZ, T. (1988) *Paradigma e ideología en investigación educativa*. Madrid: Mondadori.

RIVAS, J.I. (1990) *Investigación naturalista en Educación*. Valencia: Promolibro.

SHULMANN, L. (1989) "Paradigmas y programas de investigación en el estudio de la enseñanza: una perspectiva contemporánea", en WITTROCK, M. (Eds.) *La investigación de la enseñanza, I*. Barcelona: Paidós.

STENHOUSE, L. (1985) *La investigación como base de la enseñanza*. Madrid: Morata.

TAYLOR, S.J. y BOGDAN, r. (1990) *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires: Paidós.

WITTROCK, M. (1989) *La investigación de la enseñanza, I-II-III*. Barcelona: Paidós.

Vicente Ortiz Cervera,
Licenciado en Educación Física, Facultad de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. First degree, Delaware, EUA.
Especialista en entrenamiento de fuerza y acondicionamiento físico, EUA.

TESTOSTERONA: EFECTOS FISIOLÓGICOS EN EL ORGANISMO Y SUS RESPUESTAS AL ENTRENAMIENTO DE FUERZA

Resumen

Revisión de los efectos fisiológicos de la testosterona y su respuesta ante las variables del entrenamiento de fuerza. Se concluye que las programaciones de fuerza con un alto volumen de entrenamiento, alta intensidad de carga, cortos periodos de recuperación entre series, determinado número de repeticiones, entrenamientos realizados por las tardes y prolongadas sesiones con elevados pesos son los factores determinantes para el aumento de la secreción de la testosterona y, en consecuencia, de un gran desarrollo de la hipertrofia muscular y de la fuerza.

***Palabras clave*: testosterona, entrenamiento de fuerza, hipertrofia muscular, variables del entrenamiento.**

Introducción

La testosterona es un andrógeno, es decir, una hormona esteroidea que causa las características distintivas de la persona masculina. Es una hormona con efectos anabolizantes, y desempeña un papel determinante en el mantenimiento y desarrollo del músculo y del hueso (7). La testosterona es producida por las células intersticiales de Leydig (situadas en los testículos) y por la corteza suprarrenal. La testosterona es transportada en el plasma unida a una proteína (globulina B) que fija del 97 al 99% de la testosterona plasmática, quedando el resto como fracción libre. La testosterona circula en la sangre entre 15 y 30 minutos (8); se fija en los tejidos o se metaboliza en productos inactivos por medio del hígado y, posteriormente, estos productos son eliminados por la orina (8). Cantidades muy pequeñas son secretadas por la mujer tanto en el ovario como en las glándulas suprarrenales.

La testosterona actúa en la mayoría de los tejidos corporales, como el tejido adiposo, ciertos núcleos del cerebro, músculo esquelético, etcétera (8, 7, 14).

Funciones fisiológicas

La testosterona tiene una incidencia crítica en la reproducción. La sustancia, probablemente, empieza a ser elaborada por el feto masculino en el segundo mes de vida embrionaria. La secreción de esta hormona por las crestas genitales y testículos es la que origina el desarrollo de las características genitales, siendo de esencial importancia en el control de la espermagénesis (7, 14).

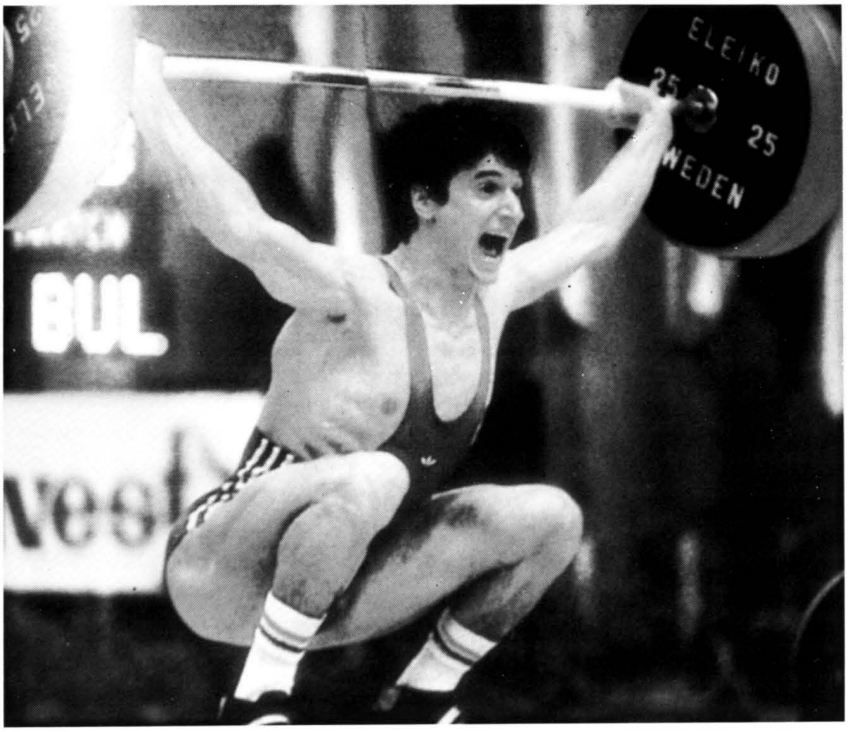
La testosterona incide, al mismo tiempo, en las características masculinas, las cuales incluyen el desarrollo de los caracteres sexuales primarios y secundarios, como la distribución del pelo corporal, la calvicie, el efecto sobre la voz, sobre la piel, sobre la aparición del acné, en el desarrollo de la líbido y en el comportamiento agresivo (7, 14).

La testosterona incide positivamente en la estimulación, crecimiento y desarrollo de las células musculares (15), aunque no en su número. El incremento de la masa muscular o hipertrofia muscular es debido a la síntesis de glucógeno muscular y aumento de los depósitos de fosfocreatina y proteínas contráctiles del músculo (5). El depósito de proteínas cesa al cabo de varios meses aunque exista un aporte externo de testosterona (5, 7). Este proceso no ocurre si se estimula el músculo mediante un entrenamiento de fuerza con sobrecargas a partir de unas determinadas edades (1, 2, 3). Al mismo tiempo, la testosterona produce un incremento en el espesor del hueso y en el depósito de sales cálcicas, lo que conlleva un aumento de la cantidad de matriz ósea y de la retención cálcica, con lo que este proceso resulta en huesos más grandes y fuertes (3, 4, 7). Por otra parte, en algunos casos, su elevada concentración conlleva problemas en los platos epifisales de los huesos en los niños (14).

La testosterona produce efectos positivos en el metabolismo basal; de hecho, cantidades muy elevadas de testosterona pueden llegar a aumentar el metabolismo basal hasta en un 15%.

Aunque las investigaciones sobre la testosterona y su efecto sobre el aumento del número de glóbulos rojos no son concluyentes, esta hormona podría ser un factor determinante del mencionado aumento (18). Otras investigaciones incluyen el incremento en la reabsorción de sodio en los riñones, el incremento en el grosor de la piel, la resistencia de los tejidos cutáneos, el depósito de cantidades crecientes de melanina en la piel y la intensidad de secreción de algunas glándulas sebáceas, en particular en las glándulas sebáceas de la cara (7, 14, 18).

Evolución de los niveles de testosterona respecto a la edad y sexo



Los cambios en las secreciones hormonales son los responsables de muchos de los cambios significativos en niños y niñas durante la pubertad, aunque no anteriormente. Conforme el niño/a avanza en su edad va aumentando su talla y peso sin ningún tipo de entrenamiento debido a la influencia de los cambios hormonales (7, 15). La testosterona tiene una relación directa con el desarrollo de la fuerza del niño/a (16; ver figura 1).

En las niñas, otras hormonas, como los estrógenos y la hormona del crecimiento, poseen funciones similares. La testosterona alcanza valores absolutos a partir de los 14 o 15 años y posteriormente se mantiene constante hasta los 40 años de edad, para descender progresivamente hasta los 70 años. La secreción de testosterona mantiene un ritmo circadiano, siendo las concentraciones medias de la hormona menores por la mañana que por la tarde.

Los hombres poseen niveles de testosterona muy superiores a los de las mujeres (de 10 a 20 veces superiores), siendo ésta una de las causas de la gran diferencia de masa muscular y de fuerza entre hombres y mujeres (7, 15, 23). En el periodo menstrual de la mujer se ha comprobado un considerable aumento de los niveles de testosterona y de andrógenos (hormona femenina secretada por la glándula adrenal y los ovarios) durante los dos tercios del proceso menstrual (21).

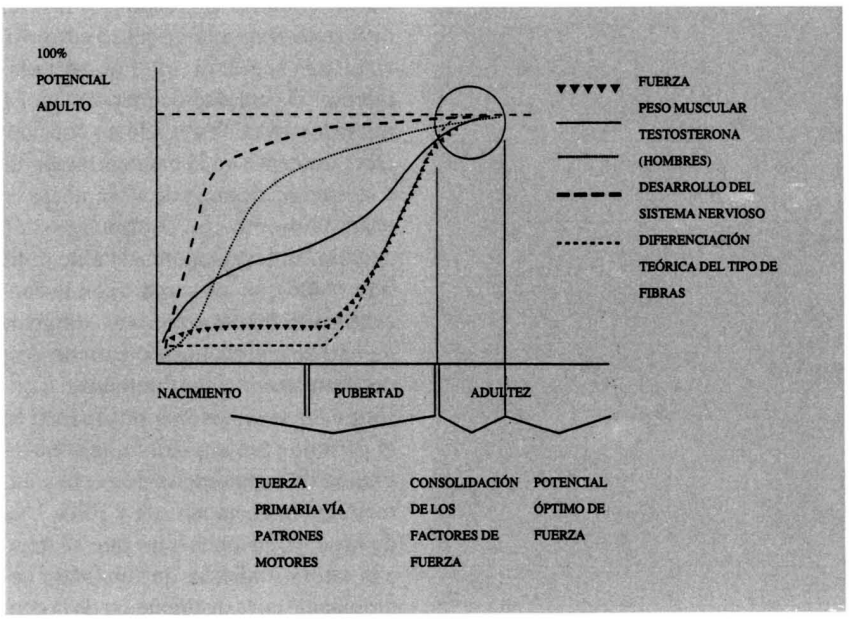


Figura 1

Respuestas fisiológicas al entrenamiento de fuerza

Según las concepciones más actuales sobre la definición de fuerza dentro del campo del entrenamiento deportivo se define la fuerza como "la capacidad que tiene el músculo de generar tensión muscular"; según el tiempo en el cual se esté generando tensión muscular, el tipo de fuerza variará (17).

Los tipos de fuerza son los siguientes:

1. Fuerza explosiva: supone aplicar la máxima tensión muscular en el mínimo tiempo posible. Un claro ejemplo de este tipo de fuerza son los saltos o lanzamientos.
2. Fuerza máxima: es la aplicación de la máxima tensión muscular sin te-

ner en cuenta el factor tiempo (por ejemplo, un levantamiento máximo en *power lifting*).

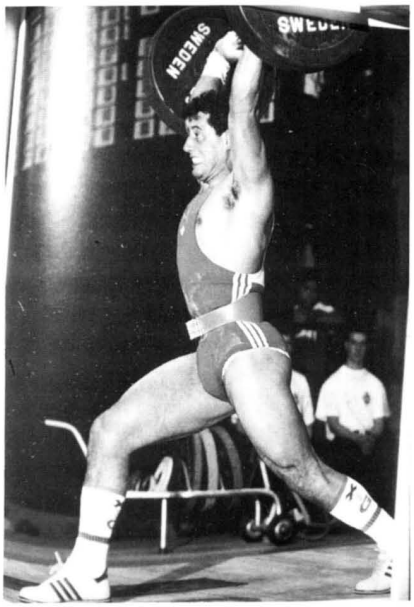
3. Fuerza-resistencia: es la generación de una tensión muscular elevada pero no máxima durante largo periodo de tiempo (por ejemplo, una prueba de remo).

Tras las medidas realizadas sobre la testosterona y su respuesta al entrenamiento de fuerza se demuestra que el entrenamiento de fuerza con sobrecargas incrementa la concentración de testosterona por encima de los niveles que los halterófilos poseían en reposo (4, 8, 12, 22; ver figura 2), no habiendo diferencias significativas entre iniciados y avanzados.

Un factor de crucial importancia a valorar son las variables del entrenamiento de fuerza explosiva y máxima (ver figura 3) y su relación con la producción de testosterona.

De hecho, la producción de testosterona es mayor cuando los tiempos de descanso entre series se reducen, a pesar de que la intensidad se mantenga (3). Por lo tanto, debemos considerar que la intensidad de carga y el tiempo de recuperación entre series conllevan un aumento en la secreción de testosterona. Otras investigaciones afirman que el tiempo total de la sesión es un factor determinante que tiene una relación directa con el tiempo en que los niveles de testosterona permanecen elevados (8, 12).

Otras investigaciones de especial relevancia nos muestran que los cambios en la concentración de testosterona sólo son aceptables ($p < 0,05$) si la carga es elevada y, más concretamente, entre el 70 y el 100 por ciento de la intensidad máxima (10, 11, 15, 22).



Otro aspecto a considerar es la hora en que se realizan los entrenamientos de fuerza. Las investigaciones más recientes nos indican que las concentraciones de testosterona en plasma disminuyen significativamente por la mañana y, por el contrario, aumentan significativamente por la tarde y noche (3, 10).

La capacidad de aumentar los niveles de testosterona a largo plazo sufre variaciones según el nivel de entrenamiento y la calidad del deportista. En iniciados se ha observado un considerable aumento de la concentración de testosterona después de 12 semanas de entrenamiento con sobrecargas; en cambio, en levantadores de élite se ha observado que los cambios en la concentración de testosterona a lo largo de un año de entrenamiento han ido descendiendo considerablemente. Conforme los levantadores se situaban en el periodo precompetitivo, la concentración de testosterona decrecía y aumentaba la hormona LH y FSH. Una de las conclusiones a las que se llegó con estos estudios es que un factor determinante en la disminución de la concentración de testosterona es la dismi-

Ref.	Descripción del sujeto	Nº de ejercicios	Series /rep.	Intensidad (% de 1RM)	Respuesta test. (%)
4	Levantador universitario (+ de 2 años de eto.)	1	5/5	-	+25
	Levantador universitario iniciado	1	5/5	-	+14
	Levantador iniciado de enseñanza secundaria	1	3/5	-	+3
8	Levantador avanzado (1 año de eto.)	1	6/8 1/hasta el fallo muscular	70	+7
21	Deportistas familiarizados con el eto. de halterofilia	4	3/hasta el fallo muscular	80	+22
12	Levantadores de elite entrenamiento de mañana (a.m.)	3	5-10/1-3	70-100	+13
	Levantadores de elite entrenamiento de tarde (p.m.)	3	5-10/1-3	70-100	+37

Figura 2. **Respuestas de la testosterona al entrenamiento de fuerza**

- SERIES: bloque de repeticiones de un movimiento realizadas de manera consecutiva.

- REPETICIONES: ejecución de un movimiento o ejercicio.

- TIEMPO DE DESCANSO: recuperación necesaria entre series y ejercicios para volver a los estados iniciales de ATP-PC en el músculo.

-TIEMPO DE EJECUCIÓN: tiempo necesario o establecido pata terminar una serie.

-TIEMPO DE LA SESIÓN: tiempo idóneo de duración de un entrenamiento en base a las características del deportista, tipo de cualidad de fuerza, tipos de ejercicios, etc.

- ORDENACIÓN DE EJERCICIOS: estructura y orden en los que los ejercicios están ordenados unos detrás de otros en la sesión de entrenamiento.

- ELECCIÓN DE EJERCICIOS: tipo de ejercicio (localizado o multiarticular) y función específica.

- INTENSIDAD DE LA CARGA UTILIZADA: implica la sobrecarga a mover en cada ejercicio. Se calibra mediante el porcentaje de 1 RM o mediante repeticiones máximas.

Figura 3. Variables del entrenamiento de fuerza

nución del volumen de entrenamiento (número de entrenamientos, series, repeticiones, ejercicios, etcétera) e intensidad (9, 10, 12). No obstante, el nivel de testosterona estaba dentro de los límites normales. Algunos investigadores sugieren que la causa de este mantenimiento dentro del periodo precompetitivo es debido a la actuación de las gonadotropinas (10).

Otro estudio realizado durante dos años de entrenamiento demuestra un aumento de la concentración de testosterona, cortisol, FSH y LH al finalizar el periodo competitivo del segundo año (12).

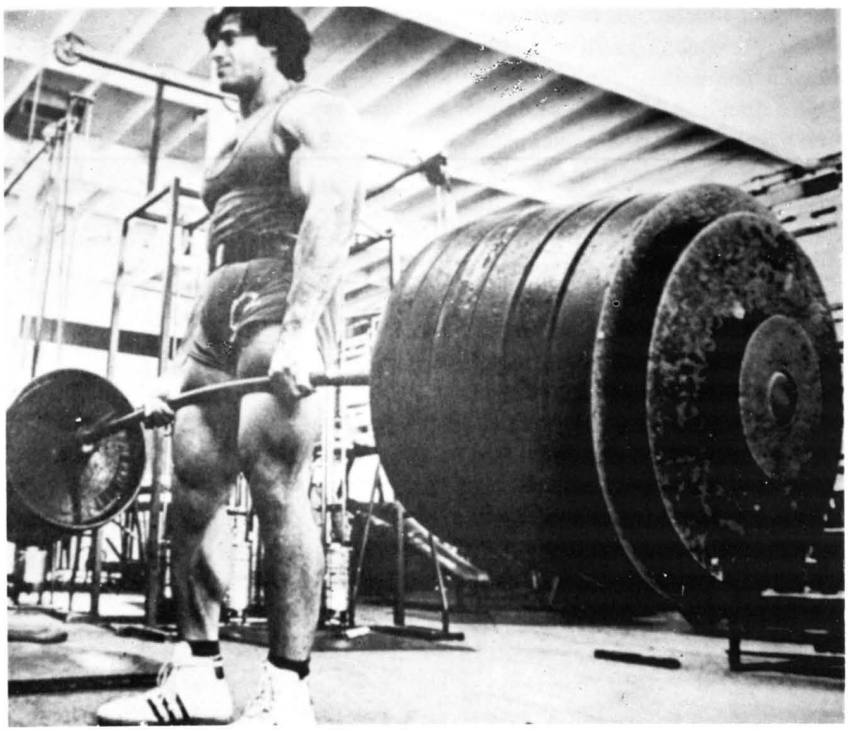
Los factores determinantes en la mejora de la fuerza son factores neuromusculares; no obstante, el factor de hipertrofia es clave en la inclusión de las planificaciones de fuerza (20; ver figura 4), en las cuales la concentración de testosterona tiene una importancia crucial.

Las investigaciones actuales postulan que los niveles de testosterona en reposo (23) y durante el entrenamiento de fuerza (22) en las mujeres son mucho más bajos. Especialistas en este campo como Hakkinen, Kraemer, Stone y otros indican que, probablemente, el uso de anabolizantes en las mujeres podría conllevar mejores resultados en el desarrollo de la fuerza que con los hombres. Informes empíricos afirman que las mujeres consiguen mejores resultados en los tests tres o cuatro días después del comienzo de la menstruación.

Conclusiones

Una vez valorada la revisión bibliográfica sobre las respuestas fisiológicas de la testosterona al entrenamiento de fuerza, se sugiere la aplicación de las siguientes conclusiones al entrenamiento de fuerza en deportistas adultos:

- Hacer hincapié en el factor de hipertrofia muscular como generador de fuerza una vez que la secreción de testosterona adquiera niveles similares a los de los adultos (15-16 años).
- Tener en cuenta los cortos periodos de recuperación entre series a la hora de mejorar la hipertrofia muscular (menos de 3 minutos).
- Buscar el fallo muscular en cada serie o combinar los cortos periodos de





Preparación → 1 transición → Competición → 2 transición (descanso activo)

Fases	Hipertrofia	Fuerza básica	Fuerza y potencia	Puesta a punto * o mantenimiento de la fuerza
series	3-10	3-5	3-5	1-3
repetic.	8-12	4-6	2-3	1-3
días de eto. semanal	3-4	3-5	3-5	1-5
núm de etos. diarios	1-3	1-3	1-2	1
intensidad en los ciclos**	2-3/1	2-4/1	2-3/1	-
intensidad	baja	alta	alta	de muy alta a baja
volumen	alto	moderado a bajo	bajo	muy bajo

* Puesta a punto de fuerza para deportes con una puesta a punto definida y concreta o bien para un mantenimiento de la fuerza en deportes con un largo periodo competitivo como el fútbol americano.
** Intensidad en los ciclos: establecimiento de 3 o 4 microciclos con aumento progresivo de la carga y uno final de descarga.

Figura 4. Planificaciones de fuerza

recuperación con las series al fallo muscular.

- Realizar un alto volumen en la planificación del entrenamiento si queremos mejorar la hipertrofia muscular.
- Establecer intensidades elevadas en el entrenamiento a la hora de planificar (por encima del 70% de 1 repetición máxima).
- No sobrepasar los límites de duración de la sesión de entrenamiento.
- Tener en cuenta las diferencias con las deportistas a la hora de planificar el entrenamiento y hacer también hincapié en otros factores (factores neuromusculares) que mejoran la fuerza en la mujer en mayor grado.

Bibliografía

(1) ADLERCREUTZ, H., HARKONEN, M., KUOPPASALMI, K., NAVERI, H., HUHTANIEMI, L., TIKHANEN, H., REMES, K., DESSYPRIS, A. y KARNOVEN, J. (1986) "Effects of training on plasma anabolic and catabolic steriod hormones and their response during physical exercise", *International Journal of Sports Medicine*, 7, p. 27-28 (supplement).

(2) BOONE Jr, J. B., LAMBERT, C. P., FYNN, M. G., MICHAUD, T. J., RODRIGUEZ-ZAYAS, J. A. y ANDRÉS, F. F. (1990) "Resistance exercise effects on plasma cortisol, testosterone and creatine kinase activity in anabolic-androgenic steroid users", *International Journal of Sports Medicine*, 11, p. 293-297.

(3) DOLVE, P. A., SEDIMAN, D. S., BURSTEIN, R., ARNON, R. y EPSTEIN, Y. (1990) "Androgenic response to long-term physical training in male subjects", *International Journal of Sports Medicine*, 11, p. 421-424.

(4) FAHEY, T. D., ROLPH, R., MOUNGMEE, P., NAGEL, J. y MARTARA, S. (1976) "Serum concentration, body composition and strength of young adults", *Med. Sci. Sports*, 8, p. 32-34.

(5) GRIGGS, R. C., KINGSTON, W., JOZEFOWICZ, R. F., HERR, B. F., FORRBES, G. y HALLIDAY, D. (1989) "Effects of testosterone on muscle mass and protein synthesis", *Journal of Applied Physiology*, 66, p. 498-503.

(6) GUEZENNEC, Y., LEGER, L., LHOSTE, F., AYMOND, M. y PESQUES, P. C. (1986) "Hormone and metabolite response to weight lifting training sessions", *International Journal of Sports Medicine*, 7, p. 100-105.

(7) GUYTON, A. C. (1984) *Tratado de fisiología médica*. México: Ed. Interamericana, p. 1176-1182.

(8) GUGLIELMINI, C., PAOLINI, A. R. y CONCONI, F. (1984) "Variations of serum testosterone concentration after physical exercise of different duration", *International Journal of Sports Medicine*, 5, p. 246-249.

(9) HAKKINEN, K., PAKARINEN, A., ALEN, M., KAUHANEN, H. y KOMI, P. V. (1987) "Relationships between training volumen, physical performance capacity, and serum hormone concentration during prolonged training in elite weighlifters", *International Journal of Sports Medicine*, 8, p. 61-65.

(10) HAKKINEN, K., PAKARINEN, A., ALEN, M., KAUHANEN, H. y KOMI, P. V. (1988) "Daily hormonal and neuromuscular responses to intensive strength training in 1 week", *International Journal of Sports Medicine*, 9, p. 422-428.

(11) HAKKINEN, K., PAKARINEN, A., ALEN, M., KAUHANEN, H. y KOMI, P. V. (1988) "Neuromuscular and hormonal responses in elite athletes to two successive strength training sessions in one day", *European Journal of Applied Physiology*, 57, p. 133-139.

(12) HAKKINEN, K., PAKARINEN, A., ALEN, M., KAUHANEN, H. y KOMI, P. V. (1988) "Neuromuscular and hormonal adaptation in athletes to strength training in two years", *Journal of Applied Physiology*, 65, p. 2406-2412.

(13) HAKKINEN, K., PAKARINEN, A., ALEN, M., KAUHANEN, H. y KOMI, P. V. (1988) "Serum hormones during prolonged training of neuromuscular performance", *European Journal of Applied Physiology*, 53, p. 287-293.

(14) HEDGE, G. A., COLBY, H. D. y GOODMAN, R. L. (1987) *Clinical Endocrine Physiology*. Filadelfia: PA.W.B. Saunders, p. 161-188

(15) KRAEMER, W. J., MARCHITELLI, L., GORDON, S., HARMON, E., DZIADOS, J., MELLO, R., FRYKMAN, P., MCCURRY, D. y FLECK, S. (1990) "Hormonal and growth factors responses to heavy resistance exercise", *Journal of Applied Physiology*, 69, p. 1442-1450.

(16) KRAEMER, W. J., FRY, A. C., FRYKMAN, P. N. M., CONROY, B. y HOFFMAN, J. (1989) *Resistance training and youth. Pediatric Exercise Science*, 1, p. 336-350.

(17) KOMI, P. (1994) *Strength and Power in Sport*. Blackwell Scientific, p. 150-170.

(18) MOORADIAN, A. D., MORELY, J. E. y KORENMAN, S. G. (1987) "Biological actions of androgens", *Endocrine Reviews*, 8, p. 1-28.

(19) POWERS, M. L. y FLORINI, J. R. (1975) "A direct effect of testosterone on muscle cells in culture", *Endocrinology*, 97, p. 1043-1947.

(20) STONE, M. H., O'BRYANT, H. y GARHAMMER, J. (1981) "A Hypothetical Model for Strength training", *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 21, p. 342-351.

(21) VALETTE, A., VERADOUR, B. y BOYER, J. (1983) "Plasma testosterone levels during the menstrual cycle", *Journal for Clinical Endocrinology and Metabolism*, 40, p. 160-162.

(22) WEISS, L. W., CURETON, K. J. y THOMPSON, F. N. (1983) "Comparison of serum testosterone and androstenedione responses to weighlifting in men and women", *European Journal of Applied Physiology*, 50, p. 413-419.

(23) WELLS, C. L. y PLOWMAN, S. A. (1983) "Sexual differences in athletic performance: biological or behavioral?", *The Physician and Sports Medicine*, 11, p. 52-63.

Núria Puig Barata,
Profesora INEFC-Barcelona.

TENDENCIAS DEL ESPACIO DEPORTIVO CONTEMPORÁNEO

Ponencia presentada en el congreso "Sport Practices in the Metropolitan Context", Roma, noviembre de 1993.

Resumen

El objeto del artículo es mostrar cómo en el espacio deportivo contemporáneo coexisten tres tendencias que son fruto de las transformaciones sucesivas que ha sufrido el mismo deporte. Dichas tendencias, aunque hayan aparecido en diferentes momentos históricos, no se anulan unas a las otras sino que, en general, coexisten o se superponen. Son las siguientes:

1. Constitutiva. Corresponde a los primeros momentos de la génesis del espacio deportivo y se relaciona con la aparición del deporte moderno.
2. Racionalizadora. La característica más destacable es la adaptación de los espacios deportivos a la norma deportiva, lo cual favorece el proceso de internacionalización y masificación del deporte.
3. Consumista. Caracteriza una nueva era de los espacios deportivos durante la que se convierten en un producto más de la sociedad de consumo.

El artículo analiza en detalle las categorías constituyentes de cada una de estas tendencias.

Palabras clave: **espacio deportivo/deporte y sociedad/sociología urbana/ sociología del deporte, instalaciones deportivas.**

Introducción

Para comprender la lógica de los espacios deportivos en el contexto metropolitano, es necesario tener en cuenta las tres tendencias que son fruto de las transformaciones sucesivas que ha sufrido el deporte, e ir viendo cómo en el proceso de su constitución han ido desplazándose, superponiéndose y hasta anulándose.

Como han dicho muchos autores, el espacio no es una realidad externa a las sociedades sino que es parte constituyente de las mismas. La dimensión espacial —al igual que la temporal— es inherente a cualquier actividad humana. Cada sociedad produce un espacio, el suyo (Lefebvre, 1974). Según Ledrut (1976), la relación entre espacio y sociedad es similar a la de la forma con el contenido; son indisociables porque son parte de lo mismo. Además, espacio y sociedad se influyen mutuamente; la sociedad se materializa en un espacio y éste, a su vez, contribuye a la reproducción de la misma, la estructura (Linde, 1975; Remy y Voyé, 1974). Por tanto, pensar la ciudad a través del deporte obliga necesariamente a mirar la estructura y evolución de los espacios donde se realiza esta actividad.

Hemos estructurado esta exposición sobre la base de tres apartados, en cada uno de los cuales se analizan las características de cada una de las tres tendencias que, a nuestro entender, confluyen en el espacio deportivo contemporáneo (ver figura 1).

Las tendencias son las los siguientes:

- Tendencia constitutiva. Como su nombre indica, corresponde a los primeros momentos de la génesis del espacio deportivo y se relaciona con la aparición misma del deporte moderno.
- Tendencia racionalizadora. Analiza el proceso que se manifiesta con mayor o menor intensidad durante el periodo de entreguerras y cobra especial relevancia a partir de la Segunda Guerra Mundial. Según los países, es la tendencia más remarcable en el ámbito de los espacios deportivos hasta mediados de los años ochenta. El aspecto más destacable es la adaptación de los espacios a la norma deportiva, lo cual favorece el proceso de internacionalización y masificación del deporte. Es también el momento durante el cual los espacios deportivos entran de pleno en el juego de las relaciones sociales, cuando son objeto de reivindicaciones sociales y los poderes públicos intervienen en su construcción y gestión en el marco de una política destinada a regular las contradicciones producidas por las desigualdades sociales. Coincide con la era del *Welfare state*.
- Tendencia consumista. Con ella se pretende caracterizar una nueva era de los espacios deportivos en la que se convierten en un producto más de la sociedad de consumo.

No es que las categorías que se configuran durante un periodo desaparezcan en el siguiente. Lo que ocurre, más bien, es que a las existentes se superponen las nuevas dando como resultado un retroceso de las primeras o una coexistencia de todas.

Para terminar esta introducción, queremos indicar que el uso del término "espacio deportivo" es premeditado. Precisamente porque es muy amplio y acoge formalizaciones diversas. Hablar de "instalación deportiva" sería incurrir en un error de partida puesto que, como se verá, las instalaciones deportivas se corresponden con ciertas for-

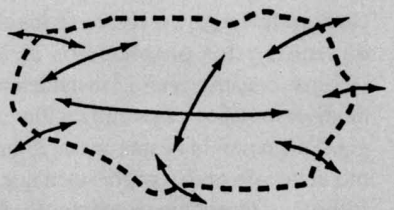
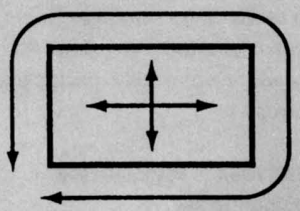
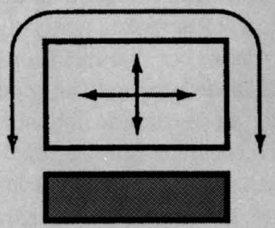
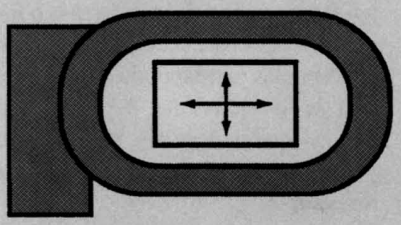
ETAPAS	ENTORNO
	- LÍMITES PERMEABLES. NORMAS DÉBILES DE EXCLUSIÓN Sin límites espaciales; terreno irregular; interacción espacial entre "jugadores" y "espectadores"; utilización diversificada del suelo.
	- RECINTO Definición de los límites del terreno; jugadores separados de los espectadores.
	- PARTICIÓN Terraplenes, gradas, tribunas; pago por la entrada; segregación de los espectadores según la clase social; inicio de la segregación de la multitud; utilización especializada del suelo.
	-VIGILANCIA Campo cerrado; terreno sintético y estadio de cemento; pantalla de televisión para las repeticiones; panopticismo; utilización diversificada del suelo. NORMAS DE EXCLUSIÓN LÍMITES IMPERMEABLES DUROS

Figura 1. Evolución del estadio según Bale. Con estos esquemas tan sencillos, John Bale (1993, p. 12) muestra con gran claridad el progresivo cierre de los espacios para la práctica deportiva. Destaca cuatro fases: permeabilidad, cierre, división y vigilancia (en referencia a las teorías de Michel Foucault)

mas de deporte pero no son, ni mucho menos, inherentes a todas las expresiones del mismo.

I. La tendencia constitutiva

De las 45.000 instalaciones deportivas que existían en España en el año 1986, tan sólo el 3,8% había sido construido antes de 1940 (Martínez del Castillo y otros, 1991). Las que datan del siglo XIX son escasísimas y son mencionadas casi a título anecdótico, excepto las que se usan para la práctica de juegos tradicionales, tales como los bolos y el frontón. Por su parte, Alan Metcalfe (1993) señala que en 1870 no había ninguna instalación deportiva en el East Northumberland (una zona minera inglesa) pese a que se practicaran muchos juegos tradicionales y deportes ya existentes en aquel momento: fútbol, *bowling*, *quoits*, *shooting*, *whippet racing*. En cambio, entre esta fecha y 1914 el autor da cuenta de la construcción de 200 instalaciones deportivas (50 campos de fútbol, 16 velódromos, 3 campos de golf, 14 parques públicos...). John Bale (1993) también relata el cerramiento progresivo de las instalaciones deportivas, concretamente los estadios de fútbol. Algo similar comenta Pierre Arnaud (1992) en referencia al caso francés: "Durante el siglo XIX no parece que haya una arquitectura específicamente deportiva excepto, quizás, para los hipódromos y los gimnasios. Y, en estos casos, tales realizaciones sólo son observables en las grandes ciudades —sobretodo, en la capital—, especialmente en los barrios *chic* (en el oeste de Paris, por ejemplo)" (*Ibid*,17). Es durante el último tercio del siglo XIX y el primero del XX cuando se asiste a la configuración del espacio deportivo a la par que el deporte moderno se impone como practica "civilizada" acorde con los nuevos usos y costumbres sociales. Este cerramiento de los espacios para la práctica deportiva es fruto de la emergencia de nuevos valores no exenta, sin embargo, de medidas represivas. Metcalfe (1993,110) cita numerosos testimonios de persecuciones de personas que practicaban deporte en los espacios comunitarios. Hasta hubo juicios entre las partes contendientes (mineros y autoridades públicas). En relación al caso inglés, también Eric Dunning (1990) cita 30 intentos de prohibición entre 1314 y 1667. Lo mismo sucedía en Francia. Daniel Denis (1976) cita muchos edictos mediante los cuales, primero el rey y después las autoridades republicanas, prohibían el juego de la *soule* por los destrozos que se causaban; da testimonio de enfrentamientos entre los jugadores y los gendarmes hasta el año 1866. Luego "cette coûtume tenant de la barbarie" cesó; ya no fue necesaria la intervención de las fuerzas



del orden público. Se había producido una "pacificación", "civilización" del juego y, por entonces, ya se consideraba normal jugar a fútbol o a otros deportes en espacios específicamente destinados a tal fin. El espacio deportivo, las instalaciones deportivas, habían nacido.

¿Cuáles son las características de este espacio? ¿Qué categorías conceptuales han entrado a formar parte del vocabulario referente a los mismos? Cabe destacar las siguientes:

De los espacios comunitarios a la diferenciación entre espacio público y espacio privado

No es lo mismo hablar de espacio público que de espacio comunitario. Son categorías conceptuales radicalmente distintas. El espacio público se define por su oposición al privado y la noción de privacidad es una construcción social propia de las sociedades modernas (Donnelly, 1993; Elias, 1978; Foucault, 1978). Antes de su advenimiento había espacios comunitarios de uso colectivo. No eran de nadie porque formaban parte de la colectividad. Aún hoy hay colectivos que no conciben que la tierra pueda poseerse; la idea de propiedad es también una construcción social.

Hemos podido recoger muchos testimonios que dan cuenta de este uso deportivo de los espacios comunitarios; espacios que, o eran simplemente terrenos donde se realizaban actividades varias, o bien eran construcciones arquitectónicas destinadas a uno o varios usos de la comunidad (Martínez del Castillo y otros, 1991; Metcalfe, 1993; Puig, 1980). Un caso particularmente curioso son los frontones que se encuentran principalmente en el norte de España.

Gran parte de las instalaciones construidas en España antes de 1940 son frontones o boleras; es decir, construcciones destinadas a la práctica de deportes tradicionales. Su distribución geográfica es totalmente distinta a la de las instalaciones para la práctica de deportes modernos ya que se localizan en las zonas rurales. En realidad, datan de un momento en que la sociedad era sobre todo rural. Tienen características arquitectónicas muy variadas (lo que demuestra la variedad de formas mediante las que se jugaba a la pelota) y se sabe que tenían otros usos además del deportivo, en especial pistas de baile para las fiestas de la localidad. Lo más interesante a destacar es que son de la comunidad, son de uso libre. No se puede decir que pertenecieran a alguien, ya fuera público o privado.

En oposición a los frontones o boleras comienzan a surgir nuevas instalaciones que sirven para la práctica de los nuevos deportes y que, en tanto que formas culturales propias de la sociedad moderna, responden desde un principio a la diferenciación entre público y privado. Dos nuevos conceptos deben ser tenidos en cuenta: la especialización del espacio y la segregación social en el mismo.

La especialización del espacio y la segregación en el espacio

La especialización del espacio es la consecuencia lógica de la reglamentación del espacio y el tiempo de todas las actividades sociales. Las categorías de público y privado contribuyen a acentuar las diferencias entre las partes de este espacio, las cuales, a la vez que se fragmentan, se especializan para diferentes usos.

Simultáneo a este proceso es el de la segregación. Los grupos sociales se diferencian no sólo en los deportes, sino en sus espacios de práctica. Éstos se convierten en lugares de encuentro para distinguirse y ser distinguidos. La literatura cita muchos ejemplos de este tipo y para diversos países (Bale, 1989, 1993; Dunning, 1990; Martínez del Castillo y otros, 1991; METCALFE, 1993; PUIG, 1980). A título de ejemplo, Metcalfe (1993) muestra cómo, en el área estudiada, los 11 campos de cricket, 4 pistas de tenis y 3 campos de golf fueron construidos para la aristocracia y la burguesía acomodada; los 10 terrenos al aire libre eran iniciativa de los mineros y las instituciones de bienestar social; los 11 parques eran de iniciativa pública para el recreo de los ciudadanos, y los propietarios de las tabernas construyeron 12 instalaciones de diversos tipos cuya utilización exigía el pago previo de una cuota. El mismo autor, sin embargo, destaca que el fútbol, en tanto que espectáculo, fue desde siempre interclasista, aunque, como también ha señalado Bale (1993), dentro del estadio se fueran delimitando cada vez más los espacios para unos y otros.

Instalaciones escasamente reglamentadas

Las instalaciones deportivas de este periodo se caracterizan por la diversidad de criterios con que están construidas. Reflejan de este modo un deporte que, si bien ya constituido, todavía no tiene el nivel de homogeneización e internacionalización que más tarde le caracterizará. Cada instalación tiene un carácter propio, original; no hay una estandarización de los materiales, los aparatos son de fabricación más o menos casera, la forma de distribución de los espacios no responde a unos criterios de funcionalidad deportiva sino que —con frecuencia— son estéticos, y hay menos rigidez en el trazado de los campos.

Los relatos referidos a la construcción de estas instalaciones tienen un marcado tono afectivo. Con frecuencia, fueron los mismos deportistas quienes contribuyeron a su construcción, directa o indirectamente (dedicando dinero, tiempo...). Uno observa que estas instalaciones tienen mucho que ver con la identidad de las personas y las organizaciones que las utilizan, de tal modo que su desaparición (falta de dinero, traslado hacia una zona más alejada del centro de la ciudad...) es vivida con tristeza y también con sentimiento de preocupación por las posibles consecuencias que ello pueda tener en la misma continuidad del club (Puig, 1980). Res-

ponden a un modelo de utilización que Haumont (1982) denomina local, aludiendo a esta relación afectiva en el uso del espacio y a la no división de funciones en la gestión del mismo; los deportistas son a la vez sujetos activos y pasivos del espacio que utilizan.

Hoy en día, este tipo de instalaciones pertenecen al pasado. Ya es difícil encontrar alguna de ellas y, si existen, han sido tan reformadas que poco queda de la concepción inicial. En realidad, la racionalización del deporte se impone también como tendencia en la construcción y utilización de las instalaciones deportivas.

II. La tendencia racionalizadora

Después de la Segunda Guerra Mundial se asiste en los países de la Europa occidental a un crecimiento espectacular del número de instalaciones deportivas. El ritmo varía de un país a otro pero, al final, en todos ellos se observa cómo el espacio deportivo cobra cuerpo dentro de la trama urbanística y es objeto de la misma racionalización que ésta. No nos detendremos, por tanto, en dar detalles sobre este proceso. En cambio, lo que interesa comentar son los aspectos que caracterizan esta tendencia racionalizadora del espacio deportivo y el modo como introduce modificaciones en el espacio deportivo previamente constituido.

Instalaciones racionales y reglamentadas

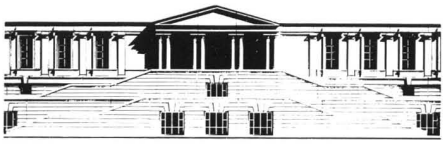
De modo progresivo, la reglamentación deportiva es más estricta y las federaciones internacionales dictan el modo como un deporte debe ser practicado, lo que incluye una normativa en cuanto al espacio y el tiempo del mismo. La difusión de un deporte se asocia con su orientación hacia la *performance* y la homogeneización de sus normas (Callede, 1993). Las instalaciones, pues, van siendo cada vez más similares, puesto que si no reúnen estos requisitos no se autoriza que en ellas puedan desarrollarse encuentros deportivos. Cualquier ciudad, club, equipo... que desee participar del intercambio deportivo internacional debe contar con instalaciones adaptadas a la norma establecida (ver figura 2).

Las instalaciones deportivas deben "funcionar" de tal modo que faciliten el desarrollo de la norma deportiva. Son absolutamente racionales y adaptadas a la reglamentación que dictan las federaciones internacionales, desde las medidas de los espacios de práctica hasta la circulación de los jugadores, la amplitud de los vestuarios, la temperatura ambiente, las condiciones acústicas, etcétera.

En cuanto a esta racionalización de las instalaciones debido a las exigencias de la norma deportiva, debería estudiarse el modo como los principios funcionalistas enunciados por la Carta de Atenas contribuyeron a consolidar esta tendencia. La racionalización y reglamentación deportiva surge de las organizaciones deportivas pero también de un momento histórico en el que "lo funcional es hermoso" (Le Corbusier). O dicho de otro modo, valores tales como el rendimiento, el progreso lineal, la eficacia... se traducen en todas las esferas de la vida social, el deporte y la arquitectura, entre otras. Esta coincidencia histórica entre funcionalismo y racionalización y reglamentación de las instalaciones deportivas debería ser analizada con mayor profundidad (Eichberg, 1993, p. 246).



Figura 2. El estadio de los Gigantes, en Nueva York, sede de una de las semifinales del Campeonato Mundial de Fútbol de 1994. Els estadio de los Gigantes es una clara muestra de instalación deportiva propia de la tendencia racionalizadora: nada queda al azar y todo está pensado en términos de funcionalidad y racionalidad



Las instalaciones deportivas son objeto de intereses políticos y reivindicaciones sociales

¿A qué se debe la difusión masiva de las instalaciones deportivas alrededor de los años setenta? ¿Qué papel desempeña la política del *Welfare state* que, con mayor o menor intensidad, se desarrolla en los países de la Europa occidental durante los años en que se asiste a la progresiva racionalización del espacio deportivo? Consideramos que el *Welfare state* ha tenido un papel decisivo en la difusión y configuración del deporte racionalizado y reglamentado y, en consecuencia, de sus espacios de práctica. Debido a su intervención, se configura no sólo una determinada arquitectura deportiva y una trama de instalaciones por todo el territorio sino también unos modos de utilización de las mismas y unas características en su gestión. La racionalidad impuesta por la norma deportiva encuentra en el *Welfare state* un intrumento privilegiado de difusión.

Los países de la Europa occidental desarrollan, sobre todo después de la Segunda Guerra Mundial, políticas y planes para la construcción masiva de instalaciones deportivas. En 1960 se publica en Alemania el Plan de Oro de las Instalaciones Deportivas, destinado, según sus promotores, a crear una red básica que satisfaga las necesidades deportivas de la población (Roskam, 1993). En el año 1968 se publica en España el Plan Ideal de Instalaciones Deportivas, con una finalidad similar. En todos los países, de modo más o menos explícito, se desarrollan directrices de este tipo.

Otra iniciativa paralela a la anterior son las normativas sobre construcción de instalaciones deportivas (DIN en Alemania, NIDE en España, las publicadas en diversos números de *Le Moniteur des Travaux Publics et du Bâtiment* en Francia o en *Quaderni tecnici dello Sport* y en *Spaziosport*, en Italia). Sólo se puede obtener una subvención si se cumple esta normativa y si la instalación responde a los criterios establecidos en los planes.

Ambas iniciativas, además de un contexto socio-económico a todas luces favorable, dan como resultado un proceso de construcción rápido y sistemático de instalaciones deportivas, racionales, reglamentadas y funcionales, adaptadas al modelo deportivo dominante por aquel entonces (Martínez del Castillo y otros, 1991; Puig, 1980). Instalaciones que, además, adolecen de todos los problemas propios de la gestión pública de aquellos momentos. Aunque respondan a un modelo que, según la denominación de Haumont (1982), es de servicio, tienen un elevado grado de despersonalización y burocratización. Las instalaciones se adaptan más a la norma deportiva y a las exigencias de la gestión pública (horarios del funcionariado, restricciones presupuestarias, precios módicos...) que a los deseos de los usuarios.

El desarrollo de políticas estatales de planificación de los equipamientos deportivos, al menos en Francia y en España, tiene lugar en un momento determinado de la intervención del Estado en los asuntos urbanos. Hacia finales de los años sesenta, pero sobre todo en la primera mitad de los setenta, el Estado actúa como regulador del crecimiento de las grandes concentraciones urbanas frente al desorden urbanístico y los abusos de la especulación (Castells, 1976). Se dan movimientos sociales urbanos muy activos que reivindican el deporte como una necesidad social y hasta como un servicio público. Se produce un giro en la política urbana, la cual ,después de haber estado centrada en la vivienda y en las redes de comunicaciones, comienza a orientarse hacia intervenciones en el ámbito de la cultura y el tiempo libre, el deporte en el caso que nos ocupa.

Los planes mencionados son la consecuencia de todo ello y van acompañados de un discurso ideológico —hasta ahora inexistente en el discurso público— en el que se propugna la "civilización del ocio", los espacios verdes, la calidad de vida... Hay que destacar que este discurso aparece cuando, precisamente, el espacio en las grandes ciudades comienza a ser escaso, en especial el destinado para usos deportivos y de ocio. Mediante sus intervenciones, el Estado frena el descontento de la población. En este sentido, se puede decir que actúa, por la vía de las intervenciones urbanas referidas al deporte y el ocio, como regulador de contradicciones que en aquellos tiempos se estaban agudizando.

Es por este conjunto de circunstancias históricas que consideramos que el Estado tiene un papel fundamental en el desarrollo del espacio deportivo racionalizado y reglamentado. Se trata, a nuestro entender, de la confluencia multiplicadora de la lógica del deporte (que, por otra parte, también tiene autonomía de desarrollo) con la de las actuaciones del sector público.

La segregación en el espacio es elitista

Este papel regulador del Estado adquiere todavía más importancia cuando se observa que, no por su actuación masiva, todas las instalaciones deportivas existentes son debidas a su actuación. La segregación social en el espacio, que ya se manifestó en la tendencia constitutiva de los espacios deportivos, se incrementa en el sentido de que se vuelve elitista. Tan sólo aquellos grupos sociales que pueden hacer frente a los elevados precios del suelo pueden escapar de la lógica de la intervención pública. De modo progresivo, amplios sectores de las clases medias van perdiendo su "autonomía espacial" y dependen de la oferta pública, al tiempo que el privilegio de unos espacios propios es cada vez más escaso y, en consecuencia, elitista. Dichos espacios tienen una lógica de gestión y de utilización totalmente diferente de los públicos y, en esencia, se caracterizan por adaptarse a las exigencias y deseos de los usuarios. Se da, pues, una coexistencia de tramas de instalaciones deportivas que, a nuestro entender, responden a las exigencias del momento

y revelan la función del Estado en las sociedades avanzadas de corte democrático.

III. La tendencia consumista

El panorama descrito hasta ahora es insuficiente para dar cuenta de las características del espacio deportivo contemporáneo. En realidad, las de una nueva tendencia se superponen con las de las dos anteriores. Nos referimos a la tendencia consumista.

Desde mediados de los años ochenta, y cada vez con mayor intensidad, el deporte ha dejado de ser un sistema cerrado y ha evolucionado hacia un sistema abierto. Es decir, el modelo tradicional de deporte se ha ido diversificando, desinstitucionalizando, desregulando y, al mismo tiempo, perdiendo autonomía en relación a otros sistemas sociales (Heinemann, 1986; Puig y Heinemann, 1991). Todo ello es debido a profundos cambios acaecidos tanto en el ámbito de la demografía como en el de la estructura familiar, los niveles de bienestar, el desarrollo de la economía... que, en último término, han contribuido a una diversificación e individualización de los estilos de vida.

Hoy en día, el deporte es también un producto de consumo y, como tal, está al servicio de unos clientes potenciales; debe ofrecer relajación, aventura, diversión y distinción y, además, ser rentable y tener capacidad para competir en mercados dinámicos (Heinemann, 1993). Los espacios deportivos se adaptan a esta lógica en la que predomina no la de los servicios públicos, por poner un ejemplo, sino la satisfacción de los gustos cambiantes y variados de los consumidores.

Todos estos cambios han tenido consecuencias inmediatas en la configuración de los espacios deportivos de modo que, actualmente, el conjunto de los mismos debe ser entendido tomando también en consideración el impacto de la tendencia consumista.

Pérdida de autonomía

Los espacios deportivos, ya sean públicos o privados, son cada vez más dependientes de la racionalidad del mercado, de las tecnologías, de las exigencias propias de una sociedad de consumo. Un ejemplo muy claro es la evolución de las estaciones de esquí que, en conjunto, se han convertido en un inmenso negocio donde convergen intereses industriales, hoteleros, profesionales... destinados a satisfacer las variadas aspiraciones de los esquiadores. La diferencia con la práctica del esquí de hace veinte años es importante (Heinemann, 1993).

Diferenciación del espacio deportivo

Hay nuevas demandas de actividades deportivas que responden a los nuevos modelos de práctica deportiva. En consecuencia, además de las instalaciones adaptadas al modelo tradicional de deporte, surgen en la trama de los espacios deportivos las instalaciones dotadas de una avanzada tecnología necesarias para dar espectáculo, las que se adaptan a concepciones más instrumentales del deporte (*body building*, rehabilitación...), y las que responden al modelo expresivo (ambientación, sauna, relajación, aventura, *fitness*, etcétera) (ver figura 3).

Variedad de dependencias institucionales

Las instalaciones cada vez se distancian más de las normas impuestas por las organizaciones deportivas y el Estado. Otras organizaciones (industria, empresas comerciales, de servicios) asumen su gestión y construcción. Ésta será, entre otras, una de las razones para explicar el alejamiento progresivo de la normativa de instalaciones impuesta por las instituciones mencionadas y el hecho de que se construyen según otros principios (Eichberg, 1993).

Desregulación

La diversificación de modelos y la adaptación del deporte a los deseos individuales conduce a una ruptura radical con la tendencia normalizadora de las organizaciones deportivas y del Estado. El deporte se practica en espacios que han dejado de tener el aspecto reglamentado que les había caracterizado

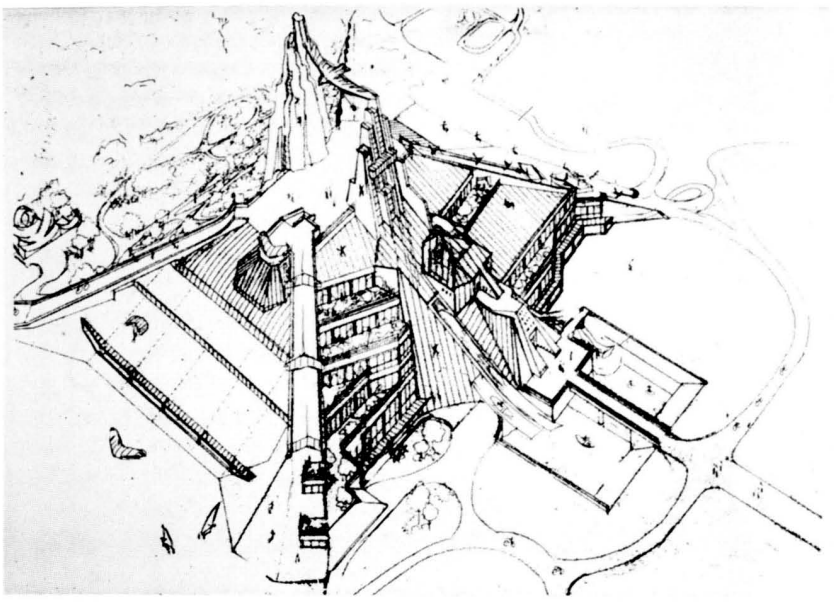
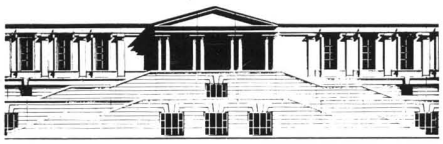


Figura 3. Espacio de actividades de aventura. El SAS (Site d'Activités Sportives) es una propuesta de Christian Pociello, conocido sociólogo del deporte francés, para dar salida a las nuevas actividades deportivas muy ligadas al medio natural. Consiste en recrear este medio cerca del entorno urbano, dar opción a una gran variedad de prácticas y evitar así impactos poco deseables como la degradación del entorno



y nos encontramos ante formas imaginativas y diversificadas respecto a su concepción arquitectónica. Esta desregulación tambien se produce por la simple desaparición de la instalación deportiva propiamente dicha. El espacio urbano o el medio natural comienzan a ser objeto de utilización para fines deportivos. Puesto que el espacio deportivo ha pasado a formar parte de unos estilos de vida cada vez más individualizados, cada persona elige el espacio de práctica que mejor se adapta a sus necesidades individuales.

Ofertas globalizadoras

Por último, el deporte como sistema abierto significa también interconexión con otras ofertas del ocio y el tiempo libre. Los espacios para la práctica del deporte se encuentran integrados en un conjunto más amplio de ofertas, tales como restaurantes, espectáculos, atracciones, etcétera.

Bibliografía

ARNAUD, P. (1992) "Repères pour une histoire des politiques d'équipements sportifs", en *Spirales*, 5, p. 17-24. Lyon: UFRAPS.

BALE, J. (1989) *Sports Geography*. Londres-Nueva York: E&F.N. Spon.

BALE, J. (1993) *Sport, space and the city*, Londres-Nueva York: Routledge.

CALLEDE, J.P. (1993) "Basque pelota in the European space... Towards a sociological use of notions of sporting evolution and diffusion", en *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 28, (2/3), p. 223-244.

CASTELLS, M. (1976) "Crise de l'Etat, consommation collective et contradictions urbaines", en POULANTZAS, N. y otros. *La crise de l'Etat*. París: Presses Universitaires de France.

DENIS, D. (1978) "Aux chiottes l'arbitre. A l'heure du Mondial ces footballeurs qui nous gouvernent", en *Politique aujourd'hui*, 5, suplemento.

DONNELLY, P. (1993) "The right to wander: issues in the leisure use of the countryside and wilderness areas", en *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 28, (2/3), p. 187-202.

DINNING, E. (1990) "Sociological reflections on sport, violence and civilization", en *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 25, (1), p.65-81.

EICHBERG, H. (1993) "New spatial configurations of sport?. Experiences from Danish alternative planning", en *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 28, (2/3), p. 245-264.

ELIAS, N. (1977) *Über den Process der Zivilisation. Sociogenetische und Psychogenetische Untersuchungen*, Suhrkamp Taschenbuch Verlag. Traducción castellana : (1987) *El proceso de la civilización. Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*, México-Madrid-Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

HAUMONT, A. (1982) *Sport pour tous et lieux de vie*, comunicación presentada en Colloque "Sport pour tous". Burdeos, octubre.

HAUMONT, A. (1992) "Les équipements sportifs", en *Corps, espaces et pratiques sportives*. Estrasburgo: Université des Sciences Humaines, Laboratoire APS et Sciences Sociales UFR STAPS.

HEINEMANN, K. (1986) "The future of sports. Challenge for the science of sport", en *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 21 (4), p. 271-285.

HEINEMANN, K. (1993) *El deporte como consumo*, Ponencia presentada en el Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Granada, noviembre, 1993.

LEDRUT, R. (1976) *L'espace en question*. París: Ed. Anthropos.

LEFEBVRE, H. (1974) *La production de l'espace*. París: Ed. Anthropos.

LINDE, H. (1975) *Sachdominanz in SozialStructuren*, Tübingen, Mohr/Siebek.

MARTINEZ DEL CASTILLO, J. y otros. (1991) *Las instalaciones deportivas en España*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, Consejo Superior de Deportes.

METCALFE, A. (1993) "The development of sporting facilities: a case study of East Northumberland, England, 1850-1914", en *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 28, (2/3), p.107-120.

PUIG, N. (1980) *Les équipements sportifs et les rapports sociaux*. París: Université Paris VII, Doctorat en Sociologie de la Connaissance.

PUIG, N. y HEINEMANN, K. (1991) "El deporte en la perspectiva del año 2000", en *Papers. Revista de Sociologia*, p. 123-142.

REMY, J. y VOYE, L. (1974) *La ville et l'urbanisation*. Gembloux (Bélgica): Duculot.

ROSKAM, F. (1993) "La planificació de les instal.lacions esportives a Alemanya (L'experiència dels darrers 30 anys)", en *Models actuals de planificació d'equipaments esportius a Europa*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Secretaria General de l'Esport, p.27-69.

Dr. Klaus Heinemann,
Profesor del Institut für Soziologie, Universität Hamburg.

EL DEPORTE COMO CONSUMO

Ponencia presentada en el Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Granada, noviembre 1993.
Traducción del alemán: Klaus Heinemann y Núria Puig (INEFC).

Resumen

Este artículo está relacionado con el fenómeno del cambio social. Demuestra cómo la concepción del deporte ha variado durante los últimos diez años. La primera parte trata de las características del deporte como consumo. En este sentido, se habla de los productos que el deporte ofrece para el consumo, las expectativas de utilidad en relación al consumo del deporte y las razones por las cuales el deporte se ha convertido en un sector económicamente dinámico y atractivo.
La segunda parte se centra en las razones sociales de los cambios acaecidos en el deporte. Se habla del crecimiento cuantitativo del deporte, de la ampliación del abanico de posibilidades de la oferta deportiva, de la individualización y diferenciación de los estilos de vida, de los cambios de valores, de la concepción del cuerpo y de las imágenes de la salud.
En la tercera y última parte se discuten las consecuencias de los cambios que se han producido en el deporte. Se hace referencia a la pérdida de autonomía del sistema deportivo, la inseguridad en la planificación de las instalaciones, programas y otras ofertas deportivas en general, la destrucción del medio ambiente y la ampliación de sectores profesionales.

Palabras clave: **economía deportiva, cambio social, sociedad moderna, economía, sociología.**

Introducción

Antes se entendía por deporte una actividad autosuficiente, austera, ascética, una concepción idealista en relación al uso del cuerpo y a su *performance*, que era el punto de referencia respecto al cual se medían todos los resultados.
Ahora, en cambio, el deporte se entiende como un producto de consumo y, por ello, es un objeto económico muy atractivo en el mercado de bienes.
Este cambio se puede apreciar al comparar la concepción tradicional del deporte con lo que significa un bien de consumo, el deporte en el caso que nos ocupa. En su concepción tradicional, el deporte es:

- Una utilización controlada del cuerpo,
- con objetivos claramente orientados a la consecución de la *performance* y que se alcanzan mediante un entrenamiento disciplinado;
- con unas reglas concretas que fijan la meta a alcanzar, los medios que se autorizan para llegar a ella, y las habilidades motrices que deben ser empleadas con este fin;
- mediante la competición también se pone de manifiesto la superioridad de la persona que practica deporte frente a los demás.
- Y, todo ello, al margen de cualquier interés extradeportivo, ya sea político o económico (Heinemann, 1990).

El deporte es disciplina corporal y representa una utilización instrumental del cuerpo; es planificación a largo plazo y rechazo del placer inmediato; es la subordinación del deporte a las reglas y la de los deportistas a los papeles previamente establecidos. A todo ello me refiero cuando digo que el deporte es una actividad autosuficiente, austera, ascética, con una concepción idealista en relación al uso del cuerpo y a la *performance* que es el punto de referencia respecto al cual se miden todos los resultados.
Por el contrario, por consumo se entiende:

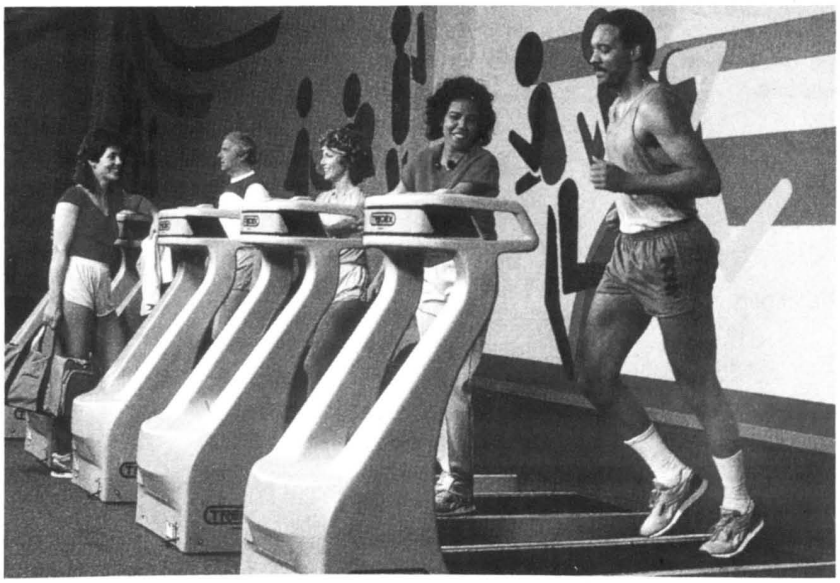
- Servicio y satisfacción de las aspiraciones,
- pero tambien relajación y diversión, acontecimiento y aventura,
- presentación de uno mismo, aceptación y prestigio.

"Producto de consumo" significa, además: económicamente beneficioso, objeto de intereses económicos, comercialmente atractivo y con capacidad de competir en mercados dinámicos.
Nuestra tesis es que el deporte se ha desarrollado como un producto de consumo con las características que acabo de describir. El objeto de este artículo és hablar de este cambio producido en el deporte. Para ello:

- Demostraremos, en primer lugar, de qué modo el deporte se ha convertido en un producto de consumo en contraste con el deporte tradicional.
- En segundo lugar, explicaremos este desarrollo del deporte sobre la base de los cambios sociales acaecidos.
- Por último, llamaremos la atención acerca de las consecuencias provocadas por esta evolución del deporte.

Es preciso señalar, sin embargo, que esta tesis del deporte como consumo no es nueva. A principios de siglo, el sociólogo crítico y economista americano T. Veblen, en su libro *La teoría de la clase ociosa*, mostró cómo el deporte era practicado por los nuevos ri-

cos como una actividad de consumo demostrativo mediante la cual podían exhibir su estatus social, su riqueza y su disponibilidad de tiempo libre. Por ello, el deporte *amateur* —especialmente el que costaba mucho dinero, como el tenis, el golf o la vela— era un ideal a alcanzar mediante el cual se podía demostrar que se llevaba una vida improductiva, ociosa, libre de objetivos y al margen de las presiones sociales o económicas.



Mujeres en una sala de *fitness*. En contraste con las instalaciones deportivas de tipo tradicional, los espacios de prácticas deportivas ligadas al consumo disfrutan de material sofisticado y recrean ambientes más confortables y a la vez más sofisticados

I. Características del deporte como consumo

Cuando hablamos de deporte como consumo no nos referimos tan sólo a lo que Veblen entendía por ello; es decir, que el deporte es un medio de aceptación y de prestigio, un símbolo del propio estatus y del éxito en los asuntos económicos. Creemos que el deporte como consumo es algo más, lo cual se verá claramente cuando hayamos caracterizado el deporte como consumo desde tres perspectivas. Éstas son: los productos que el deporte ofrece para el consumo, las expectativas de utilidad en relación al consumo del deporte, y, por último, las razones por las cuales el deporte se ha convertido en un sector económicamente dinámico y atractivo.

Los productos del deporte

En primer lugar vamos a caracterizar los productos del deporte. En este sentido, hay que diferenciar cuatro tipos diferentes de productos de consumo:

1. La misma práctica de deporte tal y como se realiza en los centros deportivos comerciales, salas de *fitness*, centros de danza y escuelas deportivas. Lo que aquí se practica no es el deporte en el sentido tradicional. En estos lugares se vende con éxito la puesta a punto, la salud, cuerpos estilizados, bienestar. La oferta va directamente orientada a satisfacer las aspiraciones del cliente (adelgazar, mejorar la forma, encontrarse mejor, etcétera). Un caso paradigmático de la relación entre la oferta y una rápida satisfacción de los intereses de la clientela es el caso del *body building*. Pero tambien es el caso de las piscinas que recrean paisajes, los estudios de *fitness* con variedades múltiples, el tipo de comodidad y lujo de los centros deportivos, los aparatos muy sofisticados para satisfacer todas las aspiraciones y hasta los aires de modernidad (espejos, saunas, ambientaciones especiales, atmósferas íntimas, etcétera) con que se construyen las nuevas instalaciones deportivas. Todo ello contrasta con los lugares para la práctica del deporte que hemos definido como tradicional.
2. La ropa deportiva y el material deportivo tambien se han convertido en productos de consumo. Y no son tan sólo ropas o material para practicar deporte. Son más; son ofertas de consumo en sí. Se han convertido en instrumentos de la autopresentación, en el modo de mostrar la propia posición social. El consumo del deporte forma parte del consumo individual, permite crear un estilo propio con el que cada persona se diferencia de las demás. Al atribuir al deporte una función que va más allá de la simple práctica física (presentación de uno mismo, distinción social), observamos una notable mejoría de la ropa para el tiempo libre. Además, en torno a este mercado surgen productos adicionales tales como camisetas, banderas, bebidas, cremas para la piel,



"Chico guapo".
La vestimenta deportiva forma parte del consumo individual; permite crear un estilo propio con el que cada persona se diferencia de las otras

preparados alimenticios especiales, etcétera. En conjunto, estas nuevas formas de productos de consumo deportivo son uno de los factores más importantes para entender el desarrollo y crecimiento de la industria y el mercado deportivos.

3. El deporte —en especial, el deporte espectáculo— es una parte importante de la oferta de distracción. Los *shows* deportivos cultivan y perfeccionan el espectáculo de diversas maneras: comercializando las sensaciones (escenas agresivas), creando riesgos de peligro de vida (carreras de coches o de motos), dando un ambiente circense al mismo... El espectáculo deportivo está incluido en un contexto de ofertas de diversión mucho más amplio: restaurantes, atracciones, tómbolas... hasta el punto que muchas veces no se permanece en el mismo durante todo el tiempo de su duración sino que se disfruta de todas las ofertas existentes (Rittner, 1988).
4. Finalmente, cabe señalar las infraestructuras necesarias para la práctica del deporte, las cuales también forman parte del deporte consumo. Los hoteles, restaurantes, transportes... son la condición previa y el marco para practicar deporte.

Queremos ilustrar estas características con el ejemplo del esquí. Este deporte, de ser una actividad de riesgo en contacto directo con la naturaleza se ha convertido en una auténtica industria del tiempo libre. Hace treinta años o más, si un grupo de estudiantes deseaba ir a esquiar debía asumir diversas tareas, entre otras cosas porque no había agencias turísticas que cumplieran con ellas. Podían tratar de alquilar un chalet o un refugio, llegar al mismo después de una larga caminata, acondicionar el local, arreglar la pista donde se preveía esquiar, superar los temores a esquiar en un terreno no preparado o bien hacer un gran esfuerzo para llegar a lo alto de una cima. Y, finalmente, la bajada que, según el estado de la nieve, podía ser un placer o una experiencia desagradable. Actualmente, el esquí es una industria del tiempo libre que se desarrolla gracias a una combinación y coordinación racionales de los siguientes elementos:

- Esquíes, fijaciones de seguridad, ropa y otros accesorios necesarios para esquiar.
- Remontes mecánicos, pistas y servicios necesarios para su mantenimiento.
- Ambiente, hoteles, restaurantes, escuelas de esquí y comercios.

Con este complejo tecnológico se ofrece a los consumidores espectáculo y recreación, los cuales convierten al esquí en una actividad de masas. Se desarrolla una tecnología de consumo del "esquí-deporte", con ámbitos de producción industrial muy especializados y, a la vez, muy dependientes los unos de los otros: material, remontes mecánicos, *ratracs*, cañones de nieve, hostelería, agencias de viajes, oficinas de turismo, comercios, etcétera (Bökemann, 1989). Así, gracias a todo lo que sucede "entre bastidores" —utilizando la terminología de Goffman— se crean las condiciones para que el deporte pueda ser practicado sin problemas en el "escenario".

Las expectativas de utilidad en relación al consumo del deporte

En segundo lugar, queremos hablar de las expectativas de utilidad en relación al consumo del deporte que el deportista tiene.

Mejora de la salud individual

El deporte debe favorecer la salud y adaptarse a las exigencias individuales. Esto ha de ser, además, con garantías de seguridad presentes y futuras. Hay una demanda creciente de deporte como medio para mantener la salud debido a la propaganda que relaciona deporte con salud ideal, al hecho que la forma física y la tranquilidad para afrontar la vida moderna se consideran bienes escasos, y a la creciente importancia que se da a la prevención de las enfermedades en contraposición a la curación de las mismas. El deporte y la salud son interpretados como algo más o menos idéntico. La industria de máquinas de musculación vive de la ilusión y la esperanza de que se puede controlar la salud (número de pulsaciones, densidad muscular, capacidad pulmo-



El esquí en tiempos pasados. El esquí en sus inicios se desarrollaba en un entorno poco transformado por la intervención humana. La iniciativa personal era indispensable para poder disfrutar de este deporte



nar...) y acceder a la misma de una forma totalmente individual (Rittner, 1988). La salud, la puesta a punto, la pérdida de peso, el adelgazamiento son productos que se venden muy bien. Cada persona paga por estos bienes porque se tiene la firme creencia de recibir a cambio lo que se espera.

Bienestar, diversión y alegría
Si se trabaja disciplinadamente en aras a obtener un rendimiento en el futuro, el presente pasa a segundo término. Tal es una de las características fundamentales de las sociedades modernas. En estas sociedades —anónimas y burocratizadas— con múltiples retos, donde se aprecian los éxitos profesionales, donde el triunfo se considera por encima de todo, las aspiraciones de bienestar, diversión y alegría son tan importantes como las referidas a la salud. Surgen modalidades deportivas centradas en la experimentación del presente y que permiten conseguir el bienestar, la diversión y la alegría. Se las puede considerar como "expresivas" (Puig y Heinemann, 1991). No es erróneo hablar de actividades deportivas de bienestar. *Seiki* y *tai chi*, *beauty chaping* y *body dancing*, *streching* y *calethenics*, todo tipo de *kick boxing* y *somagogic*, *thai boxen* y *shihatsu*, diversas posibilidades de una experimentación intensiva como "entrenamiento autogénico", "eutonía", *rolfing*, "euritmia", son tan sólo algunos de los ejemplos que pueden acogerse a este tipo de descripción (Dietrich; Heinemann y Schubert, 1990).

Vivencia del cuerpo
El deporte es para muchos la posibilidad de sentir el cuerpo y sus formas y, por ello, un modo muy importante de apreciarlo y mostrarlo. Observamos una reactivación del culto al cuerpo a través de la danza, terapias diversas, deporte y otras actividades centradas en el cuerpo que se hacen en el tiempo libre (masaje, sauna, alimentación, bronceado...). En el deporte renacen valores tales como lo natural y lo auténtico que habían desaparecido en la sociedad industrializada y descorporalizada.

Emoción y sensaciones
Las sociedades industriales modernas se caracterizan, entre otras cosas, por el hecho de que la vida de cada persona está muy regulada y, en consecuencia, también es muy segura debido a que el aparato del Estado se ocupa de planificar el futuro, a que es posible contratar pólizas de seguro para todo y a que existe una estabilidad legal e institucional. Debido a la monotonía y poca variedad en el trabajo se ha perdido la posibilidad de sorpresas, de emoción y nuevas sensaciones. Algunos sociólogos hablan ya de la "sociedad de los coches-cama". Existe, sin duda, una paradoja en nuestras conductas. Por un lado, necesitamos de las normas sociales, la Administración, las leyes... para relevarnos de la obligación de tomar decisiones cada día y tener que improvisar. Pero, una consecuencia de este hecho es una disminución de la gratificación y satisfacción respecto a nuestra conducta. La vida acaba por ser aburrida. Entonces surge el "ansia de emociones", que se puede expresar o satisfacer a través del deporte. En el primer caso nos referimos a los deportes de riesgo, tal como parapente, rafting, *blue water sailing*, kilómetro lanzado en esquí, escalada alpina. En el segundo, la asistencia a *shows* deportivos en los cuales se producen efectos especiales, emociones, sorpresas, de modos diversos. Entre otros, cabe citar las normas que rigen la compra-venta de jugadores en ciertos deportes en aras de garantizar una mayor incertidumbre en las competiciones, aumentar el número de competiciones atractivas aun a costa de la salud de los deportistas (tenis, por ejemplo), gran publicidad de los récords alcanzados y planear competiciones donde se enfrenten grandes figuras.

Las razones del interés económico del deporte

En tercer lugar examinaremos las razones por las cuales el deporte se ha convertido en un ámbito de la economía muy dinámico y en crecimiento.

La satisfacción no tiene límites naturales
La demanda en cuanto a lo que el deporte puede ofrecer —salud, puesta a punto, apariencia corporal, diversión y bienestar, sensaciones— siempre se puede estimular y hacer crecer:

- La salud nunca es segura; la preocupación por la misma es interminable. Siempre hay que hacerse nuevas pruebas para controlarla y nuevos esfuerzos por mejorarla. La salud no es un bien que se pueda ahorrar; es decir, invertir en la juventud y consumir en la vejez. La salud debe ser permanentemente cultivada.
- Para conservar el bienestar se requieren permanentes formas de estimulación. En general, cuando se ha alcanzado un cierto nivel de bienestar, éste se convierte en una costumbre y termina por ser aburrido. Es preciso hallar nuevos estímulos con vistas a volverlo a encontrar satisfactorio. Por ello, siempre surgen nuevos productos, nuevas modas se anteponen a las anteriores. Los productos pierden su valor estético pese a que sigan conservando la funcionalidad para la cual habían sido concebidos.

Las aspiraciones son independientes entre sí
El deporte ya no lo es todo al mismo tiempo. Mediante su consumo se produce un efecto específico mientras que otros son descuidados. En los estudios de *fitness* se cultiva la forma del cuerpo; en las piscinas recreativas se busca la diversión; mediante el yoga se busca la relajación, y haciendo *jogging* se espera mantener la salud. Así, por un lado, hay grupos independientes de motivos —salud, *fitness*, diversión, bienestar, sensaciones— y, por el otro, hay nuevos tipos de escenarios específicos. Por ello, es posible satisfacer los objetivos planteados de modo rápido y sin tener que sortear obstáculos que impidan lle-

gar a ellos. Se ha observado que los mayores éxitos comerciales se alcanzan allí donde "se toca diana" en relación a las aspiraciones concretas de los clientes; tal es el caso actual de los centros de aerobic, *jogging*... La mejora de la oferta, su eficacia, se produce mediante una diferenciación cada vez mayor que apunta directamente a los deseos individualizados de cada persona. Todo aquello que no tiene relación directa con las aspiraciones expresadas —repetición monótona de ejercicios, rituales, entrenamiento a largo plazo— es eliminado o desechado (Heinemann, 1989).

Se observa una "desinstitucionalización" y una "desregularización"

Por desinstitucionalización se entiende que el deporte ya no es exclusivamente ofrecido por instituciones específicas, como son los tradicionales clubs deportivos. La práctica del deporte se ofrece cada vez más al margen de un marco institucional como el mencionado. Hacer surf, navegar, ir en bicicleta, esquiar son ejemplos de actividades no organizadas, informales, formas individuales de satisfacción del interés por el deporte y el movimiento de cada cual. Por desregularización se entiende un aumento de los modos de jugar o de practicar deporte que no están sometidas a normas estrictas o a las leyes de la competición y que, por tanto, quedan al margen del deporte tradicional; se ofrecen prácticas en las que las normas son cada vez menos estrictas. Un ejemplo podrían ser los tipos de actividades ofrecidos en las "fiestas del juego y el deporte" que son cada vez más frecuentes en España. En ellas, se suscita el desarrollo de la creatividad y la espontaneidad, no se requiere tener grandes habilidades, se realizan en espacios no convencionales, los entrenadores pasan a ser animadores, etcétera. Este nuevo concepto del deporte permite hacer uso de las habilidades motrices cotidianas y, por ello, de las propias competencias corporales. Se flexibiliza el abanico de ofertas y los modos de practicar. Los deseos de alcanzar la *performance* absoluta no son muy grandes y no suele ser necesario tener especiales dotes para practicar. Los obstáculos en razón del origen social, el sexo o la edad resultan más fáciles de ser superados.

El consumo del deporte se complementa con otros elementos propios del tiempo libre

El deporte va unido a distracción, educación, vacaciones, cultura y comunicación social. Se difuminan las fronteras con otras actividades de expresión y movimiento corporal tales como la danza y el teatro, por un lado, y la meditación corporal, yoga, "entrenamiento autogénico", danza terapéutica, "eutonía", por el otro. Tambien se desdibujan las fronteras con otras actividades del tiempo libre y, así, se hacen vacaciones buscando diversión, relajación, comunicación social, juego y ruptura con la monotonía cotidiana.

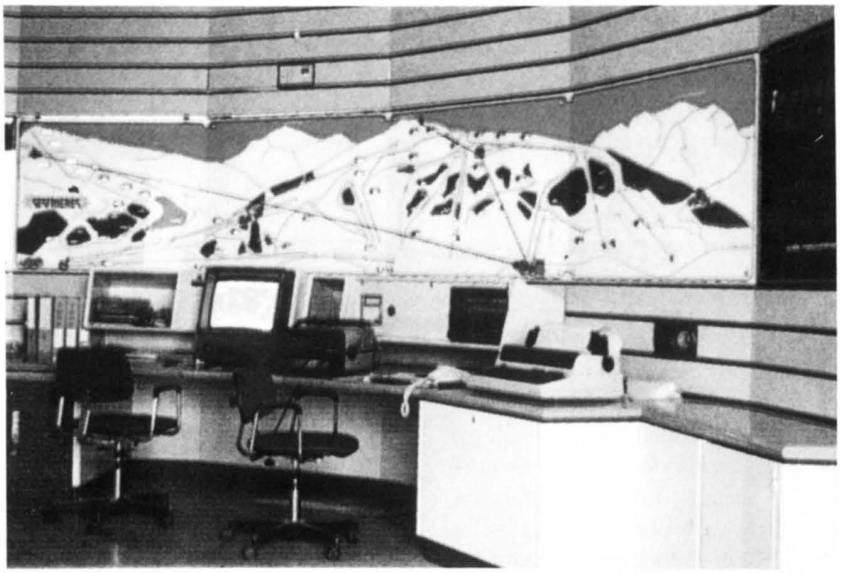


II. Razones sociales de los cambios acaecidos en el deporte

En la primera parte de este artículo hemos descrito el deporte como un producto de consumo. El siguiente paso es reflexionar sobre los fundamentos sociales gracias a los cuales se puede explicar esta transformación del deporte.

El crecimiento cuantitativo del deporte

En primer lugar, se observa que los cambios tienen que ver con un fenómeno de tipo cuantitativo. Debido a nuestra procedencia, sólo podemos



El esquí actualmente.
En la actualidad las estaciones de esquí alpino están altamente tecnificadas y hay una complicada trama de servicios (agencias de viajes, fabricantes de material, hoteles, profesionales...) que facilitan el acceso a este deporte con un mínimo de iniciativa personal



dar ejemplos referidos al caso alemán.

- El enorme crecimiento que se ha producido en el deporte puede apreciarse a través del incremento de las personas adheridas a clubs deportivos en Alemania: en 1960 eran 5,3 millones; en 1970, 10 millones; en 1980, 17 millones, y en 1990, 23 millones. Sin embargo, todavía ha sido mayor el crecimiento del número de practicantes de deporte fuera de los clubs. En este sentido se puede decir que aproximadamente el 60% de la población practica deporte de un modo u otro. No hay otro sector del consumo con un crecimiento comparable.
- La consecuencia de este crecimiento es que la homogeneidad de los grupos que practican deporte desaparece. El deporte fue durante largo tiempo un ámbito de los hombres jóvenes de la clase media. El deporte era más atractivo para los jóvenes que para los adultos, gustaba más a los hombres que a las mujeres y atraía más a los miembros de la clase media o alta que a los de la baja. Esta situación ha cambiado radicalmente. Nuevos grupos acceden al deporte: adultos, tercera edad, mujeres, deporte en familia... Además, acceden al mismo grupos específicos tales como disminuidos, emigrantes, enfermos convalecientes. Todos estos grupos tienen habilidades diferentes, distintos intereses en cuanto a su propio rendimiento, motivaciones diferentes, y, por ello, el deporte se va heterogeneizando.

El deporte será cada vez más un deporte de tiempo libre para "los adultos eternamente jóvenes". Estas personas no son mayores ni no-deportistas. Por el contrario, harán todo lo posible por mantenerse jóvenes, dinámicos, en forma, con salud y capaces de rendir. Todo ello, especialmente para envejecer mejor, ofrecer una imagen adecuada y ser aceptados socialmente. Para este grupo, el deporte no sólo es importante en relación al cuerpo, sino también —y de modo progresivo— como un medio de relación social y de autorrealización.

Ampliación del abanico de posibilidades

En realidad, este crecimiento cuantitativo no explica el hecho de que, hoy en día, casi todo el mundo pueda acceder al deporte y al tiempo libre. Este proceso, sin embargo, también se ha producido. Las personas de la sociedad industrializada nunca tuvieron tantas posibilidades en su vida cotidiana. Ello se explica por dos motivos:

- El tiempo de trabajo —como forma de medición del tiempo semanal, anual y de la vida misma— se ha reducido cada vez más. Al mismo tiempo la esperanza de vida se alarga. Las personas se ven cada vez menos condicionadas y encorsetadas por sus condiciones profesionales y laborales. La justificación de la vida a través del trabajo disminuye y aumenta la necesidad y las posibilidades de organizar individualmente el tiempo.
- Este aumento del tiempo libre va acompañado de un aumento de los patrimonios familiares gracias a lo cual surge la posibilidad de optar por las múltiples ofertas existentes. En Alemania —y en mayor o menor medida en el conjunto de las sociedades modernas— se ha dado una situación que ha favorecido la constitución de patrimonios bastante respetables. La infraestructura destinada a cubrir las primeras necesidades —muebles, piso, coche...— está comprada y pagada; la liquidez de los hogares aumenta o se mantiene; finalmente, cabe destacar la constitución de patrimonios a través de herencias procedentes de capitales acumulados después de la Segunda Guerra Mundial. En este sentido, se habla de la "generación de herederos". En otras palabras, cada vez más, una parte de los ingresos queda disponible para actividades tales como las vacaciones y el tiempo libre. Esta parte, en Alemania, se estima que actualmente representa un 39% de un salario medio y se calcula que aumentará hasta un 50% en el año 2000. Este desarrollo es mayor por el hecho de que es frecuente que en una familia entren dos salarios, dado que hay cada vez más mujeres cualificadas que tienen una profesión propia. Todo ello significa, también, que, en la conducta de consumo del tiempo libre, no sólo se valora el precio sino también la calidad.

Individualización y diferenciación de los estilos de vida

En el trasfondo de esta ampliación del abanico de posibilidades existe un desarrollo que se puede describir con las palabras individualización y diferenciación de los estilos de vida. Los tradicionales modelos de conducta determinados por factores sociales, tales como la clase social, los grupos ocupacionales, el sexo y la edad, pierden importancia. Instancias tales como la religión, la tradición, la familia y la profesión tienen menor relevancia para dar sentido a las actuaciones individuales. Esto es resultado de muchos cambios —algunos de ellos muy rápidos— en las situaciones de vida individuales. Cada persona puede y debe tener una concepción propia sobre el modo como desea organizar su propia vida. En este sentido, desarrolla su identidad de acuerdo con sus imágenes y sus deseos. Tal proceso no se realiza de modo totalmente independiente de los demás, pero tampoco a expensas de las instancias y factores sociales antes mencionados. Este desarrollo hacia la pluralidad y la diferenciación se puede apreciar con mucha claridad en las actividades de tiempo libre, las cuales permiten la construcción de la propia identidad a través de múltiples acontecimientos y experiencias. En este contexto —que también incluye al deporte— la persona puede expresar libremente sus deseos, realizar su propias aspiraciones, dar curso a sus intereses individuales, quedar al margen de las presiones cotidianas, expresar su propia

espontaneidad y autorrealizarse (Heinemann, 1990).

Cambio de valores

Investigaciones sociológicas sobre el cambio de valores en nuestra sociedad indican una disminución de la importancia de los valores competitivos en la vida social (éxito profesional, triunfo social...). "Muchas investigaciones sobre este problema indican que la ética del trabajo ha perdido influencia. Especialmente entre los grupos de jóvenes, se manifiestan valores que tienen su fundamento fuera del mundo del trabajo" (Digel, 1986). Este fenómeno se manifiesta sobre todo en el sector de los servicios y el de los estudiantes.

Un dato sintomático de este proceso es el sentido con que se utiliza actualmente de la palabra "diversión" ("Spaß", en alemán). Cada vez más se está convirtiendo en un vocablo que no sólo sirve para designar un acontecimiento determinado sino que tiene una connotación social. No se dice, por ejemplo, "hemos ganado" sino más bien "ha sido divertido" o, en algunos casos, "ha sido guay" (para el caso español). Este ejemplo muestra cómo la orientación con vistas a un resultado futuro está siendo substituida por el disfrute del presente. Esto también tiene mucha importancia para el deporte. Tal como se ha descrito al inicio del artículo, el deporte tradicional reduce el presente porque su principal orientación radica en los logros a obtener en el futuro. Éste no es el sentido de un deporte "expresivo",que persigue, más bien, el disfrute del presente y una reducción de los problemas cotidianos, el futuro y la consecución de unos objetivos a largo plazo.

Cambio en la concepción del cuerpo

El desarrollo del deporte en la sociedad moderna es resultado de una evolución de la concepción del cuerpo. Según la concepción tradicional, se puede perfeccionar el control y el rendimiento del cuerpo mediante la toma de conciencia del mismo. El cuerpo es un instrumento sobre el que se puede disponer pero sobre el que también se tiene una responsabilidad (Hahn, 1987).

Sin embargo, esta concepción pierde peso y aparecen otras que la contradicen. Surgen nuevas actitudes frente al propio cuerpo y nuevas formas de cultivo del mismo. Aparecen movimientos que proponen descubrir el cuerpo con sus sensaciones y necesidades (Klein, 1984; Rittner, 1983), se sugieren actitudes corporales más libres y menos rígidas. La vergüenza sobre el propio cuerpo disminuye. Los ideales del cuerpo —salud, estar en forma, estar delgado, ser deportivo— tienen mucha importancia en la construcción de la propia identidad. Se desarrollan tendencias —especialmente en el ámbito del *body building* (Hohner, 1989)— según las cuales el cultivo del cuerpo no sólo representa la mejora de la imagen, sino de la propia identidad. Así pues, se desarrollan nuevos ideales corporales, el bienestar corporal es un valor en sí y la identidad se construye también a través del cuerpo.

Imágenes de la salud

En conexión con los puntos anteriores, la búsqueda de la salud, la puesta a punto corporal y el perfeccionamiento del cuerpo —especialmente entre las personas de treinta años o más— adquieren cada vez mayor importancia. Ello va ligado a un cambio en el panorama de las enfermedades. Las enfermedades de la naturaleza (viruela, tuberculosis, malaria, peste...) pierden importancia y, en cambio, surgen enfermedades de civilización (corazón, úlceras de estómago, algunos tipos de cáncer...) que resultan de una mala adaptación del cuerpo, la persona y el ambiente.

Estas enfermedades resultan de la mencionada instrumentalización del cuerpo. El cuerpo es el punto más débil y molesto de un sistema de vida organizado de modo que tiende a la eficacia y a la racionalidad. Por ello, aumenta el deseo de compensar y controlar esta situación y, en consecuencia, el interés por la salud pasa a ser uno de los temas determinantes de la vida cotidiana.

III. Consecuencias de los cambios en el deporte

Este cambio del deporte hacia un producto de consumo determina algunas consecuencias que, a su vez, influyen en la misma evolución del deporte.

Pérdida de autonomía

El deporte perdió su autonomía e independencia a causa de la influencia creciente de terceras partes y debido al hecho de que está integrado en otros sistemas. Nuevas tecnologías y el conocimiento científico determinan los modos de practicar: el deporte está al servicio de los métodos terapéuticos; los intereses del deporte y la economía se entremezclan de modos diversos, y el deporte es una parte indispensable de los programas emitidos por los medios de comunicación.

El deporte es, muy especialmente, un foco de intereses comerciales. Las modas deportivas que se van sucediendo, las múltiples actividades que van surgiendo, la falta de control de todo el sistema deportivo por parte de las asociaciones deportivas tradicionales, el uso de espacios no convencionales son nuevas tendencias que abren mercados muy dinámicos que ofrecen grandes posibilidades de obtención de beneficios. Ello explica el rápido crecimiento de la industria del deporte, especialmente la de algunos deportes que son promovidos y desarrollados desde el medio industrial (surf, squash) y los antiguamente elitistas que se han popularizado en los últimos tiempos (tenis y golf). En el centro de los intereses comerciales están los deportes individuales, fruto de corrientes de moda, que son populares en periodos cortos, cuya práctica exige material y vestidos costosos así como unos procesos de aprendizaje relativamente difíciles. No sólo el deporte de alto nivel está controlado por las reglas de la racionalidad económica; todas sus expresiones lo están.



Inseguridad en la planificación

Cada vez es más difícil, sino imposible, planificar las instalaciones,los programas y otras ofertas deportivas en general. La demanda cambia influida por las tendencias de la moda y, por ello, es difícil hacer pronósticos. ¿Cuál será el deporte deseado en el futuro? ¿Cuáles serán las necesidades de movimiento? ¿Qué nuevas culturas corporales emergerán? ¿Qué prácticas desaparecerán? Esta dificultad de pronosticar la demanda hace muy difícil la planificación de las instalaciones deportivas, cuya duración puede ser de 50 o más años, y que se adaptan a determinadas formas de práctica pero que impiden otras. En síntesis, hay que señalar que nos hallamos ante una situación según la cual se debe planificar para una demanda desconocida.

Destrucción del medio ambiente

Debido a este crecimiento del deporte como consumo, se observa cada vez más su incidencia con los problemas del medio ambiente. Por un lado, se necesita de grandes paisajes y del uso de los recursos naturales —como es el caso del esquí, el golf, la vela, el *mountain-bike*, los cuales pueden producir al mismo tiempo una destrucción del entorno—. Por el otro, se necesitan terrenos para la construcción de infraestructuras tales como carreteras, aparcamientos, etcétera. Estas consecuencias son mayores en los grandes acontecimientos deportivos, tal como fue el caso de los Juegos Olímpicos de invierno en Albertville. También deben mencionarse los problemas del medio ambiente producidos por el tráfico derivado de los desplazamientos de los deportistas y las molestias debidas al ruido hecho por ellos. En Alemania hay varias instalaciones deportivas —tenis y fútbol— que sólo se utilizan en determinadas horas porque los vecinos protestaban debido al ruido que se producía en ellas.

Ampliación de sectores profesionales

Por último, otra consecuencia es la ampliación de los sectores profesionales del deporte y las perspectivas en el mismo. No hay duda de que la expansión del deporte como industria ha abierto nuevas posibilidades a los profesionales del deporte en los sectores de la salud, turismo, industria de material deportivo, empresas de servicios y comerciales, el espectáculo deportivo, etcétera. Sin embargo, estas posibilidades del mercado sólo pueden ser aprovechadas en condiciones especiales, que están relacionadas con determinados conocimientos que antes no eran necesarios en los profesionales del deporte. Se trata, entre otros, de economía, medicina deportiva... pero, sobre todo, una sensibilidad especial para conocer las necesidades y los deseos individuales de cada cliente.

IV. Consideraciones finales

Con este artículo no queremos dar la impresión de que el deporte ya sólo es un producto de consumo. Por supuesto, también se sigue practicando deporte en su forma tradicional. Sin embargo, la novedad es que las imágenes, las formas de realizar el deporte, son muy variadas y contradictorias en sí mismas. No se puede observar una tendencia única, sino varias.

Por un lado, encontramos formas del deporte en las que la individualidad y autorrealización son dominantes. Por el otro, hay muchas ofertas en las que el deporte está muy planificado. Se observa un crecimiento del número de deportistas que buscan relaciones, tranquilidad, recreación... pero también hay un crecimiento de los deportes de esfuerzo (maratón, triatlón, carreras de 100 kilómetros...). Si crece la importancia de deportes con reglamentación universal (fútbol, baloncesto, tenis...) también se recuperan los deportes y juegos populares (frontón, pelota en ciertos lugares de España, y *bosseln* en el norte de Alemania, por ejemplo).

Lo realmente específico de esta nueva cultura del deporte es su carácter contradictorio y polivalente; tales características hasta pueden llegar a ser observadas en un mismo deportista. Por ello, es muy difícil —por no decir imposible— hacer una descripción cerrada, una caracterización completa y una explicación totalmente consistente de la evolución y situación del deporte en la sociedad moderna.

Bibliografía

BÖKEMANN, D. "Bewegungsraum und Sporttourismus", en DIETRICH, K. y HEINEMANN, K. (Hrsg.) (1989) *Der nicht-sportliche Sport - Beiträge zum Wandel im Sport*. Schorndorf.

DIETRICH, K., HEINEMANN, K. y SCHUBERT, M. (1990) *Kommerzielle Sportanbieter - Nachfrage, Angebot und Beschäftigungschancen im privaten Sportmarkt*. Schorndorf.

DIGEL, H. "Über den Wandel der Werte in Gesellschaft, Freizeit und Sport", en HEINEMANN, K. y BECKER, H. (Red.) (1986) *Die Zukunft des Sports*. Schorndorf.

Hahn, A. "Kann der Körper ehrlich sein?", en GRUMBRECHT, H. y PFEIFFER, K.L. (Hrsg.) (1987) *Materialität der Kommunikation*. Frankfurt.

HEINEMANN, K. "Der nicht-sportliche Sport", DIETRICHH K. y HEINEMANN, K. (Hrsg.) (1989) *Der nicht-sportliche Sport - Beiträge zum Wandel im Sport*. Schorndorf.

HEINEMANN, K. (1990) "Einführung in die Soziologie des Sports", en *Schorndorf*, 3.

KLEIN, M. "'Social Body', persönlicher Leib und der Körper im Sport", en KLEIN, M. (Hrsg.) (1984) *Sport und Körper*. Reinbek.

HOHNER, A. "Körperträume und Traumkörper. Vom anderen Selbstverständnis des Bodybuilders", en DIETRICH, K. y HEINEMANN, K. (Hrsg.) (1989) *Der nicht-sportliche Sport - Beiträge zum Wandel im Sport*. Schorndorf.

PUIG, N. y HEINEMANN, K. (1991) "El deporte en la perspectiva del año 2000", *Papers-Revista de Sociologia* ,38.

RITTNER, V. "Sport als ökonomisches Interessenobjekt", en: DIGEL, H. (Hrsg.) (1988) *Sport im Verein und Verband*. Schorndorf.

RITTNER, V. "Zur Soziologie körperbetonter sozialer Systeme", en NEIDHARDT, F. (Hrsg.) (1983) *Gruppensoziologie - Perspektiven und Materialien, Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*. Sonderheft 25.

Manuel Hernández Vázquez,
INEF-Madrid.
Leonor Gallardo Guerrero,
Universidad Autónoma de Madrid.

MARCO CONCEPTUAL: LAS ACTIVIDADES DEPORTIVO-RECREATIVAS

Resumen

En este artículo se realiza una descripción muy general de los diferentes aspectos que contribuyen a explicar las actividades deportivo-recreativas; la evolución de los conceptos tiempo libre, ocio y recreación desde sus orígenes hasta la actualidad; la relación y evolución del tiempo de trabajo y su relación con el tiempo libre, y las diferentes perspectivas del ocio desde el punto de vista de diversos autores. Se explica también el concepto actual de recreación como la necesidad del ser humano de saber realizar una actividad vital que constituya un complemento a su formación. Asimismo se exponen las diferencias existentes entre las actividades recreativas: las actividades receptivas y las ejecutivas; sus características, la relación del deporte con el ocio, una clasificación del deporte y el deporte ocio. En definitiva, este artículo es más una exposición de matizaciones aisladas en las que se enfatizan los aspectos puntuales que un trabajo del que puedan extraerse unas conclusiones generales.

Palabras clave: **tiempo libre, ocio, recreación, actividades deportivo-recreativas.**

Evolución del tiempo libre, ocio y recreación

Aunque en la base de nuestra cultura occidental hay diferentes maneras de utilizar el tiempo libre, sobre todo en los pueblos o ciudades que podían asegurar políticamente una libertad completa a sus ciudadanos (Esparta, Atenas y Roma en la antigüedad) y en las comunidades religiosas, los guerreros y los juegos populares del pueblo llano de la edad media, lo cierto es que el verdadero ocio está unido a la prosperidad económica.

Es un problema de nivel de vida, que se empieza a notar en la edad media, cuando surge la burguesía (más derechos, más seguridad, acumulación de bienes que se transmiten, aprecio de las ventajas de la educación, formación de gremios) y esta prosperidad le asegura, asimismo, grandes dosis de ocio. En esa época, a través del juego, se podía demostrar la riqueza o el poder de unos pocos sobre el resto.

El ocio, en este sentido, crea asimismo distancias entre clases. El pueblo llano también juega, pero mucho menos, y la característica de estos juegos es la de ser generalmente un derivado del tipo de trabajo (juegos populares).

La historia del ocio apenas cambia hasta entrado el siglo XX; sólo unas pocas personas disponen de tiempo para desprenderse del trabajo. A partir de 1920 tiene lugar un cambio total: el ocio empieza a ser reconocido como un valor incuestionable desde el momento en que se reducen las horas de trabajo. Surge una situación imprevista: ¿Qué hacer con el tiempo libre? Es cuando se introduce la lectura, el amor a la naturaleza, el turismo, el cine que —durante las dos guerras mundiales cubrió gran parte del ocio— y las competiciones deportivas.

Paralelamente, la clase obrera se estructura a nivel social, creando grandes organizaciones, centros de estudio, movimientos juveniles, etcétera. También lo hacen la burguesía y la aristocracia, las cuales restauran los juegos olímpicos, crean movimientos de juventudes y federaciones internacionales.

Después de la Segunda Guerra Mundial, los progresos sociales y económicos han ido liberando al hombre de las lacras de la edad media (miedo, temor a la vejez, inseguridad, enfermedades) y se ha pasado al concepto de que la vida vale la pena vivirla. El trabajo no es esclavitud , sino que se entiende como la contribución de cada uno a la prosperidad económica, y la libertad entre las horas de trabajo es una petición legítima.

Dumazedier, un autor clásico en los estudios sobre el ocio, nos da una panorámica acertada de la evolución e implantación del ocio en las sociedades modernas.

A pesar de que muchos intelectuales, cuando hablan de la sociedad, no tienen en cuenta la existencia de la noción de ocio, es notorio que actualmente se encuentra en el centro de la cultura vivida por millones de trabajadores y que no se puede hablar de sociedad sin reflexionar sobre las incidencias del ocio.

¿De dónde viene y adónde va el ocio?

En la época de Karl Marx, la duración media de la jornada laboral era de seis días y trece horas diarias (78 horas semanales). En la época de Dumazedier (1940-1950), era de unas 45 horas por semana, con tres semanas de vacaciones pagadas. Actualmente, la jornada laboral es de 37 a 40 horas semanales; se trabaja en muchas empresas cinco días a la semana y las vacaciones se han

alargado a cuatro semanas al año. Se calcula que el trabajador industrial y urbano dispone de más de 2 o 3 horas diarias de tiempo libre.
A partir de estos hechos (reducción de la jornada laboral, mayor nivel socioeconómico de gran parte de la población, mayores relaciones sociales, cambio en los hábitos culturales y aumento de la oferta pública y privada en instituciones y programas) se ha ido pasando de conceptos como "el trabajo como esencia del hombre" o "el trabajo justifica el beneficio y cualquier actividad que sea inútil para la sociedad es una actividad menor" (Marx y Max Weber) a un concepto que define una actividad moral de la diversión.
Para Weber, la entera historia de la humanidad es un ascenso hacia la racionalización, que reviste la forma de un progresivo incremento del rendimiento y la eficacia. Para conseguirlo, nos dice Weber, debemos cambiar la conducta; de ahí que nos diga que ha sido el carisma el motor de la historia porque sólo él puede motivar las conductas y dinamizarlas. También señala que el más poderoso carisma inventado hasta la fecha por la humanidad ha sido la ética protestante, consustancial al espíritu del capitalismo, que extiende a todos los niveles sociales la búsqueda del rendimiento y la eficiencia.
El deporte difundido a lo largo del presente siglo por todo el mundo es un producto típico de la sociedad industrial, que aplica el espíritu del capitalismo al cuerpo y al movimiento humano.
En contraposición a esta visión del deporte como algo esencialmente competitivo, fiel reflejo del trabajo, se extiende esa otra idea de que el deporte se incluye en el concepto moderno de ocio, en el que priman los conceptos de descanso, diversión y recreación.

¿Qué es el ocio?

Aunque ha sido Friedman el primer especialista en ciencias humanas que ha reconocido la importancia social del ocio, y en particular del ocio deportivo, vamos a utilizar, por su interés para lo que estamos tratando, las obras de Dumazedier, quien, a través de un método experimental, consiguió distinguir con precisión entre lo que fue, lo que es, y lo que probablemente será el ocio de nuestro tiempo y del futuro.
En una encuesta llevada a cabo simultáneamente en todas las regiones de Francia, se constató que el 60% de los encuestados definía el ocio, en primer lugar, como oposición al trabajo profesional, a las tareas domésticas, a las actividades rituales, familiares u otras y, en general, a todas las actividades interesadas, aunque los sujetos encuestados no excluían las actividades tendentes a la mejora general de las aptitudes.
De acuerdo con estos resultados, se elaboró una definición, a título provisional, que sirviese como instrumento de trabajo con vistas al futuro, definición que Cagigal examina, como veremos más adelante, desde una perspectiva moderna.
Esta definición es la siguiente: "El ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse por su voluntad, sea para descansar, sea para divertirse, sea para desarrollar su participación voluntaria, sus informaciones o su cultura, después de haberse liberado de todas sus obligaciones profesionales, familiares o de cualquier otra clase" (Dumazedier).
En este proyecto de estudio comparativo de 1957, editado por la Unesco, figura un intento de clasificar las distintas categorías de ocio:

I. Ocupaciones implicadas en las obligaciones.
II. Ocupaciones dominadas por la necesidad de descanso.
III y IV. Ocupaciones inspiradas por la necesidad de distracción.
V y VI. Ocupaciones dominadas por las necesidades culturales.
VII. Ocupaciones regidas por la necesidad de participar en el funcionamiento de grupos espontáneos u organizados.

Como hemos visto, Dumazedier (1964) señala como funciones principales del ocio:

- El descanso: libera de la fatiga y del desgaste físico y psíquico.
- La diversión: nos libera del aburrimiento del trabajo y de la vida aislada en las grandes ciudades.
- El desarrollo de la personalidad: permite la participación social, la creación de nuevas formas, etcétera.

Estas funciones son solidarias y están intimamente vinculadas entre sí, aun cuando existan grados variables entre ellas y las personas (según lo que se busque a nivel individual):

- Homo Faber. En él domina el trabajo sobre todo lo demás.
- Homo Ludens. Dominio del juego y lo creativo
- Homo Sapiens. Recibe información constante.
- Homo Sociens. Predomina todo lo social.

Podemos decir, sin temor a equivocarnos, que estamos en estos momentos en un periodo de transición, a la búsqueda de una nueva civilización en la que el ocio domine al trabajo.
Para Marx, el ocio es "el espacio del desarrollo humano"; para Proudhon es "el tiempo de las composiciones libres"; para Auguste Comte es "la posibilidad de desarrollar la astronomía popular', y Engels reclama la disminución de las horas de trabajo para que se dedique tiempo a la participación en las actividades generales de la sociedad.

¿Qué es el tiempo libre?

Existe un cierto confusionismo a la hora de usar las palabras "ocio" y "tiempo libre". De hecho, en muchos casos, se hace indiscriminadamente y las diferencias resultan difíciles de discernir. Por ello, utilizaremos la obra de los

sociólogos americanos Norbert Elias y Eric Dunning (1992).
Estos autores han realizado un estudio del tiempo libre, clasificando todas las actividades posibles en cinco apartados:

- Trabajo privado y administración familiar.
- Descanso, sobre todo dormir.
- Satisfacción de necesidades biológicas.
- Sociabilidad.
- Actividades miméticas o de juego.

De acuerdo con esta clasificación, podemos comprobar que no todo el tiempo libre es ocio, y, por lo tanto, sólo una parte de ese tiempo libre se puede dedicar al ocio o entenderlo como ocio.
Durante el tiempo libre que dedicamos al ocio, es cuando las personas, la sociedad en general, cubre la necesidad psicológica y social de las actividades que hemos definido, de acuerdo con Dumazedier, como recreativas.
Posteriormente, los autores analizan lo que ellos llaman "el espectro del tiempo libre", con la intención de aclarar definitivamente las diferencias entre el ocio o la recreación y el tiempo libre, y señalar que las actividades recreativas son actividades de tiempo libre, pero no todas las actividades de tiempo libre son recreativas (ver cuadro 1).

El espectro del tiempo libre según Elias y Dunning

Rutinas del tiempo libre

- Satisfacción rutinaria de las necesidades biológicas y cuidado del propio cuerpo; es decir, comer, beber, descansar, dormir, hacer el amor, hacer ejercicio, lavarse, bañarse, reponerse de las dolencias y enfermedades.
- Rutinas de la casa y de la familia, mantener la casa en orden, administrar los gastos de la casa, educar a los hijos.

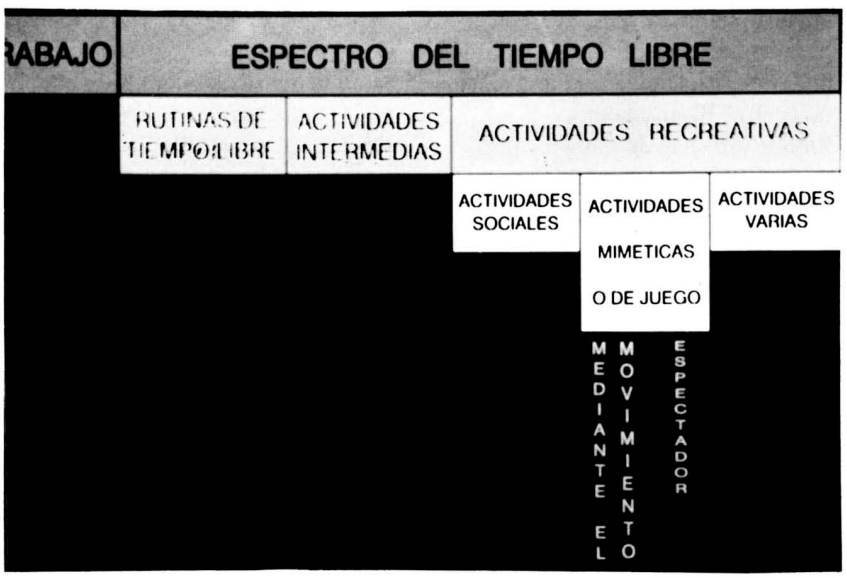
Actividades intermedias del tiempo libre

Tendentes, principalmente, a satisfacer necesidades recurrentes de orientación o autorrealización y expansión:

- Trabajo voluntario privado, realizado principalmente para otros; es decir, participación en asuntos de la localidad, como elecciones, actividades caritativas, etcétera.
- Trabajo privado realizado principalmente para uno mismo, de carácter exigente y a menudo impersonal; es decir, estudiar con vistas a progresar en el lugar de trabajo, practicar aficiones técnicas sin un valor ocupacional obvio pero que requieren perseverancia, estudio especializado y habilidades, como construir radios o la astronomía.
- Trabajo privado realizado principalmente para uno mismo de una naturaleza más lúdica y que plantee menos exigencias; es decir, practicar aficiones tales como la fotografía, el bricolage o coleccionar sellos.
- Actividades religiosas.
- Actividades de naturaleza más voluntaria, menos controlada socialmente y a menudo casuales, que van desde las formas más exigentes y menos entretenidas de obtener conocimientos hasta las menos serias y más entretenidas, con muchos matices intermedios, tales como leer periódicos y revistas, escuchar una charla sobre temas políticos, asistir a clase de adultos.

Actividades recreativas

- Actividades pura o principalmente sociales, como asistir a reuniones en cierto modo formales, tales como bodas, entierros o banquetes.
- Actividades miméticas o de juego:
  - Actividades relativamente organizadas, como representaciones teatrales o un partido de criquet o de fútbol. La mayoría de las actividades miméticas de esta categoría entrañan cierto grado de "des-rutinización" y alivio de las tensiones mediante el movimiento corporal.
  - Participación como espectador en actividades miméticas muy organizadas sin formar parte propiamente de la organización, como ver un partido de fútbol.
  - Actividades no organizadas, como bailar, montañismo, etcétera.
- Actividades varias, menos especializadas, como por ejemplo viajar, te-



Cuadro 1

ner relaciones amorosas, tomar el sol, etcétera.

El espectro de tiempo libre nos señala las principales actividades de tiempo libre en sociedades como la nuestra. Con su ayuda podemos diferenciar claramente las actividades de tiempo libre y las recreativas. Una actividad de tiempo libre tiene la naturaleza de trabajo, si bien de un tipo de trabajo distinto del ocupacional; otras actividades de tiempo libre son voluntarias, aunque no todas son voluntarias ni todas son placenteras, y algunas de ellas están muy "rutinizadas". Las características de las actividades recreativas sólo pueden ser entendidas cuando son vistas no únicamente en relación con el trabajo ocupacional, sino también con las diversas actividades de tiempo libre no recreativas. Es así como el espectro del tiempo libre contribuye a precisar el problema del ocio.
De acuerdo con los mismos autores, podemos señalar las características distintivas de las actividades recreativas:

- El grado de "rutinización" suele ser inferior al de las demás actividades de tiempo libre.
- Las actividades recreativas tienen un alto grado emocional, aspecto normalmente prohibido en otras actividades de tiempo libre y, sobre todo, en actividades ocupacionales.
- El grado de voluntariedad y la elección individual es mucho mayor en las actividades recreativas.
- Las actividades recreativas entrañan frecuentemente ciertos riesgos. Tienden a desafiar la estricta reglamentación de la rutinaria vida de las personas sin poner en peligro su subsistencia y su posición social. Permiten que la gente se relaje o se burle de las normas que gobiernan su vida no ociosa, y que lo haga sin pensar en su conciencia o en la sociedad.
- La sociabilidad desempeña un papel básico en la mayoría de las actividades recreativas.
- La recreación es siempre una actividad voluntaria y nunca obligatoria.

Concepto actual de la recreación

Como profesores o como responsables de la formación humana, debemos concienciarnos de que el ser humano tiene una tendencia universal al ocio. Es decir, nos dirigimos hacia un punto ideal donde el hombre trabaja lo menos posible, obtiene el máximo salario y dispone de mucho tiempo libre para él y sus actividades no ocupacionales.
El problema surge cuando se constata que muy pocos seres humanos están preparados para utilizar de forma adecuada ese tiempo libre. No hay más que observar los lugares de veraneo, parques o simplemente los mismos hogares, donde predominan de forma insistente los entrenamientos pasivos como principales medios de recreación. El hombre necesita de forma imperiosa salir de la rutina de obligación y dejadez, y requiere cada vez más una formación que le permita ordenar todas sus posibilidades de desarrollo, enriquecerse con una gran variedad de pautas culturales que hagan posible la participación activa, utilizando para ello su creatividad y favoreciendo el aumento de su vida interior.
En resumen, ya que el mundo tiene una tendencia clara hacia el ocio, debemos dirigir nuestras aptitudes docentes hacia la formación de niños, jóvenes y adultos para que puedan hacer sano uso del ocio a lo largo de toda su vida, entendiendo que las actividades recreativas no son un complemento de la vida seria u ocupacional, sino que son tan fundamentales como el trabajo, el sueño o la alimentación.
También es necesario señalar que, a mayor formación cultural, las personas tienen mas posibilidades de elegir, ya que disponen de mayor cantidad de cosas conocidas y saben más. Por el contrario, la limitación de pautas culturales limita el acceso a numerosas formas de recreación. De ahí que la persona inculta no aprecie, por desconocerlas, las numerosas actividades que la vida cotidiana ofrece para su recreo.

Clasificación de las actividades recreativas

Existen dos formas básicas de recreación: la primera es aquella en la cual las personas conectan pasivamente con los contenidos recreacionales, la actitud es sólo receptiva (lectura, espectáculos, televisión); en la segunda, el hombre actúa directamente, es actor de sus procesos recreacionales.

- *Actividades receptivas*: lectura, audición musical, asistencia a conferencias, espectáculos teatrales, cinematografía, radiotelefonía, televisión, informàtica.
- *Actividades ejecutivas*: conversación, paseos, actividades expresivas, coleccionismo, cuidado de animales, deportes, filantropía, cocina, danza, composición escrita, experimentos, dramatizaciones, juegos, canciones, interpretación musical.

Aunque la lista de actividades no es completa, sí nos da una idea de la inmensa gama de posibilidades que nos ofrece la recreación con vistas a elegir aquellas que más nos gusten. El hombre necesita de ambas y nunca debería existir un dominio absoluto una u otra forma. Como docentes, debemos ser conscientes de que se descartan las actividades puramente de entretenimiento, y debemos dar importancia a las formas puramente recreacionales.

Características de las actividades recreativas

Una actividad es considerada puramente recreativa cuando:

- Se efectúa libre y espontáneamente, con absoluta libertad para su elección.
- Se realiza en un clima y con una actitud predominantemente alegre y entusiasta.



- Se realiza desinteresadamente, sólo por la satisfacción que produce.
- Deja un sedimento positivo en lo formativo y en lo social.
- Da lugar, a veces, a la manifestación de valores que no son los predominantes en la estructura espiritual de la persona.
- Ayuda a liberar las tensiones propias de la vida cotidiana.
- No espera un resultado final, sino que sólo busca el gusto por la participación.

Para cerrar el tema de la recreación, citaremos, por considerarlo de interés, los 19 principios de la recreación dados a conocer por la National Recreation Association de Estados Unidos durante la década de los treinta, y la forma de acción del profesor sobre cada uno de ellos, aunque es evidente que, de acuerdo a la época en que fueron preparados, algunas apreciaciones no guardan relación con el momento actual.

- Todo niño necesita tomar parte en juegos y actividades que favorezcan su desarrollo y que han causado placer a lo largo de la historia: trepar, correr, rodar, andar, nadar, bailar, patinar, jugar con la pelota, cantar, tocar instrumentos musicales, hacer teatro, hacer cosas con sus propias manos.
- Todo niño necesita descubrir qué actividades le brindan mayor satisfacción personal. Debe ser ayudado a adquirir las habilidades esenciales en ellas. Algunas deben estar relacionadas con la naturaleza, y pueden seguir siendo practicadas en la vida adulta.
- Toda persona necesita practicar ciertas formas de recreo que ocupen espacio y puedan desarrollarse en pequeñas fracciones de tiempo.
- Toda persona necesita conocer bien cierto número de juegos de interior y al aire libre, que le resulten tan agradables que nunca tenga un momento en que no sepa qué hacer.
- Toda persona debe ser ayudada a adquirir el hábito de hallar placer en la lectura.
- Toda persona necesita conocer bien algunas canciones de buena música para poder cantar cuando así lo desee.
- Toda persona debería aprender a hacer algo bello con las líneas, los colores, los sonidos y el uso armonioso de su propio cuerpo. Y si no fuera capaz por sí mismo de satisfacerse con tales actividades, debería encontrar el placer en la pintura, el tallado, la escultura, la fotografía, la danza, etcétera que otros realizan.
- Toda persona debería aprender a tener costumbres activas: a respirar al aire libre y al sol. Dado que el objetivo de la vida es vivir y no negociar, nuestras ciudades deberían planificarse más para vivir que para trabajar y comerciar en ellas. El sol, el aire, los espacios libres, los parques y los campos de juego abundantes son esenciales para una vida con satisfacciones permanentes.
- Habría que animar a todas las personas a que tengan una o más aficiones.
- Es de gran importancia educar el ritmo en las personas, ya que sin ritmo el hombre es incompleto.
- Dedicamos un año de cada diez exclusivamente a comer. Debe tenderse a que esta décima parte de la vida humana esté iluminada por el juego de la inteligencia para que la comida no sea una función apresurada y sólo fisiológica, sino una oportunidad para ejercer la camaradería y desarrollar la personalidad. Comer debe ser así un acontecimiento social y en el hogar, algo así como una verdadera ceremonia cordial e íntima.
- El descanso, el reposo, la reflexión y la contemplación son por sí mismos formas de recreación y nunca deben ser sustituidos por formas activas.
- Las actividades recreativas más importantes son aquéllas que la persona domina de un modo mas completo, en forma tal que pueda perderse en ellas, dándoles todo lo que tiene y todo lo que es.
- La satisfacción suprema del recreo sólo se obtiene por medio de alguna autorrealización, de cualquier clase que ésta sea.
- La formas de recreación del adulto, a menudo, aunque no siempre, deberían permitir el empleo de parte de las capacidades que no se usan en el resto de la vida.
- La persona sólo habrá triunfado en

ACTIVIDADES DEPORTIVO-RECREATIVAS

1. Todo el mundo debe participar, sin que el sexo o el nivel de entrenamiento se conviertan en factores limitadores
2. Las reglas pueden ser creadas o adaptadas
3. El "jugar con los demás es más importante que el jugar contra los demás"
4. Aunque no sea su principal objetivo no debe descartarse el esfuerzo físico
5. Objetivo:
   - Factor lúdico
   - Factor afectivo

Cuadro 2. **Actividades deportivo-recreativas**

su vida recreacional, en la actividad que elija, cuando cree en ella espíritu de juego y un sentido del humor que, en cierto modo, se transmita a sus horas de trabajo, ayudándole a hallar placer en los pequeños acontecimientos de la vida.
- Los juegos felices de la niñez son esenciales para un crecimiento normal. Las personas normales suelen haber sido niños que jugaron bien y alegremente, y siguen conservando más fácilmente esa normalidad si conservan esos hábitos infantiles de juego.
- Participar como ciudadano en la creación de una mejor forma de vida que todos podamos compartir es una de las formas más permanentes y satisfactorias de la creación.
- A fin de que hombres, mujeres y niños deseen vivir mejor estas formas de vida, la experiencia ha demostrado la necesidad de la acción del grupo social o de la comunidad (ver cuadro 2).

El deporte como actividad de ocio

Una vez hecho el estudio sobre el ocio, el tiempo libre y la recreación, y comprobado el lugar que ocupan las actividades deportivas en las sociedades modernas, vamos a analizar de forma pormenorizada los aspectos más importantes del deporte y la problemática que, en estos momentos, presiona sobre el deporte entendido como actividad recreativa.

En primer lugar, hay que indicar que el movimiento moderno del deporte, que se ha ido extendiendo por todo el mundo, es aquél que surge durante el siglo XIX en Inglaterra. Éste conserva todas las características que impusieron sus creadores, y que son un fiel reflejo, como ya dijimos anteriormente, de la sociedad industrial que en ese momento estaba surgiendo. Al igual que en el trabajo se busca el incremento del rendimiento y de la eficiencia, el culto al cuerpo se convierte en una necesidad para aumentar la capacidad de un individuo inmerso en una sociedad que cada vez le exije más.

En segundo lugar, hay que decir que no está demostrado en absoluto que este deporte tenga algo que ver con los modos anteriores de hacer deporte, por lo tanto, más bien parece un producto característico de la sociedad industrial.

Este deporte, muy reglamentado, que se desarrolla a través de clubs y federaciones deportivas que han ido extendiendo su influencia por todas partes y a todos los niveles, incluyendo el campo educativo, está sufriendo una serie de cambios para adaptarse precisamente al concepto moderno del deporte recreativo.

Nuestro país, como todos los demás, ha sido totalmente colonizado por esta corriente deportiva de origen anglosajón. Si miramos a nuestro alrededor, comprobaremos que tanto las instalaciones como los programas y la formación de los cuadros dirigentes han recibido una influencia absoluta de esta corriente, a pesar y en detrimento de nuestra cultura deportiva tradicional, riquísima en posibilidades deportivo-recreativas.

El más antiguo texto español que alude a esta cuestión se refiere a juegos de pelota; aparece en las *Etimologías* de San Isidoro de Sevilla, redactadas hacia el año 630. Posteriormente, una miniatura del manuscrito de las *Cantigas* del rey Alfonso X el Sabio representa una escena de juego de la pelota en el siglo XIII. El famoso *Código de las Partidas*, también de Alfonso el Sabio, promulgado hacia el año 1265, menciona asimismo el juego de la pelota, prohibiendo a los clérigos jugar a él, lo cual da fe de la enorme popularidad de que gozaba.

El estudio filológico de la palabra "deporte" hecho por Miguel Piernavieja nos señala que desde sus orígenes significó, ante todo, diversión (siglos XII y XIII) y una marcada tendencia al ejercicio físico. También, pero con menor insistencia, aparecen acepciones que indican pausa, juego amoroso, burla y diversión obscena.

En el *Diccionario de Autoridades*, se define el deporte en una primera acepción como diversión, holgura, pasatiempo. Y después (1737), como la actividad humana que se manifiesta y se concreta en la práctica de los ejercicios físicos de forma competitiva (récord, superación de uno mismo o del adversario).

Como podemos ver, el sentido y la significación que se da del deporte en nuestro país en distintas épocas no difiere mucho del concepto del deporte como actividad de ocio. Es solamente en los últimos años cuando se destaca en el deporte el aspecto fundamentalmente competitivo, olvidándose de los aspectos lúdicos.

Por ello, existe actualmente un fuerte movimiento que, sin enfrentarse a la realidad del deporte muy competitivo, nos señala que hay otro deporte al que pueden acceder toda clase de individuos y que es un medio valioso de ocupación del tiempo libre e intenta integrar todo lo recuperable del deporte tradicional con los deportes modernos, dentro del concepto de que el deporte es una de las posibilidades más valiosas que tenemos para cubrir nuestro tiempo de ocio.

Este deporte recreativo, formativo, integrador, es eminentemente ocioso y reúne, por tanto, todas las características del ocio moderno, tal como lo definió Dumazedier y Cagigal analizó punto por punto:

Ocupación voluntaria: el deporte exige generalmente una dedicación que dependerá del nivel al que se practica (siempre como actividad voluntaria y no obligatoria).

Descanso: por cambio de actividad o para restablecer el equilibrio perdido por una vida sedentaria y de mucha tensión (*stress*, vida agitada, "ideas parásitas").

Diversión: el deporte constituye una gran posibilidad de disfrute emocional o pasional, a través de su aspecto competitivo o mediante el ejercicio físico, para conseguir tranquilidad y sosiego.



Formación e información: a estas alturas, una deficiente formación ociosa se acusa tanto como una insuficiente formación académica. El propio deporte ofrece posibilidades formativas; a través de su aprendizaje contrarresta el sedentarismo, mejora la salud, favorece la relación con los demás, la iniciativa, la creatividad y da a conocer el límite de nuestras propias capacidades.
Participación social: la sociedad individual de las grandes urbes y el trabajo personal, casi siempre diluido en la obra colectiva, hace que las personas sientan la necesidad de realizarse y paliar la soledad. Los clubes y asociaciones deportivas hacen posible que se formen grupos sociales sin prejuicios, donde funcionan todos los parámetros propios de la dinámica de grupo y donde todo el mundo puede expresar y crear de acuerdo con un papel dentro del mismo (aceptación de las reglas, intereses de grupo, el árbitro).
Desarrollo de la capacidad creadora: el deporte ofrece la posibilidad de poner en juego la personalidad, solucionar problemas varios, discurrir sobre diferentes alternativas, tomar decisiones. Frente al anonimato de la masificación, en el deporte el sujeto puede sentirse protagonista, activo.
Recuperación de los estragos producidos por el sedentarismo: su prevención y recuperación se pueden hacer con eficacia a través del deporte, que debe adaptarse a las condiciones y necesidades del individuo (ver cuadro 3).

Otro documento de obligada referencia para tener una idea exacta de lo que se entiende actualmente por deporte recreativo es la Carta Europea de Deportes para Todos, donde se define al deporte como "una actividad física con carácter de juego, que adopta forma de lucha consigo mismo o con los demás, o constituye una confrontación con los elementos naturales".

- El deporte, cuando se adapta a las necesidades y habilidades específicas de cada individuo, constituye una fuente de salud y equilibrio.
- El deporte anima al hombre a actuar y participar en un campo que queda al margen de las necesidades de la vida cotidiana. Desarrolla la afición del hombre a tomar nuevas iniciativas y a ejercer responsabilidades.
- Da al hombre oportunidad de conocerse, de expresarse, de superarse. Permite disciplinar las acciones y aumentar su rendimiento. Le libera de ciertas limitaciones físicas.
- Como factor de desarrollo del individuo y como parte esencial de toda organización social, el deporte contribuye al progreso humano.



Cuadro 3

Clasificación del deporte

Aunque se han formulado diversas clasificaciones del deporte con diversos criterios, debemos destacar en primer lugar que el deporte moderno se mueve en tres ámbitos esenciales y que podríamos entenderlos como la primera gran clasificación del mismo: el deporte en la escuela, el deporte en los ratos de ocio y el deporte de competición.

El deporte en la escuela

El deporte es desde hace tiempo una parte importante de la educación de los jóvenes. Contribuye no sólo a un armonioso desarrollo físico, sino también a la preparación para el empleo de su ocio de joven y de adulto. Para que el hombre practique deporte durante toda su vida es preciso que en la infancia adquiera el hábito y la costumbre de hacerlo. Corresponde a la escuela adaptar sus programas y su pedagogía de forma que dicho hábito y dicha afición queden profundamente arraigados.
El deporte en la escuela debe reunir las características formativas adecuadas y adaptadas a las necesidades educativas de los programas escolares. Es importante señalar que estas características están mucho más cerca del concepto del deporte recreativo que no del deporte competitivo, aunque esto se olvide con frecuencia.

El deporte como ocio

Se refiere al deporte en sentido moderno, es decir, a una actividad física libre, espontánea, practicada en las horas de ocio y que engloba deportes propiamente dichos y actividades físicas diversas, supone un programa deportivo que busca dar un máximo de posibilidades a un máximo de perso-

nas, fijándoles como objetivo el estímulo de la participación a todos los niveles.
El deporte como ocio está dirigido a la población en general, a jóvenes y mayores, incluidas las personas de la tercera edad. Es el deporte recreativo, cuyas características hemos analizado detenidamente. La diferencia básica con el deporte educativo es que en este caso existe siempre voluntariedad, y en el otro es siempre obligatorio, al estar dentro del currículum escolar.

El deporte de competición

El ideal de perfeccionamiento y de superación que anima el deporte competitivo lleva inevitablemente al deporte de competición, y de ahí al deporte espectáculo y al profesional. El deporte deja de ser voluntario, convirtiéndose en un trabajo duro y muy disciplinado.
Si observamos lo que marca la diferencia entre las tres formas de ver y hacer deporte, nos daremos cuenta en seguida de que no es la naturaleza del ejercicio la que desempeña aquí un papel determinante, sino la intención que anima el acto. Es la intencionalidad con la que nos acercamos al deporte lo que marca la diferencia. El deporte en la escuela, dentro de los programas escolares, es siempre obligatorio y con una intencionalidad educativa. El deporte recreativo tiene una intencionalidad fundamentalmente lúdica y voluntaria, y el deporte de alta competición tiene como intención la búsqueda del máximo rendimiento y, por tanto, desde el momento en que se convierte en profesional, deja de ser voluntario y se hace obligatorio.
Existen muchos intentos de establecer una clasificación del deporte que abarque todas las posibilidades. La mayoría de ellas utilizan como medio para establecer la clasificación el tipo de actividad, su relación social, si es individual o colectivo, deporte *amateur* o deporte profesional.
Así, Luschen y Weis (1979) atienden a los aspectos sociológicos y establecen cuatro categorías fundamentales:

- Deporte organizado formalmente en clubs y federaciones.
- Deporte de grupos espontáneos.
- Deporte institucional que se practica en el seno de otra institución.
- Deporte comunicativo, como esparcimiento diario en los medios de comunicación o como espectáculo.

Cagigal utiliza la siguiente clasificación:

- Deporte como espectáculo (deporte competición)
- Deporte como práctica apta para todos (deporte-ocio).

Caillois (1967) considera cuatro tipos de actividades deportivas:

- Deportes individuales.
- Deportes de pelota y balón.
- Deportes de origen marcial.
- Deportes basados en la vida y en la técnica.

Bouet (1968) elabora una clasificación reuniendo los deportes en cinco grupos:

- Deportes de combate.
- Deportes con utilización de pelota o balón.
- Deportes atléticos.
- Deportes de la naturaleza.
- Deportes mecánicos.

Parlebas (1971) establece una clasificación en función de tres criterios: existencia o no de incertidumbre debida al medio externo, coexistencia de un compañero y existencia de adversario. Estos criterios le permiten considerar dos grandes tipos de actividades deportivas:
Actividades psicomotoras, realizadas en solitario, sin comunicación motora.
Actividades sociomotoras, fundamentalmente de comunicación motora (con cooperación, con oposición, con cooperación y oposición).
G. Marrero (1989) elabora la siguiente clasificación:

- La existencia o no de dedicación profesional del atleta.
- Que se practique de forma individual o colectiva.
- La utilización o no de instrumentos.
- La presencia de cooperación, oposición o de ambas a la vez.

Manuel Hernández (1989) clasifica los deportes según el lugar donde se practican:

Deportes de sala y pista: son todos aquellos que utilizan instalaciones convencionales, hechas por el hombre (pistas de atletismo, polideportivos, piscinas, hipódromos, circuitos de carreras).
Deportes terrestres: deportes que se realizan al aire libre, en entornos naturales, sean espacios urbanos o rurales, y que utilizan, como terreno de juego, el propio campo (senderismo, bicicleta de montaña, esquí, orientación, escalada deportiva).
Deportes acuáticos: son todas aquellas actividades que utilizan como medio natural el agua: (vela, surf, windsurf, submarinismo, piragüismo, descenso de ríos).
Deportes aéreos: son los deportes que utilizan como medio para su práctica el aire (parapente, ala delta, paracaidismo deportivo, ultraligeros, cometa).

Por último, daremos la clasificación que, a nuestro entender, reúne las características más completas, de acuerdo con el concepto actual del deporte, y que fue elaborada por un grupo de expertos formado para tal fin por el Consejo de Europa (1968). Para ellos, el término deporte "debe comprenderse en sentido moderno, es decir, en el de actividad física libre, espontánea, practicada en las horas de ocio y que englobe deportes propiamente dichos y actividades físicas diversas, con tal de que exijan un cierto esfuerzo". Estas actividades se dividen en tres grandes categorías:

- Juegos y deportes, caracterizados por la aceptación de reglas y el hecho de



enfrentarse a sí mismo, a otros o al medio natural. Aquí se incluyen actividades como juegos infantiles, juegos tradicionales, malabarismos o habilidades manuales, nuevos juegos, deportes alternativos, deportes anglosajones, juegos y deportes de raqueta, juegos y deportes de lucha.

- Actividades al aire libre, en las cuales los participantes tratan de dominar un terreno determinado (campo, bosque, montaña, curso de agua o cielo). Los desafíos provienen de la forma con la que se trata de vencer las dificultades, y varían en función del terreno elegido y de otros factores, como el viento y las condiciones meteorológicas (deportes terrestres, acuáticos o aéreos).
- Actividades estéticas, como la danza y la expresión corporal. En su ejecución, el individuo, en vez de mirar mas allá de sí mismo y responder a los retos artificiales o naturales, dirige su atención sobre sí mismo y reacciona ante el placer del movimiento corporal coordinado, como por ejemplo en el baile, el patinaje artístico, la gimnasia rítmica, la natación sincronizada y, cómo no, las danzas tradicionales.

Concepto de deporte recreativo

Camerino y Castañer (p. 14) entienden por actividades recreativas aquéllas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los participantes de los cambios de papeles en el transcurso de la actividad, constitución de grupos heterogéneos de edad y sexo, gran importancia de los procesos comunicativos y de empatía que se puede generar, aplicación de un concreto tratamiento pedagógico y no especialización, ya que no se busca una competencia ni logro completo.

Manuel Pérez (1986) define el deporte recreativo como un concepto comprensible de deporte y de formas deportivas centradas principalmente en la recreación, en las que pueden o no aplicarse reglas oficiales. Lo más importante es el placer, la diversión, sentirse alegre, y la posibilidad de tener contacto social a través de una práctica que todo el mundo puede desarrollar a su manera. Según este autor, los aspectos que distinguen a las actividades recreativas son las siguientes:

- Todo el mundo debe poder participar sin que la edad, el sexo o el nivel de entrenamiento se conviertan en factores limitadores.
- Las reglas pueden ser creadas o adaptadas por los propios participantes en el mismo lugar.
- Existen posibilidades de opción en cuanto al tipo de actividades, cómo practicarlas, etcétera.
- "Jugar con los demás es más importante que jugar contra los demás". El ganar o perder, elemento agonístico de la práctica, pasa de ser objeto a ser el medio utilizado para divertirse.
- La práctica recreativa no descarta el aprendizaje de habilidades, técnicas o actitudes.
- Aunque no sea su principal objetivo, no debe descartarse el esfuerzo físico.

La diferencia del deporte recreativo es su papel lúdico-social, mientras que existe otro deporte, cuyo objetivo es conseguir unos aprendizajes de técnicas, y otro que busca el rendimiento más alto posible.

El deporte recreativo y el de rendimiento tienen muchas cosas comunes y, a veces, es muy difícil diferenciarlos, por lo que la mejor forma de separarlos es el acento final puesto en los objetivos, que en nuestro caso va a ser siempre el factor lúdico y el afectivo.

Pedagogía del deporte recreativo

La fundamentación de la acción educativa en el ámbito del deporte recreativo, según Rovira, debe atender los siguientes aspectos:

- El deporte recreativo es un derecho. La posibilidad de emplear una parte del tiempo libre del que cada uno dispone en actividades motrices y deportivas es una necesidad que se debe satisfacer. El deporte recreativo ha de ser una posibilidad que se ofrece a todos (mayores, niños, adultos, enfermos), y está recogido en la lógica del deporte como ocio-participación.
- El deporte recreativo debe respetar la autonomía de los participantes. Ha de garantizar la autonomía de los deportistas en la decisión de iniciar la actividad y en su organización y regulación. El deporte recreativo debe potenciar la colaboración de todos los participantes. Por ello, debe llevar a cabo una tarea educativa global como experiencia de socialización y convivencia.
- El deporte de recreación es un instrumento de creatividad. En este punto, se trata de descubrir las bases motrices del propio cuerpo y de las infinitas posibilidades del juego corporal. Debemos ir a la realización de movimientos espontáneos y reglados por el deporte sin caer en el mecanicismo y la tecnificación que impone el deporte de competición.
- El gusto y la autosatisfacción como objetos inalienables en el deporte recreativo. Los objetivos esenciales del deporte recreativo son la autosatisfacción y el gusto por la actividad misma. Consiste en encontrar el placer, que debe estar presente en el ocio.

Bibliografía

AA. VV. (1992) *Diccionario de las ciencias del deporte*. Ed. Unisport de Andalucía.

AA. VV. (1979) *Manifiestos sobre la educación física y el deporte*. Madrid: Ed. Colegio Oficial de Profesores de EF.

AA. VV. (1991) *Sport for all*. Alemanya: Ed. Meyer-Meyer.

AA. VV. (1972) *100 años de deporte*. Barcelona: Ed. Difusora Internacional, SA.

AA. VV. (1990) *The third milennium*. Quebec: Ed. por Fernand Landry, Marc Landry y Magdeleine Verlés.

ANGER, E. (1989) *La animación, los animadores*. Ed. Narcea.

ANZISU, D. y MARTIN (1971) *La dinàmica de los grupos pequeños*. Ed. Kapelusz.

BLANCO, R. (1927) *Bibliografía general de la educación física*. Lib. y casa ed. Hernando.

BAUDRILLARD, J. (1984) *La societé de consommation*. Ed. Gallimard, col. Idèes.

BLANCHARD y CHESKA (1985) *Antropología del deporte*. Barcelona: Ed. Bellaterra, SA.

BROHM, J. M. (1976) *Sociologie politique du sport*. París: Delarge Editeur.

CAGIGAL, J. M. (1976) *Deporte, pedagogía y humanismo*. Madrid.

CAGIGAL, J. M. (1981) *Deporte, espectáculo y acción*. Navarra: Ed. Aula Abierta Salvat.

CAGIGAL, J. M. (1972) *Deporte, pulso de nuestro tiempo*. Madrid: Ed. Nacional.

CAGIGAL, J. M. (1975) *El deporte en la sociedad actual*. Ed. Prensa Española.

CAGIGAL, J. M. (1971) "Ocio y deporte", *Citius, Altius, Fortius*, 119, p. 79. Madrid: Ed. INEF.

CONSEJO DE ESTADO (1992) *Memoria 1991*, 2a parte "El deporte". Madrid: Ed. Consejo de Estado.

CHAZAUD, P. (1986) *Brevet d'etad d'educateur sportif, 1r et 2n degré*. Ed. Vigot.

COMES, S. (1971) *Tiempo libre, tiempo liberado*. Madrid: Unión Editorial, SA.

COTTA, A. (1980) *La societé ludique*. Ed. Grasset.

DE GRAZIA, S. (1966) *Tiempo, trabajo y ocio*. Madrid: Ed. Tecnos, SA.

DE KNOP, P. (1989) "Aspectos de la filosofía de base del deporte recreativo", *Ocio Sport*, 22. Madrid.

DIEM, C. (1966) *Historia de los deportes*, vol. I y II. Barcelona: Luis de Caralt.

DUMAZEDIER, J. (1964) *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Ed. Estela.

ELIAS, N. y DUNNING, E. (1992) *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. Mèxic: Ed. Fondo de Cultura Económica.

ESTEVES, J. (1970) *O desporto e as estructuras sociais*. Lisboa: Prelo Editora.

GARCIA FERRANDO, M. (1982) *Deporte y sociedad*. Madrid: Ed. Dirección General de la Juventud.

ARCIA FERRANDO, M. (1991) *Los españoles y el deporte (1988-1990), un análisis sociológico*. Madrid: Instituto de Ciencias de la EF.

ARCIA FERRANDO, M. (1993) *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid: Instituto de la Juventud.

GETE, E. (1987) *Tiempo de ocio*. Barcelona: Ed. Plaza y Janés, SA.

GILLET, B. (1971) *Historia del deporte*. Barcelona: Ed. Oikos Tan, SA.

GONZALEZ, A. (1990) "Civilización del ocio y sociedad de consumo, dos tendencias antagónicas", *Perspectiva*, 3. León.

GUEVARA, J. (1976) *Ocio y libertad o en el imperio del trabajo*. Ed. Magisterio Español.

HUIZINGA, J. (1972) *Homo ludens*. Madrid: Alianza Editorial.

JIMÉNEZ, A. (1979) *Antropología cultural, una aproximación a la ciencia de la educación*. Madrid: Servicio de Publicaciones del MEC.

KNOPP, M. (1985) *La comunicación no verbal*. Barcelona: Ed. Paidós.

LARAÑA, E. (1986) "Deporte y modernidad", *Revista de Occidente*, julio-agosto.

LOPEZ ANDRADA, B. (1982) *Tiempo libre y educación*. Madrid: Ed. Escuela Española.

MACCIO, CH. (1977) *Animaçao de grupos*. Lisboa: Moraes Editores.

MAGNANE, G. (1966) *Sociología del deporte*. Madrid: Ed. Península.

MANDELL, R. (1986) *Historia cultural del deporte*. Barcelona: Ed. Bellaterra, SA.

MARRERO, G. (1988) *Psicología del deporte*. Las Palmas de Gran Canaria: Ed. Cabildo Insular.

MORENO PALOS, C. (1992) *Juegos y deportes tradicionales en España*. Madrid: Ed. Alianza Deporte.

MORENO PALOS, C. (1993) *Aspectos recreativos de los juegos y deportes tradicionales en España*. Ed. Gimnos.

MUCCHIELLI, R. (1972) *La dinámica de grupos*. Madrid: Ibérico Europea de Ediciones, SA.

MUNNÉ, F. (1980) *Psicología del tiempo libre*. México: Ed. Trillas.

NASSER, D. (1993) *Erlebnispadagogik in nordamerika. Proyect adventure*. Lüncburg: Ed. Erlebnispadagogik.

ORLIK, T. (1990) *Libres para cooperar, libres para crear*. Madrid: Ed. Paidotribo.

ORTEGA Y GASSET, J. (1967) "Origen deportivo del Estado", *Citius Altius, Fortius*, tomo IX, p. 259-276. Madrid: Ed. INEF.

PÉREZ RIOJA, J. A. (1992) *Educación para el ocio*. Madrid: Ed. Palabras, SA.

PIERNAVIEJA, M. (1962) "La educación en España. Antecedentes históricos legales", *Citius, Altius, Fortius*, tomo IV. Madrid: Ed. INEF.

PIERNAVIEJA, M. (1967) "Depuerto, deporte. Prehistoria de una palabra", *Citius, Altius, Fortius*. Madrid: Ed. INEF.

POCIELLO, C. (1962) *C. Sport et societés*. Ed. Vigot.

RACIONERO, L. (1983) *Del paro al ocio*. Barcelona: Ed. Anagrama.

THOMAS, HAUMONT, LEVET (1988) *Sociología del deporte*. Bellaterra: Ed. Bellaterra SA.

ROHNKE, K. (1985) *Silver Bullets: a guide to initiative problems, adventure games and trust activites*. Ed. Proyect Adventure.

TOKARSKI, W. (1993) *Frecizeit in neven Europa*. Ed. Meyer-Meyer.

TOTI, G. (1971) *Sociología del tiempo libre*. Madrid: Ed. Miguel Castellote.

TRAPERO, M. (1971) "El campo semántico del deporte en el español actual", *Citius, Altius, Fortius*, tomo XIII, p. 149-199. Madrid: Ed. INEF.

ULMANN, J. (1977) *De la gimnastique aux sports modernes*. París: Ed. Vrin.

VEBERRHORST(1973) "Origen del deporte: teorías", *Citius, Altius, Fortius*, tomo XV, p. 10-57. Madrid: Ed. INEF.

WEBER, E. (1969) *El problema del tiempo libre*. Madrid: Ed. Nacional.

Brigitte Burchartz,
Licenciada en Educación Física, INEFC-Barcelona.

APROXIMACIÓN TEÓRICA Y PRÁCTICA A LOS TERRENOS DE JUEGO INFANTILES

Resumen

El juego es muy importante para el desarrollo de los niños, que necesitan de lugares adecuados y seguros donde poder realizarlo. La estructura urbanística dificulta bastante la existencia de sitios suficientes y apropiados para ello. Luego, una vez localizados los terrenos donde se necesitan parques infantiles, la construcción de éstos se ha de planificar detalladamente para conseguir una funcionalidad y una adaptación al entorno óptimas.
Para ello, será importante, en primer lugar, conocer a qué edades o a qué grupos de edad se dirige el parque infantil y cómo juegan los niños de estas edades. En consecuencia, se decidirá sobre la estructura de los elementos de juego.
Al mismo tiempo, se tendrá que dividir el terreno en diversas zonas de juego, no sólo teniendo en cuenta los diferentes grupos de edad, sino, además, las diversas tipologías de juego existentes.

***Palabras clave*: terreno de juego, características del terreno de juego, importancia del juego, entorno urbano, tipos de juego.**

Introducción

Los objetivos del presente artículo son prioritariamente dos:

1. Destacar la importancia que tiene el juego para los niños y con ello la necesidad que tienen éstos de disponer de unos espacios adecuados para poder realizar sus actividades, que son indispensables para favorecer el desarrollo integral de su personalidad.
2. Dar unas primeras normativas a tener en cuenta a la hora de proyectar y planificar la construcción o remodelación de un parque infantil.

Si se tiene en cuenta la actual situación de los terrenos de juego en nuestras ciudades y se considera al mismo tiempo lo importante que es el juego para los niños, se comprenderá la urgente necesidad de actuación para poder obtener una mejora en la realidad de los parques infantiles.

La necesidad de los terrenos de juego

La importancia que tiene el juego para los niños

El juego es para el niño una actividad que domina sobre todas las demás. Es una actividad dominante porque con el juego el niño desarrolla los procesos psicológicos y prepara así el paso a etapas evolutivas más avanzadas y complejas. Por ello, la intensidad y los contenidos con los que realiza el juego son de un importancia decisiva.
Aunque la pedagogía desde hace mucho tiempo está de acuerdo en que el juego es vital para el desarrollo motor, sensorial, emocional y cognoscitivo, en la realidad social el juego es considerado como algo opuesto a la "seriedad" y "utilidad" del trabajo.
A principios de la industrialización había corrientes pedagógicas que querían reglamentar el juego de los niños al máximo para enfocarlo hacia unos objetivos "racionales", pero hoy en día se reconoce la importancia de un juego libre e íntegro, que tiene, según Heckhausen (1973), cinco características:

1. Está exento de finalidades (no se intenta obtener un resultado final o un objetivo concreto con el juego).
2. Hay una búsqueda de un cambio entre tensión y distensión dentro de un juego repetitivo (los niños suelen repetir el mismo juego muchas veces pero siempre presenta momentos de más o menos tensión, actividad, intensidad).
3. Hay un enfrentamiento activo con una parte de un mundo real (en el juego, los niños afrontan e imitan situaciones de la vida cotidiana).
4. Tiene una estructura sin meta definida y una perspectiva de tiempo inmediata (jugar para "pasárselo bien". Sólo importa el instante).
5. Casi se consigue imitar la realidad (los niños intentan que su juego se aproxime lo máximo posible a la realidad cotidiana).

En esta confrontación con el ambiente de la vida real, el niño desarrolla su personalidad, aprende un comportamiento social y a pensar de forma abstracta. Para conseguir esto hace falta actuar, es decir, jugar moviéndose. El niño aprende a pensar sobre y a través de las consecuencias de sus actos. Por ejemplo: para chutar una pelota, el niño tiene que saber o conocer la distancia a la que tiene que chutar, las características del suelo, el tamaño y peso del balón, los ángulos entre él y la pelota y entre la pelota y la trayectoria que va a tomar, etcétera. Todo esto lo aprenderá y lo interiorizará el niño practicándolo

mucho, esto es, jugando. Aquí se ve claramente la importancia que tiene el juego físico, a menudo el más despreciado, para el desarrollo de la inteligencia.

Las ganas de jugar y de aprender tienen un origen común; el juego es una forma de aprender activamente. El niño experimenta, reconoce y aprende jugando, a través de la confrontación con su entorno cotidiano. Desarrolla en este proceso su personalidad, integrándose de esta forma en dicho entorno.

Analizando el juego bajo este punto de vista, es imposible separarlo del trabajo, ya que es tan "serio" como éste.

Separando el trabajo del juego se consigue precisamente camuflar la seriedad del juego como algo infantil, como algo opuesto a la funcionalidad del mundo de los adultos. Al separar el juego, o la educación a través del juego, del mundo adulto, se excluye al niño de ese mundo y se le remite a un ámbito de vida específicamente dedicado a "su mundo infantil". De esta manera, se corta desde un principio la posibilidad de socialización a través del juego.

Las consecuencias de esta interrupción del juego íntegro son la reducción del desarrollo de la personalidad a un nivel exclusivamente infantil (G. Fingermann, 1970).

El juego tiene, además, una gran variedad de funciones. Es expresivo, productivo, comunicativo, explorador y comparativo. La función exploratoria, que implica movimiento, influye sobre el desarrollo de la inteligencia práctica y sirve tanto para la adquisición de experiencias prácticas como para la mejora de la habilidad y la agilidad motrices.

También la función productiva es motriz y hace referencia a la "creación del ambiente a través del movimiento" (Scherler, 1979, en M. Klein, 1983).

Todas las funciones arriba mencionadas tienen una interrelación y no son separables claramente la una de la otra. Por ejemplo, el juego creativo siempre tiene algo de comunicativo-social, de expresivo, de explorador. Con esto se comprueba de nuevo la totalidad y complejidad del juego.



El juego, por lo tanto, es útil e indispensable para los niños y hay que procurar que éstos tengan espacios disponibles para poder realizarlo, integrados en su ambiente cercano y sin separarlos o aislarlos de la vida cotidiana.

El entorno urbano y el juego infantil

Hay que preguntarse: ¿Dónde juegan los niños hoy en día, y, sobre todo, los niños de ciudad?

Esto depende en cada caso de la situación de los espacios sociales disponibles, es decir, de los lugares de encuentro y del entorno. Hay que analizar la estructura, la organización y el aprovechamiento de estos espacios. Desde un punto de vista sociológico, un espacio físico condiciona las actividades que se pueden realizar en él y la posibilidad de establecer relaciones sociales. En consecuencia, la organización de dicho espacio significa una preestructuración de esta posibilidad (Hamm, 1973, en M. Klein, 1983). Factores de preestructuración podrían ser, por ejemplo, el tamaño del espacio, si éste se encuentra cerca o lejos del domicilio, si es acogedor o no, etcétera.

Los niños necesitan unos espacios cercanos a su domicilio y, sobre todo, que no los aislen del ambiente ex-



ferior a estos mismo espacios. Los niños han de poder llegar a sus zonas de juego andando y, además, ha de existir contacto visual entre ellos y los adultos.

El espacio que tienen los niños a su alcance lo viven de manera muy diferente a un adulto. Está muy determinado por calles, caminos y fronteras naturales (vías de tren, ríos, carreteras) y los niños lo juzgan por la cantidad de escondrijos, plazas y ocasiones de juego que les ofrece.

Para muchos niños, la zona de juego más frecuentada (por ser la más cercana y a falta de mejores) sigue siendo la calle. Todos los años hay una gran cantidad de accidentes en la calle, ya que resulta normal que los niños, hasta aproximadamente los 15 años, tengan grandes dificultades para cruzar las vías urbanas.

Según Piaget (1974), los niños de unos 9 años, por ejemplo, saben representar mentalmente rutas, pero no son capaces de tratarlas de forma hipotética, de ampliarlas o de invertirlas.

Los espacios sociales en las ciudades están separados y desintegrados según su función específica. Por ejemplo, colegio=aprender, terreno de juego=jugar, instalación deportiva=moverse. Cuanto menos espacio disponible (por ejemplo, en el centro de la ciudad) más evidente se hace esta separación.

Cómo se aprovechan y utilizan dichos espacios depende de las prioridades impuestas y definidas por la sociedad. Ésta tiene unos principios económicos que se rigen por la rentabilidad de la estructuración de los espacios. Se agrupan las superficies en dos zonas: la destinada a la producción y el trabajo, y la destinada a las viviendas. Después se construyen las uniones más cortas, rápidas y económicas entre ambas (KLEIN, M., 1983).

Esta forma de planear las ciudades, prioritariamente funcional, lleva a una desfiguración de su aspecto que, en principio, debería ser agradable y armónico. Se crean islas que separan superficies destinadas a fines específicos (a vivir, a trabajar, a recrearse, a jugar) del resto de la ciudad.

Según este mismo principio, también el ambiente infantil se separa en tres ámbitos: el domicilio, el colegio y el terreno de juego. El niño, habitualmente, se ha de desplazar bastante para ir de un sitio a otro, cuando debería poder realizar todas las actividades en un ambiente cercano, conocido por él, y natural.

A menudo, las zonas en las que podrían jugar los niños son vacías y monótonas, y para ellos no son más que unos espacios muertos entre bloques de casas (M. Klein, 1983). Los niños solamente juegan en sitios que les son conocidos y familiares, y que, al mismo tiempo, les estimulen lo suficiente para realizar un juego interesante para ellos. Por lo tanto, se necesita de espacios suficientes y atractivos cerca del domicilio de los niños. Estas zonas de juego les tienen que ofrecer la posibilidad de explorar su ambiente, de ser creativos y de moverse libremente para que puedan desarrollar plenamente su personalidad.

Resumiendo, se puede constatar que la situación actual de los terrenos de juego en las ciudades es la siguiente: los parques infantiles son muchas veces inexistentes en las proximidades de las viviendas o, si los hay, no tienen en cuenta las necesidades de los niños. A menudo, los terrenos de juego son de difícil acceso debido a la estructura urbanística.

Vista la importancia que tiene el juego para los niños (para su desarrollo personal-individual, social, físico) se puede apreciar la necesidad de mejorar la actual situación de los terrenos de juego.

Tipos de juego

Las actividades que realizan los niños en un terreno de juego se pueden clasificar, según la Central Mortgage and Housing Corporation (1981), en cuatro tipos diferentes: el juego físico, el juego social, el juego creativo-cognoscitivo y el juego tranquilo.

El juego físico

Esta clase de juego es prioritariamente muscular. Los niños se mueven constantemente en actividades como correr, saltar, escalar, chutar, empujar, deslizarse, lanzar, etcétera. Utilizan materiales móviles (convencionales o no convencionales) como pelotas, patines, cuerdas y elásticos para saltar, y materiales fijos (naturales o artificiales) como árboles, colinas para trepar y elementos

de juego colocados en el terreno de juego, como son los toboganes, columpios, escaleras, redes, cuerdas, etcétera.
El juego físico a menudo es rápido, violento y ruidoso. Por ello se debe procurar que los niños que estén realizando esta clase de juego puedan hacerlo sin molestar a los demás niños que estén jugando tranquilamente, ni a los adultos y a los niños más pequeños.

El juego social

A través de esta clase de juego, los niños aprenden un comportamiento social y desarrollan su capacidad de lenguaje. El juego social se puede comparar con representaciones dramáticas. Los niños se identifican mucho con lo que representan y dichas "representaciones" son extraídas de la vida real (jugar a papás y mamás, a médicos, a maestro y alumnos).
El juego lo realizan en casetas, chozas, tiendas o cualquier otro sitio que en su imaginación pueda representar una casa, una escuela, un barco, etcétera, como podrían ser cuevas, árboles huecos y otros lugares.



El juego creativo-cognoscitivo

Para esta clase de juego se necesitan ciertos materiales. Los más frecuentes son el agua y la arena, pero también sirven ladrillos, maderas, flores, desechos, prendas viejas, etcétera.
El juego creativo ayuda a desarrollar la inteligencia de los niños y les ofrece la oportunidad de experimentar y de manipular toda clase de materiales, de realizar construcciones individual o colectivamente, y de dar rienda suelta a su fantasía y su imaginación al realizar sus creaciones y construcciones. Es necesario instalar en un terreno de juego una caseta o un pequeño almacén para los materiales de construcción y para todo el material móvil que se halle en el parque infantil.

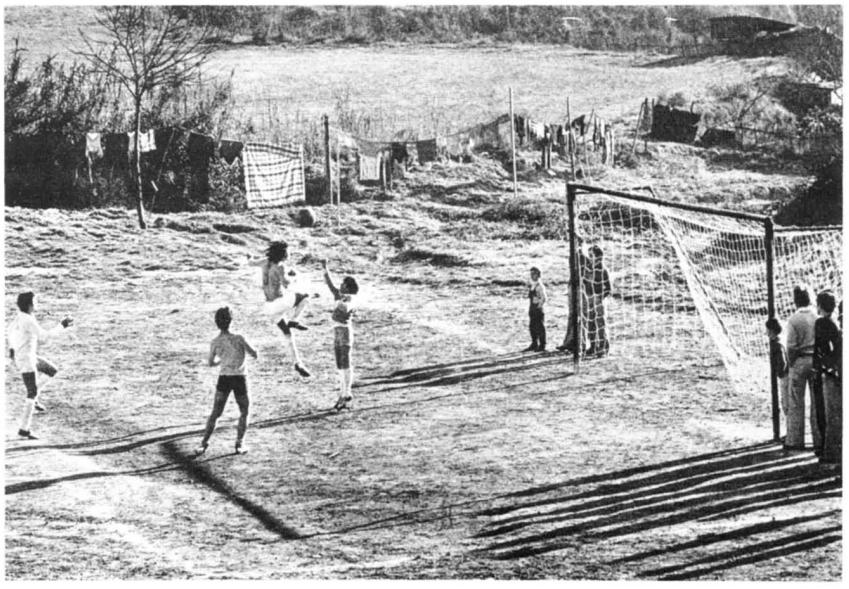
El juego tranquilo

De vez en cuando, los niños sienten la necesidad de jugar solos y tranquilamente. En el terreno de juego ha de haber un lugar que les permita esto. Sería muy útil alguna mesa con material donde puedan hacer manualidades. También existe la posibilidad de instalar tableros para juegos de mesa (ajedrez, parchís, cartas).
Resumiendo, se puede decir que existen muchas formas de juego diferentes, y a la hora de planear la construcción de un parque infantil hay que tenerlo en cuenta y proveer a éste de distintas zonas que permitan la diversificación y múltiples posibilidades de juego para los niños. Además, se ha de observar, al organizar los espacios, que la actividad de unos no interfiera en la de los otros.

Organización del espacio de juego

Las diferentes zonas de juego

Como ya he mencionado en el apartado anterior, para que el juego en el parque infantil sea agradable y seguro para los niños, hay que proveer a éste de diferentes zonas de juego desde un punto de vista funcional.
Lo más conveniente sería distribuir las zonas de juego de acuerdo con los diferentes tipos de juego presentados anteriormente. Es decir: una zona para el juego físico, otra para el juego social, otra para el juego creativo-cognoscitivo y una última para el juego tranquilo.
Las zonas han de estar bien separadas entre sí, a través de vallas, arbustos, desniveles, etcétera, pero no deben producir en los niños una sensación de aislamiento de los demás.
La zona dedicada al juego físico ha de ser bastante grande respecto a las demás y bien separada de éstas, pues el juego físico a menudo es violento y podría molestar a otros niños que estén jugando tranquilamente y asustar a los niños más pequeños.



Esta zona de juego debe tener un suelo blando y resistente a la vez, y los elementos de juego situados en ella han de estar debidamente separados entre sí y protegidos para evitar choques y accidentes.

La zona para el juego social no necesita ser muy grande, ya que con unas cuantas casetas u otra clase de refugios habría suficiente. Esta zona es la que se puede encontrar más cerca de la del juego físico, pues el juego social, aunque no es violento, a menudo resulta muy ruidoso.

La zona para el juego creativo-cognoscitivo puede estar cerca de la destinada al juego social, pero alejada de la zona para el juego físico, con el fin de que no se destruya lo que acaban de construir los niños.

Cuando solamente existe un espacio para el juego con agua y arena no hace falta ningún almacén. Pero si hay otros materiales de construcción, como ladrillos o maderas, sería necesario construir uno para poder guardar todos los materiales, para protegerlos de la intemperie y evitar que se extravíen.

La zona para el juego tranquilo ha de estar en el rincón más tranquilo del terreno de juego y apartada de las demás zonas. Debe haber bancos y mesas a escala para que los niños se puedan sentar a jugar o, simplemente, descansar.

Otros elementos del terreno de juego

- Bancos. Hay que proveer el parque de juego de sitios donde se puedan sentar los adultos para poder observar y estar en contacto visual con los niños. Son necesarios sobre todo en las zonas en las que juegan los niños más pequeños. No es aconsejable poner los bancos cerca de la zona de juego físico. Un sitio ideal sería una zona de juego tranquilo. Si sólo existe un rincón con bancos se debe poder ver desde allí todo el terreno de juego.
- Barreras y cerramientos. Los cerramientos sirven, sobre todo, para proteger a los niños del tráfico y para evitar que puedan pasar del terreno de juego a la calle sin ningún obstáculo que les impida el paso. ¡Tienen que estar aislados! Las barreras, en cambio, no debe aislar, sino solamente separar las diferentes zonas de juego y no necesitan ser altas. Los materiales empleados en la construcción de cerramientos y barreras tienen que estar en armonía con el paisaje, para no desentonar.
- Almacenes de material. Cuando hay material móvil en un terreno de juego es necesario instalar un pequeño almacén para guardar en él todo el material. El mejor sitio para este almacén es en la zona destinada al juego creativo-cognoscitivo, porque es allí donde habitualmente se utiliza más el material móvil. También se puede guardar en él todo el material de mantenimiento y, si hay, los elementos de juego móviles como, por ejemplo, los de polietileno, que pueden ser transportados con facilidad. Un almacén ha de servir para todo el material que pueda deteriorarse al encontrarse continuadamente expuesto a la intemperie y para todo aquel que, por su reducido tamaño, pueda extraviarse con facilidad. Los niños deberían tener acceso a estos almacenes. Ellos mismos serán los responsables de volver a guardar todo el material al terminar el juego. Aun así, sería conveniente que una de las personas encargadas del terreno de juego les recuerde a los niños esta obligación.

Criterios específicos a tener en cuenta según la edad

Para conocer las características que deben tener los terrenos de juego para niños de diferentes edades es necesario conocer cómo juegan los niños a cada edad. Si se desconoce esto podría suceder que aunque exista una gran diversidad de elementos de juego en un parque infantil todos estén enfocados hacia niños de un mismo grupo de edad, descuidando a los demás.

Tratando de encontrar la agrupación por edades más adecuada para poder describir las características de juego de cada grupo de edad, llama la atención que ningún autor menciona a los niños de 0 a 3 años. La edad más temprana prevista para construir un terreno de juego es la de los niños de 2 años, pero incluyéndolos en el grupo de 2 a 6 años, lo cual parece un margen demasiado amplio si se considera la gran diferen-

cia que existen entre el nivel de desarrollo y crecimiento entre los más pequeños y los más grandes de dicho grupo de edad.

De 0 a 3 años

Características del terreno de juego

Los niños a esa edad todavía no necesitan mucho espacio porque sus desplazamientos son cortos, y, además, tienen que estar bajo la observación de los adultos. Pero es muy importante que su espacio de juego en un parque infantil esté en una zona tranquila y sin peligro, que el espacio esté limpio, porque juegan mucho tiempo en el suelo, y que esté bien protegido del viento y el sol. Es aconsejable también que el suelo sea de un material blando (césped, tierra arenosa).

Características de los elementos de juego

Tanto el material como sus formas y tamaños tienen que estar adaptados a esa edad. A los niños les llaman la atención los colores vivos, y les gusta, por ejemplo, superar obstáculos, gateando o de pie, meterse en agujeros y rincones, saltar de sitios de una altura de 40 a 70 centímetros (no más altos), subir escalones, tirar y chutar balones, etcétera. Siempre hay que tener en cuenta la seguridad (esquinas redondeadas, sitios altos con barandillas y barrotes verticales).

De 3 a 6 años

Características del terreno de juego

El espacio disponible ha de ser mayor que para el anterior grupo de edad. La superficie tiene que ser de materiales diversos (arena, césped, roca) para que los niños aprendan a dar respuestas motrices diferenciadas según cada superficie, y para que puedan observar las reacciones del material con el que juegan en cada relieve (por ejemplo, un balón bota o rueda de manera distinta, un cochecito hay que empujarlo más en la hierba que en el asfalto, puede volcar en las rocas, etcétera).

También a esta edad es importante que la zona de juego esté protegida para que los niños no puedan ser molestados por el juego más violento de los niños mayores. Si no es así, los niños se podrían sentir inseguros y no desarrollarían su juego tranquilamente.

Características de los elementos de juego

El material debe ofrecer los estímulos suficientes para provocar en los niños la realización de toda la amplia gama de posibilidades de movimiento que implica su edad. Además, son muy importantes las chozas y cabañas donde los niños tendrán la ocasión de iniciarse en el comportamiento social jugando con grupos de amigos.

De 6 a 9 años

Características del terreno de juego

Actualmente, los niños necesitan mucho más espacio que en los grupos de edad anteriores. Se incorpora a su juego el elemento físico de forma más ruidosa y violenta que antes. Necesitan espacio para chutar o lanzar un balón en sus juegos deportivos, necesitan espacio para ir en bicicleta o en monopatín, y también para columpiarse, balancearse, saltar, perseguirse, etcétera. Además, son muy importantes los espacios para el juego social y para el juego creativo.

Características de los elementos de juego

Para realizar el juego físico hacen falta elementos de juego a escala que estimulen una gran diversidad de respuestas motrices. Con uno o dos elementos de juego en un parque infantil hay suficiente. Pero éstos tienen que prever grandes posibilidades de movimiento. También se necesitan para el juego físico pistas para patinaje, para bicicletas, etcétera, con desniveles y obstáculos, y una pista pequeña para la práctica de varios juegos deportivos. Estas pistas no necesitan cumplir con las normativas y reglamentos porque los niños establecen sus propias reglas y limitaciones del espacio y adaptan su juego a las circunstancias del ambiente.

Para el juego social y el juego dramático hacen falta chozas o tiendas y también espacios naturales como cuevas, elevaciones del terreno, árboles huecos. Incluso pueden construirse ellos mismos sus casetas, y así realizarían al mismo tiempo un juego creativo. También éste es muy importante porque a través de él pueden desarrollar su imaginación y satisfacer su curiosidad. Para ello, necesitan algunos materiales que pueden conseguir directamente de la propia naturaleza y de su entorno (agua, hierba, flores, árboles) o pueden ser materiales que se encuentran o que los adultos ponen a su disposición (maderas, cajas de cartón, cuerdas, ladrillos, barro).

De 9 a 12/13 años

Características del terreno de juego

Para el juego físico y, sobre todo, cuando realizan juegos deportivos, los niños de esta edad precisan de unos espacios más definidos y estructurados para poder llevar a cabo la actividad deportiva en condiciones similares a las de los adultos. En consecuencia, necesitan, por lo menos para la práctica de los deportes, un espacio más extenso que antes.

Características de los elementos de juego

Muchos niños de esta edad se sienten demasiado mayores para columpiarse o para realizar actividades parecidas. Pero hay algunos elementos, como por ejemplo paredes para escalar, que sí los utilizarán ya que son como un reto para ellos y, al mismo tiempo, facilitan la práctica de un deporte de mayores.

Lo que les gusta mucho a los niños de esta edad es el juego creativo. Poseen ahora una gran capacidad de concentración y quieren conocer y experimentarlo todo. Son capaces de realizar construcciones grandes y complejas, y les gusta utilizar para ello toda clase de materiales.

El juego social es ahora, más que una representación de la vida real, una reu-



nión de amigos en las que hablan y discuten todo lo que les es de interés. Necesitan, pues, lugares de reunión tranquilos y reservados.

Conclusiones

Tal como se ha visto en la primera parte del presente artículo, el juego es para los niños uno de los factores más importantes para su desarrollo integral. Por lo tanto, necesitan espacios adecuados en los que jugar y éstos son muy difíciles de encontrar. Se construyen muy pocos parques infantiles y tanto la distribución de éstos dentro de un barrio como la estructuración de los mismos terrenos y los elementos de juego que se encuentran en ellos son generalmente poco funcionales.

A menudo, después de haber construido un parque infantil, el mantenimiento de éste es bastante deficiente. Los terrenos de juego, por regla general, carecen de vida cuando en realidad podrían convertirse en uno de los elementos clave para la educación y el desarrollo de los niños, y en un ambiente ideal para facilitar los contactos sociales entre toda la población (no necesariamente se han de dirigir únicamente a la población infantil).

Para que la estancia en un parque infantil sea agradable y para que éste sea funcional se han de tener en cuenta todos los puntos mencionados en este artículo, como, por ejemplo, las diferentes formas de juego y, en consecuencia, la división del parque en zonas, tanto por clases de juego como por edades. También se han de considerar otros factores, como podrían ser la seguridad e higiene, el tamaño, la accesibilidad y la localización de los terrenos de juego, aspectos que serán objeto de estudio en un segundo artículo.

Bibliografía

AMERICAN SOCIETY FOR TESTING AND MATERIALS (1986) *Shockabsorbing properties of playing surfaces systems and materials*. Filadelfia.

ASZTALOS, A. (1982) *150 Stunden*. Hannover: Ministerio de Cultura de la Baja Sajonia.

BALLEYGUIER, G. (1990) "Des enfants et des lieux de rencontre", *Le guide de l' enfant*, p. 214-218. París.

BARREIROS, J. y BRITO, M. (1985) "O planeamento de um espaço de jogo infantil", *Ludens*, 3, vol.9. Lisboa.

BENGTSSON, A. (1973) *Parques y campos de juego para niños*. Barcelona: Labor.

BRESSON, T. (1980) *Les espaces de jeux et l' enfant*. París: Moniteur.

BRITISH STANDARDS (1986) *British standards, Part. 1*. Bracknell, Berks.

CENTRAL MORTGAGE AND HOUSING CORPORATION, CANADA (1981) "Guía de diseño de zonas de juego para preescolares", *Boletín de AETIDE*, 19. Madrid.

COMITÉ DE 13 AUTORES (1972) "Spielplätze und Freizeitanlagen, *Internationaler Arbeitskreis Sportstättenbau e.V.*, vol. 1. Colonia.

EINON, D. (1990) *Jugar y aprender*. Barcelona: Folio.

FINGERMANN, G. (1970) *El juego y sus proyecciones sociales*. Buenos Aires: El Ateneo.

HAMM, B. (1973) "Betrifft: Wachbarschaft", en KLEIN, M. *Kinder und Freizeit*. Düsseldorf.

KLEIN, M. y DIETTRICH, M. (1983) *Kinder und Freizeit*. Ahrensburg bei Hamburg: Ingrid Czwalina.

MATAS, S. (1988) *Estimulación temprana*. Buenos Aires: Humanitas.

ORTEGA, E. (1984) *La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años*. Madrid: Cincel.

ORTEGA, E. (1982) *La actividad motriz en el niño de 6 a 8 años*. Madrid: Cincel.

SCHERLER, K. (1979) "Umwelt abs Bewegungsraum", *Sportpädagogik*, 6, p. 16-25.