Núm. 37, juliol 1994, 500 ptes. (IVA inclòs)

apunts

EDUCACIÓ FÍSICA I ESPORTS



EDITORIAL

L'AERÒBIC, UN MERCAT AMB RITME CORPORAL

L'aeròbic és un negoci que funciona. Des dels poliesportius de barri fins als gimnasos petits i grans, l'aeròbic prolifera ràpidament. Entre l'*stretching*, el *body building*, la sauna, els raigs UVA, els banys, el *jacuzzi*, la dietètica, etcétera, l'aeròbic és clarament el favorit. Triomfa, més enllà de qualsevol pronòstic, una gimnàstica amb ritme corporal els elements de la qual són tan antics com la gimnàstica mateixa i, tanmateix, actualment, la seva sincronia té acceptació en gran part de la població.

L'aeròbic enfatitza tres aspectes: ambient, bellesa i recuperació de la forma. Si bé aquests conceptes funcionen comercialment, són, d'altra banda, objecte de moltes crítiques. Des dels professors que s'adhereixen repentinament a l'afer, adoptant raonaments —teòrics, seductors— que asseguren la necessitat d'aquests moviments, fins aquells professionals que es qüestionen que el mètode és més dubtós i que no té res de bo.

Per tal que continui sent negoci i sigui comercial, cal mantenir un aire innovador que garanteixi i consolidi una imatge de marca, que només mitjançant professionals, bé procedents del món de l'espectacle (cine, teatre...) bé tècnics qualificats, es pot garantir.

La inquietud dels professionals que ensenyen aeròbic és l'objectiu mateix d'aquesta tècnica i la diversitat de persones que volen practicar-la: nens, adolescents, joves, adults i gent gran. Si la homogeneïtat relativa dels grups de treball és la pedra angular de qualsevol tipus d'ensenyament, en l'aeròbic la desigualtat d'aquests grups comporta grans problemes a l'hora de plantejar objectius clars. Per aquests tipus de tècniques caldrien professionals preparats que supervisessin la dita activitat. En l'actualitat, la proliferació de l'aeròbic fa que, en molts casos, es faci sense control, ja que no s'exigeix la formació i els recursos pedagògics necessaris per a ensenyar-lo.

La preocupació fonamental per al futur immediat de l'aeròbic és la justificació de la seva necessitat, que sembla estar assegurada —fent les adaptacions oportunes— tant per señores d'edat avançada amb sobrepès com per la bella model amoïnada per mantenir la seva carrera, passant per les secretàries, els metges, els restauradors, els pintors, els publicistes...

Aquestes formes que adopta l'activitat física en l'actualitat no creiem que procedeixin dels jocs olímpics, més aviat serveixen per a l'autocomplaença; en definitiva, per a justificar un model de narcisisme a la manera occidental.

L'aeròbic es configura como un tipus d'estètica que es posa de moda i per això es generalitza i es massifica com un mercat amb ritme corporal.

Javier Olivera Betrán,
Professor d'Història i Sistemes de l'Educació Física, INEFC-Lleida.
Alberto Olivera Betrán,
Estudiant de 5è curs, INEFC-Lleida.

PARAL·LELISMES I DIFERÈNCIES ENTRE ELS JOCS PANHEL·LÈNICS I ELS JOCS OLÍMPICS MODERNS

Resum

Els jocs panhel·lènics van ser unes festes unitàries de caràcter religiós i agonístic que celebraven els grecs antics periòdicament per a honrar plegats, malgrat la seva diversitat política, els déus comuns. Pierre de Coubertin pren aquest model i el trasplanta a l'època contemporània. D'aleshores ençà el moviment olímpic i el seu producte, els jocs olímpics moderns, han canviat molt i han esdevingut el fenomen social més important de la nostra época. Mitjançant una anàlisi interpretativa i comparativa establim una analogia entre els jocs panhel·lènics i els jocs olímpics moderns, que concloem amb una prospecció sobre el present i el futur dels jocs olímpics de la postmodernitat.

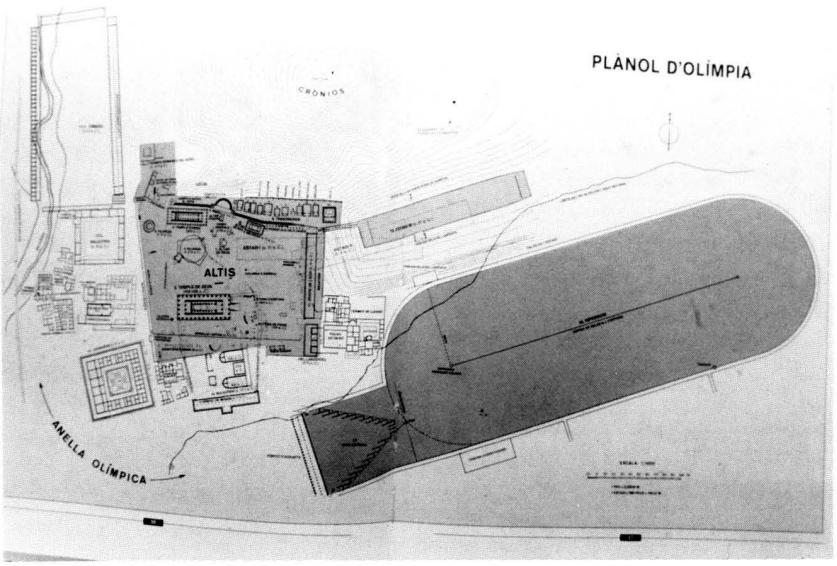
***Paraules clau*: jocs panhel·lènics, jocs olímpics moderns, agó grec, esport d'elit.**

Encara resulta freqüent de considerar idíl·licament i exemplarment els jocs panhel·lènics (1), entre ells els jocs olímpics, sens dubte els més famosos de l'antiguitat clàssica, els quals són presentats com el gran paradigma del joc modern, a més de constituir, per a un nucli important d'autors, el primer origen de l'esport institucionalitzat. Nombrosos i rellevants historiadors de la nostra època mostren una forta inclinació a minimitzar les diferències i a exagerar les semblances entre els antics agons grecs i l'esport actual.

Si examinem detingudament les característiques d'aquell magne aconteixement de l'antiguitat i les comparem amb les d'una manifestació aparentment similar de la nostra època, els jocs olímpics de l'era contemporània, observem que presenten notabilíssimes diferències que cal determinar. Analitzar els diferents aspectes i elements que caracteritzen cada manifestació i contextualitzar ambdós esdeveniments en èpoques diferents, ens permetrà de discernir amb prou claredat les dues realitats.

En analitzar comparativament els jocs panhel·lènics de l'antiguitat i els jocs olímpics moderns, hem de tenir present el contingut bàsic del programa d'ambdues celebracions. Els primers presentaven proves de diversa índole, denominades *agon* (2) pels grecs antics, i que podríem classificar en agons físics (atlètics, de lluita, bèl·lics i hípics), agons musicals i agons culturals (poesia, declamació, retòrica, teatre, etcètera). Aquestes proves s'amalgamaven perfectament en el programa com un tot unitari i constituïen la festa quadriennal (Jocs de Delfos i Jocs d'Olímpia) o bianual (Jocs de Nemea i Jocs d'Ístmia). Els jocs olímpics moderns tenen com a contingut bàsic l'esport i inclouen, així mateix, unes jornades culturals que són un autèntic apèndix del programa esportiu i una reminiscència del passat, ja que el seu desenvolupament passa quasi totalment desapercebut per al gran públic i per als mitjans de comunicació social.

Des del nostre punt de vista, heus ací una de les grans diferències entre els jocs d'ahir i els d'avui: l'esport. Aquest és un producte de la nostra època que sorgeix en un context molt determinat (occidental, industrial i urbà) i que representa uns valors molt concrets, ple-



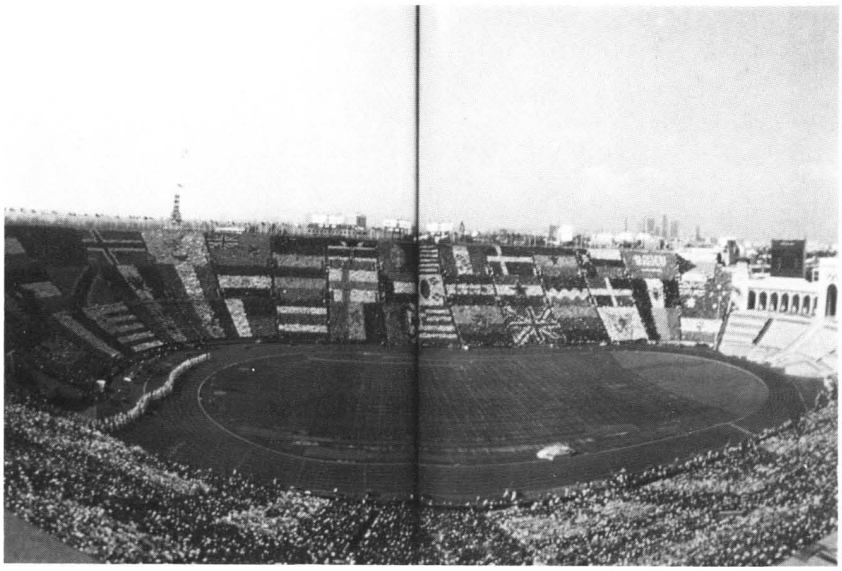
Plànol d'Olímpia. La ciutat sagrada situada al peu del mont Kronos, amb tots els seus edificis. Podem observar-hi els diferents emplaçaments de l'estadi en les seves tres reconstruccions

nament vigents en la civilització actual, de la qual l'oci és la característica més notable —ha estat denominada "civilització de l'oci-"-, i l'esport és l'oferta d'oci preferida per la gran massa de la població.

No podem afirmar amb rigor que els agons físics dels antics jocs panhel·lènics constituïssin esport, ja que la civilització a què pertanyien els dits jocs s'emmarcava en un altre context històric, amb els seus paràmetres socials, econòmics, filosòfics, polítics, culturals i religiosos. Els jocs antics gaudien de gran fama i prestigi per a la societat de l'època perquè eren unes manifestacions de caràcter religiós que reunien els personatges més notables de l'antiga Hèl·lade; per això esdevingueren l'esdeveniment social i polític més important del seu temps. Els jocs esdevingueren, també, la Festa Major de tot el poble grec, estructurat en *polis* (3) —ciutats estat—, i molt dividit políticament. En aquests aconteixements es reflectien i representaven les activitats culturals més notables de la seva civilització, activitats quotidianes que formaven part de l'educació.

Si fem un estudi detallat de cadascuna de les societats i determinem les característiques dels agons i de l'esport com a continguts bàsics de les diferents cultures en la civilització clàssica grega i en la civilització contemporània, detectarem amb precisió les diferències entre aquestes pràctiques corporals. Ambdues estan interrelacionades: la primera és la que precedeix i marca el model del que serà, amb posterioritat, l'esport espectacle. Tanmateix, són activitats clarament diferenciades; cadascuna d'elles està perfectament contextualitzada en el seu entorn sòcio-cultural i, per tant, pertany a la mentalitat del seu moment històric.

Si partim del supòsit que ambdós productes culturals, els agons físics i l'esport, són similars, hem d'admetre el fet que els dos tenen lloc, com a mínim, en un lapse de 1.503 anys de diferència (del 393 dC., any de la darrera edició dels jocs panhel·lènics, al 1896, primera olimpíada moderna) i, per descomptat, en un context ben diferenciat. El tipus de subsistència, l'estructura sòcio-política, les idees filosòfiques i religioses, les mentalitats, el concepte de cos, la tecnologia i la valoració del temps lliure són diametralment diferents en ambdues celebracions.

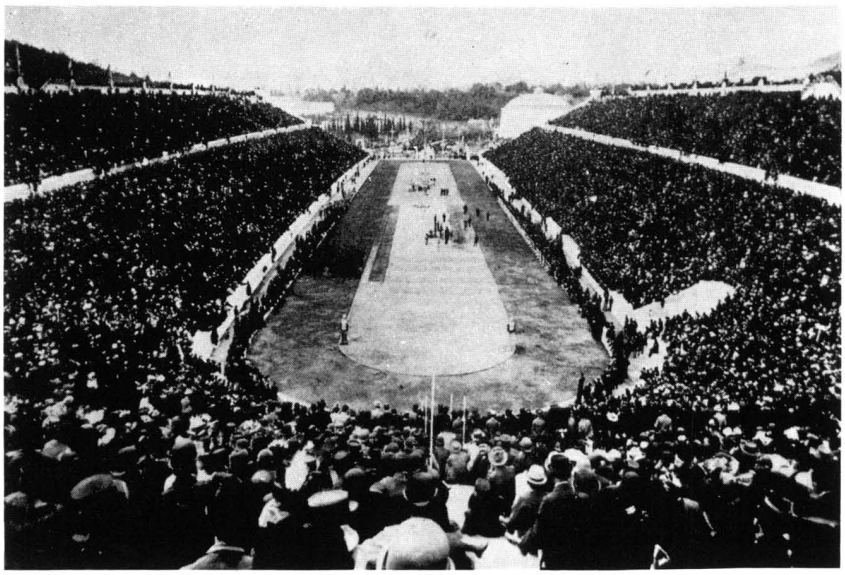


Estadi Olímpic de Los Angeles. Policromia de banderes en la cerimònia d'inauguració dels Jocs Olímpics de 1984

Una en plena civilització clàssica, ubicada en seus fixes del territori de l'actual Grècia, en una societat esclavista amb la participació restringida als grecs lliures del sexe masculí, els quals eren seleccionats en funció de la seva qualitat estètica i del seu rendiment per a competir en un conjunt de proves molt determinat, totes de caràcter individual. Es competia en honor dels déus comuns, Zeus, Apol·lo, Posidó i dels de la pròpia *polis*, fins a arribar a l'extenuació i a la mort, si calia; la victòria no era important per a l'honor dels participants, ja que aquesta era designi dels déus, sinó que el que comptava era el caràcter, la valentia i la noblesa d'esperit posada en joc durant la competició.

L'altra, en plena civilització de l'oci, és universal i representa el fenomen social més important de la nostra època. Se celebra amb la mateixa periodicitat i els mitjans de comunicació social fan arribar els diferents aconteixements que hi succeeixen a tots els racons del planeta. La majoria dels països de la Terra participen en l'organització (COI), les seus dels jocs olímpics canvien en funció de l'oferta que presenta cada ciutat, ja que aquests pertanyen al món (segons paraules de J.A. Samaranch, president del COI, en una entrevista que va concedir a la revista *Fortuna Sports*, gener de 1991, p. 105-109). Els atletes són seleccionats en funció de les seves marques i no hi ha discriminació per raça, sexe, religió o ideologia. Les proves són de caràcter individual i per equips, i n'hi ha un gran nombre, distribuïdes entre els 25 esports del programa olímpic i els tres del programa d'esports d'exhibició, la qual cosa genera una participació creixent d'atletes, al voltant dels 10.000. Es magnifica la victòria i es competeix per a guanyar per sobre de qualsevol altre objectiu amb la finalitat d'obtenir recompenses econòmiques i prestigi social i en representació, alhora, d'una pàtria, una raça, una bandera i una ideologia.

Tant els jocs panhel·lènics com els jocs olímpics moderns representen una dramatització del conflicte; els primers amb ànim de retre homenatge als déus comuns, i els altres amb ànim "de retre



Estadi olímpic d'Atenes, 1896. Celebració dels primers jocs olímpics moderns

homenatge a l'adveniment successiu de les noves generacions" (Pierre de Coubertin, 1935) com a festa universal per a aconseguir la pau i la concòrdia entre tots els pobles del món, segons paraules de Pierre de Coubertin (4).

Els objetius concrets i individuals dels atletes en els jocs de l'antiguitat eren l'estètica, el rendiment en el desenvolupament dels agons i obtenir un bon nivell de preparació higiènico-físico-militar que els permitís de sobreviure en uns temps de gran inseguretat, en els quals la vida depenia freqüentment de la destresa i la fortalesa dels seus cossos.

En els jocs olímpics moderns, l'esportista valora el triomf por sobre de tot i, per tant, busca el rendiment com a objectiu fonamental en detriment dels cànons de bellesa i de salut. L'esport d'alta competició, propi dels jocs olímpics, no transmet un model de salut, sinó que busca imperiosament la victòria, per a la qual cosa castiga amb un excés d'entrenament el propi cos, en robotitza les conductes tècniques i busca l'ajut, de vegades, d'estímuls artificials (fàrmacs, recursos biològics, estrès psíquic, etcètera) per tal d'obtenir un rendiment màxim.

Tots dos aconteixements representen la cultura del narcisisme que, en l'antiguitat, es va plasmar en la nuesa dels atletes que participaven en els diferents agons, en els cànons de bellesa grecs, amb les seves mesures ideals i en l'aixecament de belles estàtues dels vencedors grecs (5), nus que foren erigits en el recinte sagrat per a honor i glòria dels jocs i com a record per a la posteritat. En els jocs olímpics actuals, l'esport també representa perfectament la cultura del narcisisme, que és la cultura avançada del món occidental postindustrial. Els esportistes són immortalitzats per la fotografia, el vídeo, la televisió i el cinema; som en la civilització de la imatge i la comunicació àudio-visual, mitjançant la qual es transmeten signes, símbols i valors.

En la Grècia arcaica es tenia un concepte unitari del cos; aleshores no hi havia una diferència clara entre ànima i cos, com succeirà més tard amb filòsofs como Plató i Aristòtil, impulsors del dualisme que consolidarà i difondrà el cristianisme.

A Esparta es va accentuar el caràcter militar dels exercicis físics i des de ben aviat s'nculcava als ciutadans la necessitat d'enfortir-se i preparar-se físicament, fins i tot amb pràctiques violentes, per tal de servir i defensar la pàtria. És el concepte dels estats comunistes i totalitaris. A Atenes, l'altre gran model (6), es va iniciar una percepció del cos com a valor estètic; els exercicis eren un mitjà per a assolir l'equilibri i l'harmonia en el desenvolupament de l'home i no pas la fortalesa amb finalitats militars. Les pràctiques físiques buscaven l'ideal suprem dels atenesos, la *kalokagatia* o síntesis de la bellesa —*kalos*— i la bondat —*agatos*—. Hi havia un veritable culte a la bellesa física unida a les virtuts intel·lectuals i morals; el model formatiu dominant suposava que l'elegància del cos garantia l'harmonia interior i viceversa; per això, en els primers temps, el bon atleta constituïa l'ideal educatiu i bona part de l'educació es feia mitjançant la pràctica dels agons.

En la nostra època assistim a una recuperació del cos, a una autèntica resurrecció de la carn, amb la qual han aparegut un seguit de pedagogies d'alliberament del cos que sorgeixen d'una concepció bàsicament naturalista de l'home i que posen tot l'èmfasi en el cos i consideren l'esperit només com un apèndix: és el "dualisme invertit".

En l'àmbit cultural, dos corrents ideològics han tingut especial importància en aquesta recuperació del cos: la contracultura juvenil de la dècada dels anys seixanta i la ideologia feminista, la qual no és independent de l'anterior. Aquests dos corrents i altres convergeixen en la revolució cultural del maig de 1968, quan va tenir lloc la revolta del cos.

L'esport col·labora en el procés de recuperació del cos, ja que en el moment de néixer l'estatut del cos era mínim, i participa de la idea de recuperar la imatge i ritualització del cos. Es passa d'un cos obscur a un cos triomfant, mitjançant la cultura del narcisisme.

Però el concepte del cos en la antiga Grècia era diferent del que tenim actualment. En aquella època era imprescindible posseir un cos fort i destre per a la pròpia supervivència. Hi havia una autèntica inseguretat i la vida depenia d'un mateix, ja que l'Estat no es responsabilitzava de perseguir i

castigar l'homicida social, com succeeix en la nostra societat. D'altra banda, les guerres freqüents obligaven els ciutadans a enrolar-se en els exèrcits de les seves respectives *polis* per tal de salvaguardar els seus interessos i defensar l'honor i la independència de la seva ciutat, de la seva gent. Les pràctiques corporals eren necessàries per a assolir una correcta educació, en la qual el cos gaudia d'una gran consideració i, sobre tot, per a assolir l'*ethos* guerrer, totalment imprescindible per a sobreviure (l'*ethos* grec assegurava la supervivència i el domini dels seus ciutadans sobre els esclaus, estrangers i altres dominats).

Així doncs, observem que, entre els grecs, posseir un cos fort, harmònic i bell era de vital importància per a ocupar càrrecs de comandament i responsabilitat, igualment com en la nostra societat calen dots de gestió i intel·ligència per a les mateixes funcions. No és estrany, per tant, que per als programes dels jocs panhel·lènics, que són el reflex i l'aparador de tota la diversitat hel·lènica de l'època, els agons corporals, en la seva total i màxima expressió, practicats nus i a ple rendiment, fossin fonamentals.

De fet, els homes que demostraven força física, agilitat, coratge, resistència i, per tant, havien triomfat en els grans jocs, tenien moltes possibilitats d'obtenir una elevada posició social i política dins la seva ciutat natal. Sovint els participants dels jocs panhel·lènics procedien de bones famílies (7), ja que la participació en aquests festivals implicava un llarg i costós entrenament que únicament les persones adinerades podien permetre's.



Mapa geogràfic de la Grècia antiga. Podem observar-hi la divisió política i les diferents *polis* —ciutats estat— més importants econòmicament, políticament i militarment. També s'hi destaquen els quatre grans jocs panhel·lènics —Olímpia, Delfos, Ístmia i Nemea— i on eren en el context geogràfic de la Grècia antiga

Anàlisi interpretativa/comparativa de l'esport d'elit i dels antics agons grecs

Anàlisi seqüencial de l'esport d'elit

L'esport d'alta competició és el contingut bàsic dels jocs olímpics; també és denominat "esport espectacle", ja que al seu voltant es genera una gran expectació traduïda en milers i milers d'esportistes passius: els espectadors. A l'esport d'elit se li contraposa la pràctica de l'esport, també denominada "esport per a tots", "esport praxis", etcètera. Aquest es practica fonamentalment amb finalitats recreatives i de manera més o menys espontània per milions de persones arreu del món; la finalitat que s'hi busca és la fruïció.

Per tal de fer una dissecció de l'esport d'alta competició de la nostra època durem a terme una anàlisi teleològica seqüencial dels àmbits d'actuació polític, econòmic, ètic, humà, de la salut i competitiu/esportiu. Som conscients dels riscos que comporta una anàlisi basada en l'enfocament teleològic que plantegem (del grec *telos*, que significa finalitat o objectiu), ja que aquest pot fer-nos caure en la temptació de fer ideologia per les categories i la valoració que establim. Tanmateix, un cop fet aquest aclariment contra l'excessiva subjectivitat de les categories i, sobre tot, per les valoracions exposades, advoquem per la fórmula proposada en nom de la claredat i la precisió en l'anàlisi interpretativa/comparativa que ens hem proposat (vegeu el quadre 1).

Anàlisi seqüencial dels agons panhel·lènics

Els agons que incloïen els jocs panhel·lènics eren de diversos tipus: atlètics, de lluita, bèl·lics, hípics, musicals i culturals. Totes les proves eren de individuals i hi participaven els especialistes més destacats en cadascuna de les disciplines, amb l'objectiu d'endur-se el valuós trofeu del campió —una corona de branques d'olivera, de llorer o d'api que, en el fons, era un gran reconeixement social per la victòria— i per tal de quedar immortalitzats per a la posteritat. Sembla ser que només hi havia un premi per a cada prova. Per a castigar les diverses infraccions es preveien sancions polítiques, econòmiques, agonístiques i corporals.

Per tal d'establir un estudi detallat dels agons físics que tenien lloc en els jocs panhel·lènics durem a terme, igualment com en el cas dels esports d'elit, una



Aspectes positius	Aspectes negatius
Àmbit polític	
Liberalització de tensions socials	*Chauvinisme*
Prestigi nacional	Manipulació ideològica
Creació d'uns vincles de solidaritat	Institucionalització estricta per ens amb interessos
Universalisme	Transmissió de valors implícits de caràcter ideològic
Mètode viable per aconseguir la unió pacífica dels pobles	Influència dels *mass media*
Festa	
Àmbit econòmic	
Programació i planificació d'activitats	Mercantilisme (SA, *meetings*)
Funcionament empresarial	Treball (pèrdua del sentit lúdic de l'esport)
Estructura social bàsica de l'esport: el "club" (que funciona com una empresa, en principi, sense ànim de lucre i amb una funció social)	Espectacle/espectadors
	Diners (transaccions, fitxatges)
Àmbit ètic	
Fair play (joc net)	Violència
Acceptació d'estructures i normatives vigents	Paranys
Sentit de la justícia	Dopatge
Acceptació de l'autoritat	Alienació
Disciplina	Joc brut
Capacitat de treball	Injustícies
Solidaritat	Sancions
Acceptació de la regla	"Cossificació" de la persona (carta de llibertat, retenció...)
Acceptació de les sancions	
Àmbit humà	
Treball d'equip	Exclusivisme
Superació	Passió
Gaudi, plaer, fruïció	Estimulació artificial
Modelització de les conductes positives	Frustració
Humanització	Deshumanització
Capacitat de lluita	Selecció de talents
Capacitat d'esforç	Alienació
Disciplina	Modelització de conductes sovint negatives
Sentit de la responsabilitat individual i col.lectiva	Creació de grans masses d'esportistes passius (espectadors)
Àmbit de la salut	
Pràctica corporal	Abús exagerat del cos (energèticament, mecànicament i estructuralment)
Activitat lúdica	Lesions
Obtenció d'una forma física	Fàrmacs
Obtenció d'una estètica corporal	Utilització de recursos no naturals per millorar el rendiment
Alliberació de tensions físico-psíquiques	Jugar amb l'estrès físic i mental
Canalització de l'agressivitat	
Autoconeixement del cos	
Acceptació de l'autoimatge	
Valoració de l'entrenament racional	
Àmbit esportiu	
Representativitat	Superespecialització
Aprenentatge de patrons físico-tècnics	Jerarquització
Desenvolupament de la intel.ligència abstracta: tàctica i estratègica	Limitació de conductes motrius
	Robotització
Sentit de la responsabilitat individual i col.lectiva	Nivells de pràctica d'alt risc
	Pèrdua del caràcter lúdic

Quadre 1. Esport d'elit

anàlisi teleològica seqüencial dels àmbits d'actuació polític, econòmic, ètic, humà, de la salut i competitiu/esportiu, amb la finalitat de conèixer les característiques, els símbos i els valors que, segons la nostra opinió, definien els antics agons grecs en els grans jocs (vegeu el quadre 2).

- En l'àmbit polític observem, entre els aspectes positius, la idea de reunió al voltant d'una festa de caràcter agonístic/esportiu. Els jocs olímpics intenten extrapolar dels jocs panhel·lènics aquesta idea d'unió pacífica de tots els pobles hel·lènics mitjançant una celebració quadriennal durant la qual s'interrompen els conflictes gràcies a la Treva Sagrada. L'intent de Pierre de Coubertin, més o menys continuat pel COI, consisteix a estendre la festa a escala planetària, procurant que sigui un acte de germanor entre tots els pobles de la Terra. Es tracta de convertir els jocs olímpics de la nostra era, no en el moviment de masses més important del nostre temps, això ja ho és, sinó en el símbol de pau per excel·lència entre tots els pobles dels cinc continents, como representa l'emblema olímpic, creat pel mateix Pierre de Coubertin.

Quant als aspectes negatius, hi ha una certa similitud en les dues celebracions, ja que en aquest magnífic escenari les *polis*/nacions més poderoses tracten de transmetre, de la mateixa manera en les diferents èpoques, un missatge de puixança, de superioritat i de domini. En els jocs panhel·lènics s'establia una rivalitat entre els atletes d'Esparta i d'Atenes, sobretot en l'època clàssica, quan ambdues representaven dos models d'estat ben diferents; una disputa que aviat va desembocar en la cruenta guerra del Peloponès. Fins fa ben poc, la rivalitat s'establia entre els països de l'Est i els de l'Oest, comunistes i capitalistes, igualment amb dos models socials molt definits, cosa que mostra un gran paral·lelisme amb l'enfrontament dels grans rivals hel·lènics.

Aspectes positius	Aspectes negatius
Àmbit esportiu	
Comunicació motriu	Activitat física no racional que tendeix a l'esgotament
Desenvolupament d'un sentit estètic del moviment	Codificació competitiva, estricta i inviolable
Coneixement dels trets característics del jugador mitjançant el joc	Respecte a l'autoritat i a la institució, acceptant fins i tot la injustícia
	Prohibició de poder practicar altres esports
	Institucionalització de paranys de caràcter esportiu

Quadre 1. Esport d'elit. Continuació

Aspectes positius	Aspectes negatius
Àmbit polític	
Liberalització de tensions polítiques	Ostentació de força, poder i riquesa
Participació de tot el món hel.lènic	Representació/transmissió de missatges ideològics: Atenes/Esparta
Es genera un sentiment d'unitat ètnica, religiosa, cultural, lingüística i política	*Chauvinisme* de la *polis*
Constitueixen un mitjà per dirimir les diferències de forma pacífica	Prohibició de la participació dels estrangers
Aconseguir la unió entre totes les *polis*	Intents de construir atletes d'Estat subvencionats
Organització neutral d'una mateixa seu	Es van aplicar sancions polítiques
Acceptació de la treva sagrada	
Assemblees polítiques del món grec	
Festa	
Àmbit econòmic	
Funcionament institucional que actuava amb criteris empresarials	Existien sancions econòmiques per castigar les infraccions
El Senat o Consell Olímpic, i el seu equivalent en els altres jocs, en programava i administrava el desenvolupament	En l'època de decadència dels jocs hi va haver casos de professionalisme
Els atletes es formaven i s'entrenaven en els estadis, gimnasos i palestres de les respectives *polis*	Hi va haver casos de compra directa d'atletes perquè participessin amb una altra *polis*, diferent a la seva
Àmbit ètic	
Existia el codi de l'honor de l'heroi grec	Violència
Acceptació de les estructures i normatives vigents	Mort en competició acceptada com un favor, com un designi dels déus
Acceptació de l'autoritat	Sancions agonístiques i corporals
Disciplina	Paranys
Capacitat de treball	Injustícies
Acceptació de la regla	Gran embrutiment dels agons luctatoris: joves/adults
Acceptació de sancions	
Àmbit humà	
Humanització	Deshumanització
Models de conductes positives	Models de conducta negativa
Gaudi, plaer, fruïció	Sofriment, dolor, mort
Desenvolupament del concepte de l'honor en l'heroi grec	Alienació i fanatisme
	Frustració
Capacitat individual d'esforç i lluita	No existeix l'esforç col.lectiu
Superació	Brutalitat i violència
Respecte a l'adversari, als jutges i a les regles	Exclusius per a l'elit

Quadre 2. Antics agons grecs

- En l'àmbit econòmic s'observen diferències. En els jocs panhel·lènics, que sempre se celebraven en les mateixes seus, hi havia un consell gestor i organitzador que preparava els esdeveniments i era l'encarregat de l'organització tècnica i econòmica (en el cas dels jocs d'Olímpia, aquest consell s'anomenava Senat o Consell Olímpic i era el principal organisme director col·legiat). Els seus membres eren escollits i, malgrat el caràcter ritual i religiós dels jocs, no pertanyien a l'estament sacerdotal.

Actualment el COI és l'organització mundial propietària i encarregada de l'organització i la supervisió dels jocs olímpics de la nostra era. El COI delega una ciutat per tal que organitzi els jocs d'un any determinat. Els aconteixements són diametralment diferents quant a l'àmbit d'actuació i els pressupostos; en un cas ens trobem amb uns actes regionalistes en un context sòcio-històric de grans limitacions tècniques i, en un altre, amb un acte universalista en l'era de les telecomunicacions i amb grans recursos tecnològics. Les diferències pressupostàries i la complexitat de l'organització són brutals.

Mai s'ha donat una civilització que menyspreï el valor material dels diners, i la civilització hel·lènica tampoc en fou una excepció. Per això en els jocs hi havia sancions econòmiques i "fitxatges" d'atletes d'una *polis* per una altra, cosa que era molt mal vista. Tanmateix, malgrat l'existència d'aquestes sancions i de certes irregularitats —fitxatges, suborns i ajuts econòmics—, aquestes eren excepció, ja que els atletes clàssics, en la bona època dels jocs, no rebien premis materials por les seves victòries; més endavant, i a mesura que avançà la decadència dels jocs panhel·lènics, a partir sobretot de la dominació romana, va aparèixer el professionalisme, la qual cosa va afavorir-ne la degeneració. Les recompenses per la victòria es concretaven en el reconeixement



Aspectes positius	Aspectes negatius
Àmbit de la salut	
Activitats lúdiques i corporals	Abús exagerat del cos
Obtenció d'una forma física	Sobreentrenament
Obtenció d'una estètica corporal	Lesions i seqüeles físiques per a tota la vida
Alliberació de tensions físico-psíquiques	Excessiva agressivitat, passió i violència
Canalització de l'agressivitat	Ansietat i estrès físico-mental per la pressió social
Autoconeixement del cos	Excessiva importància en la cura del cos, en detriment d'altres valors de l'home
Acceptació de l'autoimatge	Pràctiques d'entrenament paramilitar
Valoració de l'entrenament racional	Els cossos dèbils eren menyspreats i els mal formats, eliminats
Descobriment de la importància de la dieta i de la cura del cos	
Millora de les capacitats físico-psíquiques per a la supervivència	
Gran estatus social pels cossos sans i forts	
Millora de la raça	
Àmbit agonístic	
Responsabilitat individual	Abandonaments, fugides i falta d'esperit de competició
Aprenentatge de tècniques específiques	Excessiva especialització
Desenvolupament de l'estètica del moviment	En algunes proves, accions rudes i violentes
Coneixement dels trets caracterials de l'atleta durant l'execució de l'agó	Limitació de les conductes motrius a les específiques
Autoconeixement de les possibilitats i limitacions de l'atleta en cada agó	Nivells de competició amb alt risc per a la integritat física dels atletes
Coneixement dels sistemes d'entrenament	Pèrdua del caràcter lúdic
Capacitat de programar i planificar les competicions en el circuit panhel.lènic	Competicions excessives amb tendència a l'esgotament
Representant del nivell agonístic de la polis	Existien sancions agonístiques; ho demostra la freqüència de les irregularitats
Treball, superació i perfecció tècnica	No hi podien participar les dones

Quadre 2. Antics agons grecs. Continuació

social, en la projecció política i en la satisfacció d'haver honrat el déu dels jocs.

La nostra civilització viu immersa en una crisi de valors espirituals en la qual preval per damunt de tot el material. L'esport d'elit, base dels jocs olímpics, no es aliè a això, per la qual cosa el materialisme esportiu és omnipresent en els estímuls bàsics dels esportistes que hi praticipen. La vella idea de Pierre de Coubertin de mantenir una participació *amateur* en els jocs olímpics, a imatge i semblança dels antics jocs, ha estat superada pel ritme i la dinàmica dels temps actuals. Ha estat J.A. Samaranch, l'actual president del COI, qui ha obert la participació a tots els atletes del món, *amateurs* i professionals i ha tancat una trista i conflictiva etapa en la qual la hipocresia i l'engany eren habituals. Els jocs olímpics estan definitivament oberts al mercantilisme i a l'espectacle.

- En l'àmbit ètic podem destacar l'existència paral·lela de dos conceptes típics de cada institució que serveixen de model als respectius participants: el codi d'honor de l'heroi grec, inspirat en les obres homèriques, i el *fair play* o joc net que van implantar els burgesos anglesos, en vista de la seva possible participació, com una ideologia defensiva que calia aplicar a l'esport, fins aleshores dominat per la brutalitat del poble senzill. Ambdós conceptes ètics donen a les seves competicions respectives un valor moral sobreafegit que les diferencia de la resta d'activitats del seu gènere.

Els agons panhel·lènics i l'esport d'alta competició, com a pràctiques competitives, faciliten el desenvolupament de certes qualitats morals, com les que mostren els quadres 1 i 2. La diferència rau en el fet que els agons comprenien entre 15 i 20 competicions repartides en quatre àrees de caràcter individual i les proves dels jocs olímpics moderns són més de 250, repartides entre els 25 esports oficials, més els tres d'exhibició, i en les quals s'alternen les individuals amb les d'equip. En els antics jocs no hi havia els agons d'equip, malgrat que els grecs coneixien molt bé certs jocs col·lectius de pilota; mai no els van donar prou importància como per a incloure'ls en els jocs. Per aquest motiu no es van desenvolupar les qualitats morals derivades del treball en equip pròpies dels esports col·lectius.

En totes dues competicions tenen lloc les transgressions morals típiques de l'home quan es tracta de lluitar pel triomf. Això no obstant, l'esportista actual, recolzat en la tecnologia, actua de manera molt més sofisticada a l'hora d'intentar superar els seus límits per tal d'assolir la victòria i enganya els jutges, el públic i a ell mateix, per la qual cosa és més difícil detectar aquestes irregularitats. Amb tot, hi ha un factor que diferencia clarament ambdues competicions, i és la brutalitat extrema que desprenien els agons de lluita (8), especialment el pugilat i el pancraci, amb el beneplàcit generalitzat de tothom. Aquestes arts estaven poc reglamentades i, tot i que hi havia jutges, gairebé tot hi era permès: sovint s'arribava a la mort, encara que es castigava amb la pèrdua de la corona.

- Des del punt de vista humà ambdues festes són reunions d'atletes i esportistes que s'apleguen en uns recintes per a dirimir les seves forces en unes competicions determinades. Tots intenten aconseguir la victòria i, amb aquest motiu, posen de manifest les qualitats més notables de la raça hu-

mana. Són unes festes de l'home, de l'home grec lliure en els jocs de l'antiguitat i de l'home universal en els jocs olímpics de la modernitat.

Com que són unes proves selectives i pel seu nivell d'exigència, només pot accedir al triomf una elit destacada per les seves qualitats físiques, tècniques i morals o bé una elit que disposa de mitjans, temps i diners per a una preparació específica. Aquest sistema competitiu piramidal duu sense remei a la creació d'un gran nombre de frustrats pel fet de no poder accedir al triomf. En l'antiga Grècia el nivell de participació en els jocs estava molt restringit als homes grecs i lliures, els quals havien de superar una única prova, en les vigílies, a càrrec dels *hellanódicas*. En l'actualitat qualsevol individu pot participar en uns jocs olímpics si compta amb el suport de la seva federació i del seu comitè olímpic nacional, després de passar, òbviament, les proves classificatòries.

- Des del punt de vista de la salut es valoren especialment els cossos forts, poderosos i triunfants, els quals representen un model social, però no pas un model de salut, ja que freqüentment se n'abusa, se'ls exigeix massa, es "trenquen" o pateixen seqüeles que perduraran tota la vida. L'estètica d'aquests cossos en plena acció genera una gran bellesa que omple de goig i de plaer el públic; els grecs, hipersensibles davant aquesta bellesa, feien participar els seus atletes nus i així els immortalitzaven en les estàtues commemoratives del triomf dels déus de l'estadi.

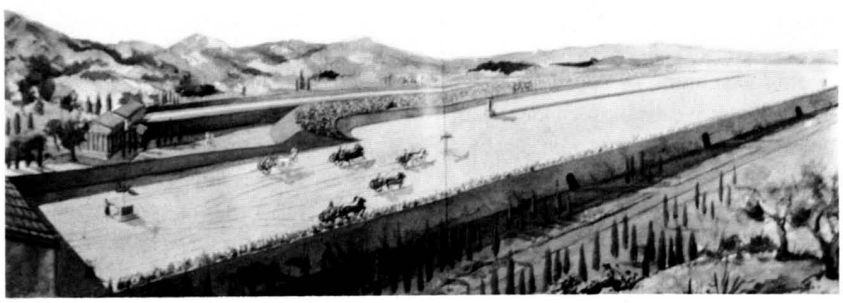
Els agons i l'esport transmeten una imatge de cos fort i entrenat, necessari per a patir els avatars de la vida; en l'antiguitat, per a estar preparat per a la supervivència en uns temps en què el valor de la vida estava molt devaluat i, en l'actualitat, per a poder afrontar amb èxit les exigències de la vida moderna. Ambdós casos constitueixen un excel·lent recurs per a canalitzar l'agressivitat dels més dotats.
L'afany de victòria condueix en ambdues competicions a l'abús del cos i a l'increment del risc fins a límits difícilment tolerables i sovint es produeixen danys irreparables que duen fins i tot a la mort. Malgrat que l'atleta grec i l'esportista d'elit no transmeten un model de salut a la població, sí que promouen la idea de preparació física, un estar en forma que, en l'antiga Grècia, era una preparació per al combat. En aquella societat es va dur tant a l'extrem la necessitat de posseir un cos sa i fort que es menyspreava els més dèbils i s'eliminava físicament els disminuïts.

- En l'àmbit agonístic/esportiu, deixant de banda la gran diferència de proves que hi havia entre un i altre aconteixement, cal destacar que en ambdós casos trobem tota una teoria de l'entrenament, amb programacions, planificacions, exercicis, recursos, dietes i altres eines i conceptes d'aquest procés. També ens trobem en les dues situacions amb instal·lacions específiques per a les respectives pràctiques, el gimnàs modern, el pavelló, l'estadi i una infinitat d'nstal·lacions d'encuny actual. Els entrenadors tenen una funció similar i són peces clau del sistema agonístic/esportiu. Els atletes grecs estaven es preocupaven especialment per la perfecció tècnica i estètica de l'agó i procuraven guanyar, però amb art, seguint en tot moment les directrius dels entrenadors, denominats *paidotribos* (també es creu que ells eren els encarregats de la formació física dels escolars, o sigui, l'actual professor d'educació física). Actualment, l'esportista d'elit procura entrenar per a assolir eficàcia i, en aquesta línia de pragmatisme, la bellesa dels seus gestos i accions, tot i que no és entre les seves preocupacions, existeix.

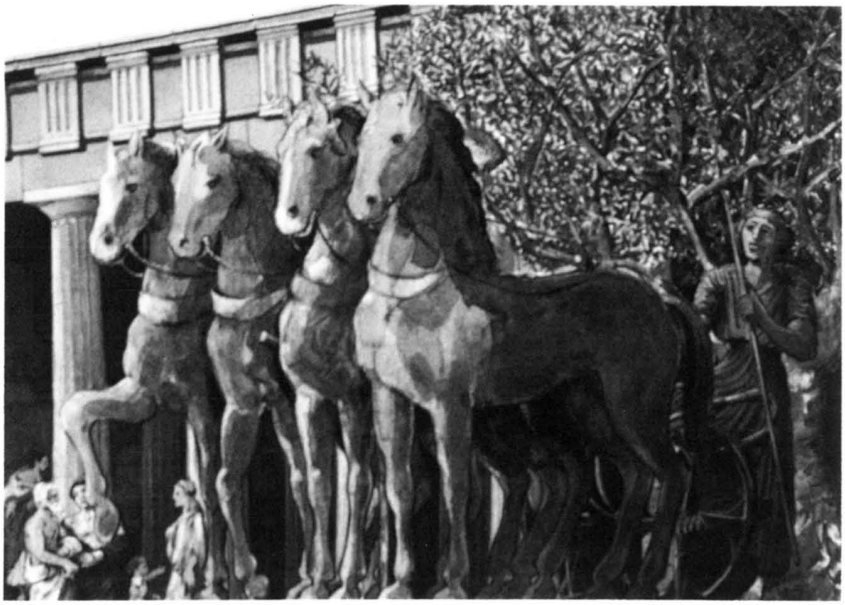


Jocs Olímpics de Mont-real, 1976. Portadors de la flama olímpica al final del seu camí vers el pevetet

En canvi, el coneixement per part dels antics grecs de les diferents característiques físico-tècniques dels agons els va dur a l'especialització, amb tot el que això comporta, la qual cosa presenta un paral·lelisme clar amb la su-



Cursa de bigues a l'hipòdrom. Reproducció artística que simula i ens dóna una idea d'una cursa de bigues a l'hipòdrom d'Olímpia



Lucius Minicius Natalis. Dibuix de l'estàtua de la quadriga i l'auriga dedicada a Zeus per la victòria en els Jocs Olímpics número 227 de l'any 129 d.C. d'aquest patrici polític i militar nascut a Barcino (Barcelona)

perespecialització de l'esport d'elit actual. Només hi va haver una excepció notable, el pentatló, el guanyador del qual era considerat l'atleta complet i era, per tant, el més polivalent quant a les proves que feia i quant a preparació. Se suposa que el nivell de preparació i d'exigència física, amb diverses sessions diàries en el cas dels esportistes d'alt rendiment actuals, estava en una quota molt elevada per als antics grecs; tanmateix, el seu nivell de competència en la prova era d'allò més alt i arribaven a generar esforços amb un risc molt gran per a la seva pròpia integritat física.

La participació en els dos esdeveniments és diferent, la qual cosa es tradueix en diferents nivells de competència agonístico-esportiva. En l'antiguitat hi havia tres categories de participants masculins, els efebs (fins a 18 anys), els imberbes i els adults —a Nemea i a Ístmia hi hagueren també les tres categories—; les dones no hi podien participar; tenien els seus propis jocs, els d'Hera, que se celebraven a Olímpia. Actualment els jocs olímpics organitzen competicions per a homes i dones adults, tot i que les darreres no estan representades en totes les proves.

Conclusions

Els dos esdeveniments representen autèntics fenòmens socials, holístics, és a dir, totalment integrats en els seus respectius contextos, en els quals participen totes les institucions socials de cada civilització. Els dos constitueixen una fàbrica de producció de noves celebritats. Els agons i l'esport suposen, igualment, una dramatització del conflicte en el qual no hi ha un enfrontament directe entre rivals, no es tracta de liquidar l'adversari, sinó que aquest resulta ser un obstacle per a obtenir l'èxit. Els antics atletes grecs i els esportistes de la nostra època són un producte de la cultura i no de la naturalesa i de vegades es produeixen desequilibris biològics mitjançant aquestes pràctiques culturals.

Tant els jocs antics com els jocs olímpics, els agons i les diferents proves esportives suposen una ritualització en la qual cada comunitat independent està representada pels atletes o esportistes que han de competir amb representants de les altres comunitats; es tracta d'una dramatització simbòlica d'un conflicte. Si venç l'atleta de la *polis* o l'esportista d'un país, venç la *polis* o el país; hi ha una identificació de la població o d'una part d'aquesta amb l'atleta o l'esportista o amb l'equip esportiu que els representa.

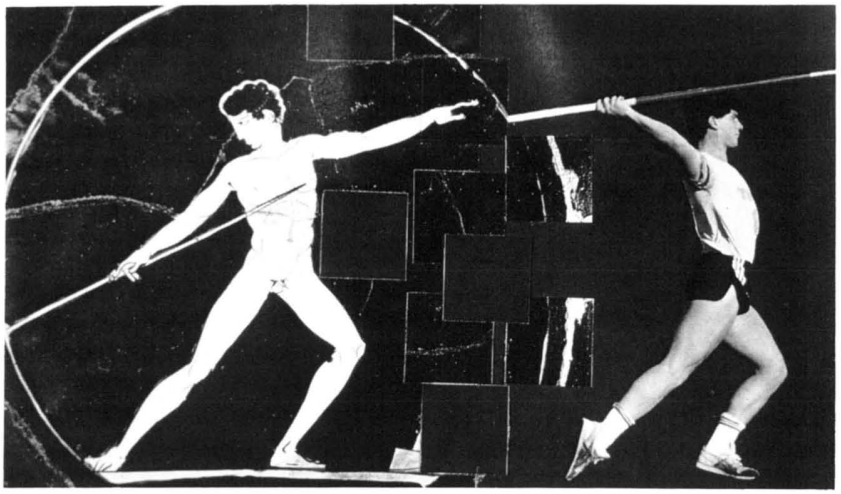
Els jocs panhel·lènics i els jocs olímpics produeixen herois, no solament herois totals, sinó herois especialitzats en les seves respectives disciplines; en les dues celebracions els atletes i els esportistes simbolitzen el poder i la força i la seva pràctica és una ostentació de poder per als espectadors. En la Grècia clàssica i en la civilització actual, la pràctica exclussiva dels diferents agons o l'esport mateix està reservada a la classe més acabalada, és a dir, a la classe ociosa; no en va la societat esclavista de les *polis* gregues i la nostra civilització de l'oci permeten a les classes més privilegiades de tenir prou temps, mitjans i preparació per a obtenir el triomf. En l'arena dels estadis i en les pistes esportives es formen les classes dirigents que aviat regiran cada comunitat.

Finalment, és important destacar com una diferència notable entre la nostra civilització i l'hel·lènica el nivell de violència tolerat per la societat. En el nostre entorn els combats de boxa o els enfrontaments de lluita lliure generen, generalment, grans crítiques contra la seva pràctica i en defensa de la integritat dels contendents. Tanmateix, els agons de lluita dels jocs de l'antiguitat permetien un grau de violència molt més elevat que l'admès per les nostres regles en les especialitats de boxa o lluita lliure, els equivalents dels quals eren el pugilat i el pancraci. En el primer no hi havia categories en funció del pes i era ben diferent de la boxa actual; aquesta, tot i ser considerada en la nostra societat com una pràctica brutal i decadent que ha de desaparèixer, era molt més racional i reglamentada que el pugilat. El pancraci, que era un dels agons més populars dels antics jocs, era

una lluita quasi total, cruel, en la qual era permès esgarrapar, fracturar, luxar, donar cops de puny, puntades de peu, cops de cap, estrangular..., no hi havia limitació temporal i el combat s'acabava quan un dels contendents es retirava o moria.

D'altra banda, lluny de constituir un fet aïllat, el grau més elevat de violència física dels jocs panhel·lènics correspon a les formes específiques d'organització de la societat grega. Es podria pensar que la formació de l'Estat, la formació de la consciència moral, com també el nivell de violència física admissible i el llindar de repugnància a l'hora d'emprar-la o d'enfrentar-s'hi són diferents i mantenen relacions específiques segons els diferents estadis de desenvolupament de les societats.

En definitiva, mitjançant els agons dels jocs antics es transmetien a l'antiga societat hel·lènica els valors, les normes, els símbols i, en definitiva, la ideologia del sistema cultural panhel·lènic. Per mitjà de l'esport es transmeten els models dominants del nostre sistema i s'exercieix un procés d'aculturació. Els jocs olímpics divulguen i universalitzen l'esport i fagociten altres pràctiques corporals competitives tradicionals en tots els racons del planeta; però l'esport duu implícits uns valors, una ideologia i uns models, i aquests són els de la civilització occidental que s'imposen a la resta, un model etnocèntric, consumista i magnificent.



Llançament de javelina. Anàlisi comparativa de dos estils de llançament amb més de 2.000 anys de diferència

Notes

(1) Hi havia, també, els jocs menors, organitzats per les diferents *polis* amb una periodicitat menor; amb tot, en solemnitat, importància i magnificència, es podien comparar amb els jocs majors o jocs panhel·lènics, sobretot els olímpics i els pítics. Entre els jocs menors destaquen els celebrats a Epidaure, Rodes, Platea, Argos, Pellene, Mègara, Egina, Arcàdia, Tebes i Atenes; aquests darrers foren els més famosos. S'anomenaven jocs panatenes i eren un conjunt de festes i certàmens que s'organitzaven amb l'única intenció d'honrar Pal·les Atena, la deessa patrona i protectora de la ciutat.

(2) *Agon* en grec significa competició. S'anomenava així tot el conjunt de competicions organitzades pels responsables dels jocs; n'hi havia d'atlètics —cursa, salt, llançament i pentatló—, de lluita, hípics, bèl·lics i artístics.

(3) *Polis* és un mot grec que significa ciutat estat, és a dir, una comunitat política amb una administració autònoma. Les *polis* gregues comprenien un nucli urbà i uns poblets rurals adjacents amb terrenys de cultiu on tots els habitants poseïen els mateixos drets i gaudien d'institucions polítiques i religioses idèntiques. El seu origen cal buscar-lo en els primitius assentaments aqueus i dòrics en petits nuclis fortificats que exercien certa influència sobre els territoris del voltant. El seu apogeu màxim va tenir lloc a Grècia durant els segles VI i V aC. Els centres vitals de les *polis* eren l'acròpoli o ciutat alta, on hi havia el temple dedicat als déus protectors de la comunitat, i l'àgora, la plaça on es feia el mercat i que també servia com a lloc de reunió dels habitants de la zona.

(4) COUBERTIN, PIERRE DE, *Las bases filosóficas del olimpismo moderno*, al·locució radiofònica del 4 d'agost de 1935, publicada pel Comitè Organitzador de la XI Olimpíada, celebrada a Berlín el 1936.

(5) Segons Pausànies, geògraf grec del segle II aC de qui es coneix només l'obra *Descripció de Grècia*, els atletes vencedors dels jocs ístmics tenien dret, com a Olímpia, a una estàtua commemorativa.

(6) Aquesta unitat política i institucional davant les altres comunitats estrangeres es combina amb la gran diversitat que presenten els desenvolupaments constitucionals de les diferents *polis*. Els casos més característics són els de les *polis* d'Esparta i Atenes; la tendència immobilista de la constitució espartana, que petrifica la seva estructura social i prohibeix la propietat privada dels mitjans de riquesa i qüestiona la institució familiar, s'oposa al dinamisme constitucional atenès que, gràcies a la seva peculiar institució democràtica, fomenta les iniciatives individuals tant en el terreny polític com en l'àmbit econòmic.

(7) En la Grècia clàssica —i en la nostra civilització actual— la pràctica exclusiva dels diferents agons o del mateix esport estava reservat a les classes més acabalades, és a dir, la classe ociosa; no en va la societat esclavista de les *polis* gregues i la nostra civilització de l'oci permeten de tenir a les classes més privilegiades prou temps, diners i preparació per a obtenir el triomf en els estadis.

(8) Les cruels lluites del pancraci i de la boxa generaven freqüentment ferits, esguerrats i morts amb el beneplàcit de la societat de l'època. Els casos de dopatge amb conseqüències desconegudes per a la salut de l'esportista, l'entrenament abusiu i les lesions greus són constants en la pràctica de l'esport d'alt rendiment i atenten contra l'equilibri natural de les persones.

Bibliografia

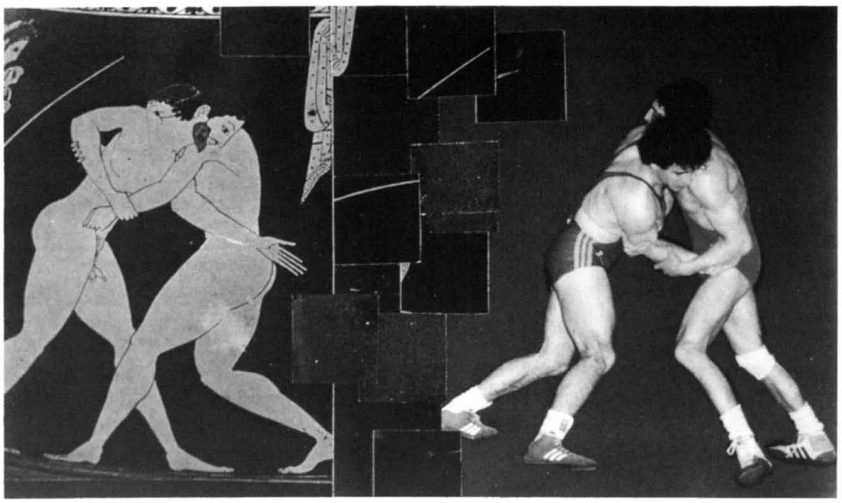
ARNAIZ, S. (1964) *El deporte en Grecia*. Madrid: Ediciones del Movimiento.

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

BURRIEL, J. C., CARRANZA, M. i FLAQUÉ, M. (1986) *Cleòstenes 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.



Lluita. Els agons de lluita eren molt més agressius que no pas en l'actualitat; es produïen moltes fractures, ferides, esquinços i, fins i tot, morts

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

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

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

DURANTEZ, C. (1991) *L'olimpisme i els seus jocs (Olímpia 776 aC-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*, 4 vol. Madrid: Alianza Editorial.

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

FLEURIDAS, C. i 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*, p. 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 d'EF*, 5, p. 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*, p. 37-46. Barcelona: INEFC.

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

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

POPPLOW, U. (1959-1960) "Las épocas del deporte griego", en *Citius, Altius, Fortius*, toms I i II. Madrid: Delegación Nacional de Educación Física y Deporte.

SEGURA, S. (1992) *Los juegos olímpicos. Educación, deporte, mitología y fiestas en la antigua Grecia*. Barcelona: Ed. Anaya.

SPAZARI, E. (1992) *El espíritu olímpico*. Atenes: 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. Enciclopèdia Catalana.

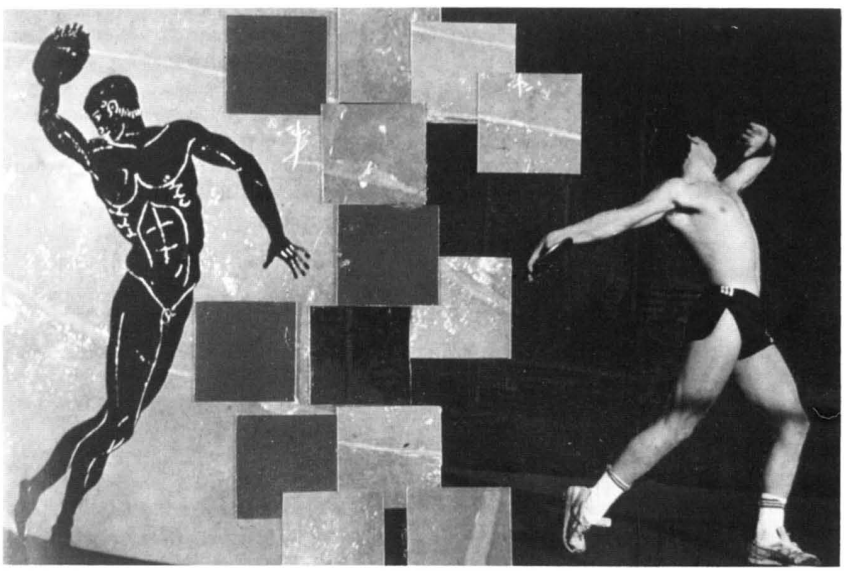
VV.AA. (1972) *Los juegos olímpicos*. Madrid: INEF. Centro de Investigación, Documentación e Información.

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

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

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

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.



LLançament de disc. El disc fou un artefacte inventat pels grecs de l'antiguitat i que actualment continua sent una disciplina atlètica espectacular inclosa en el programa olímpic dins l'atletisme

QUADRES ANNEXOS

Nota: Tots els quadres que es presenten són nostres, tret del 5B, que s'ha extret de l'obra FLEURIDAS, C. i THOMAS, R. (1984) *Les jeux Olympiques*. París: Ed. Revue EPS, i s'ha modificat i ampliat.

Notes als quadres annexos

QUADRE 3A

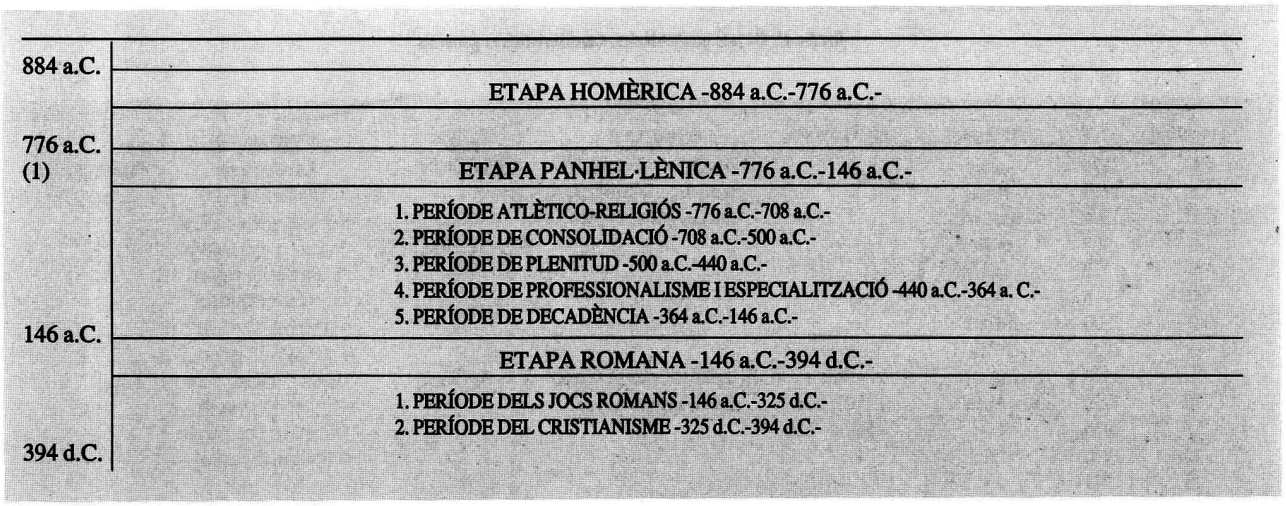
(1) 776 aC. Segons Peirre Louys en un article publicat en la revista *L'Auto* i extret de DURANTEZ, C. (1977) *op. cit.* p. 308, "Mentre els romans consideraren com el seu primer any el de la fundació de Roma, els cristians el del naixement de Crist, els musulmans el de l'origen de l'Islam i els revolucionaris el de la proclamació de la República, els grecs van començar a comptar a partir del dia que els sacerdots d'Olímpia van fer gravar el nom de Corebos en la planxa de la glòria. Ja no saben quin any van conquerir Troia, quan van vèncer els atrides ni quin segle va morir Homer; però escriuen en marbre blanc i ens transmeten la victòria de Corebos en la cursa de 197,27. I és que els jocs olímpics, per als grecs, eren d'una solemnitat com nosaltres no en podem trobar avui dia un equivalent similar (...)".

QUADRE 4A

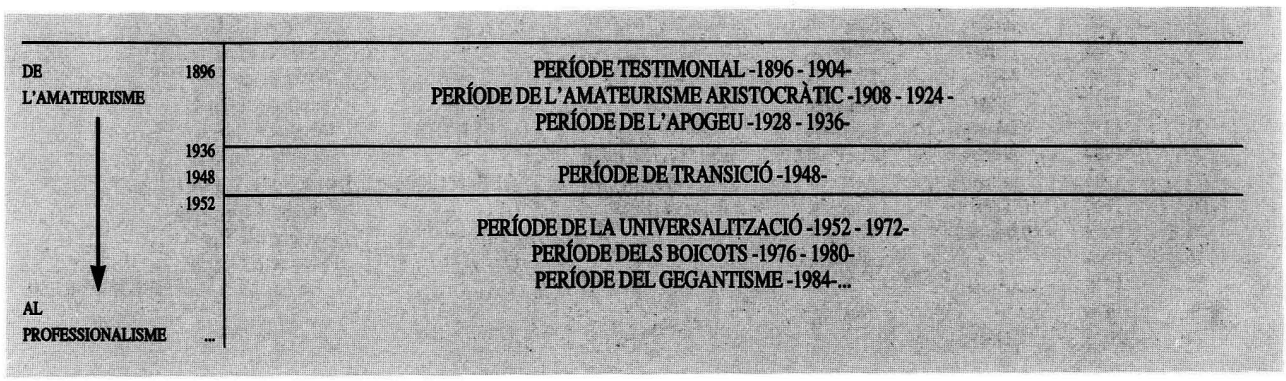
(2) Confederació religiosa o política que agrupava diverses *polis* veïnes de la Grècia antiga.

(3) Entre un grup de participants, els més joves, es programava la cursa d'*hippios* o cursa se mig fons que consistia a córrer quatre cops la longitud de l'estadi d'Ístmia, que mesurava 181,15 metres. El nom de la cursa tenia relació amb l'hipòdrom, ja que era la distància aproximada de les curses d'equitació que tenien lloc en aquell recinte.

(4) Les curses de torxes en la modalitat de relleus —la qual cosa segurament recorda antigues cerimònies fúnebres— va ser molt admirada a causa de la seva espectacularitat, el seu desenvolupament i el seu simbolisme.



Quadre 3A. Etapes dels jocs olímpics de l'antiguitat



Quadre 3B. Etapes dels jocs olímpics moderns



	POLIS	DEÏTAT	ANY D'INICI JOCS	PERÍODE	POLIS ORGANITZADORA DELS JOCS	RITUAL	ÈPOCA DE L'ANY	AGONS	CATEGORIES	PREMI	MESURES ESTADI	OBSERVACIONS
JOCS POLÍTICS	DELFOS	APOL·LO	590-582 a.C.	4 ANYS	ANFICTIONIA [2]	VICTÒRIA APOL·LO	TARDOR	ATLÈTICS HÍPICS LUCTATORIS ARTÍSTICS MUSICALS	JOVES ADULTS	CORONA DE LLORER	178m llargada 35 m amplada 7.000 pers. assegudes	Se celebraven cada 8 anys abans del 582 a.C.
JOCS NEMEUS	NEMEA	ZEUS	573 a.C.	2 ANYS	CLEONÉS ARGOS	FUNERARI	ESTIU	ATLÈTICS HÍPICS LUCTATORIS ARTÍSTICS MUSICALS	JOVES ADULTS IMBERBES	CORONA DE BRANQUES D'API SILVESTRE	—	Cursa d'*hippios* [3] Van acabar després dels d'Olímpia
JOCS ÍSTMICS	CORINT	POSIDÓ	582-579 a.C.	2 ANYS	CORINT	FUNERARI	PRIMAVERA	ATLÈTICS HÍPICS LUCTATORIS MUSICALS NÀUTICS	JOVES ADULTS IMBERBES	PALMA I CORONA DE FULLES DE PI	181,15 m llargada	Cursa d'*hippios* (4 estadis) Cursa de torxes [4]
JOCS D'OLÍMPIA	OLÍMPIA	ZEUS	776 a.C.	4 ANYS	ELIDA	FUNERARI	ESTIU	ATLÈTICS HÍPICS LUCTATORIS BÈL·LICS ARTÍSTICS	JOVES ADULTS IMBERBES	CORONA D'OLIVERA SILVESTRE	192,27 m llargada 10.000 persones assegudes	També J. Hereos per a les dones 776 a.C. s'inicia història grega

Quadre 4A. **Els jocs panhel·lènics. Característiques generals**

Núm. Olimp.	ANY	JJOO estiu	JJOO hivern	Presid. COI	Etapes	Observacions	
1	1896	Atenes		D.BIKELAS 1894-1896	TESTIMONIAL	Jocs folklòrics	AMATEURISME
2	1900	París		Pierre de COUBERTIN	—	Diluïts a l'EXPO	
3	1904	Saint Louis		França (1896-1925)	—	Comp. Antropol. Paral.	
4	1908	Londres			AMATEUR-ARIST.	Bressol esport modern	
5	1912	Estocolm			—	Rigor tècn. i reglam.	
6	1916	—			—	1ª Guerra Mundial	
7	1920	Anvers			—	1ª Partic. Espanya	
8	1924	París	Chamonix		—	1s Jocs d'hivern	
9	1928	Amsterdam	Saint-Moritz	H. de BAILLET LATOUR	APOGEU	Partic. "oficial" dona	
10	1932	Los Angeles	Lake Placid	Bèlgica (1925-1942)	—	Espectacle/Benefic.	
11	1936	Berlín	Garmisch-Part.		—	Olimpíada Popular alt.	
12	1940	—	—		—	2ª Guerra Mundial	
13	1944	—	—		—	" "	
14	1948	Londres	Saint-Moritz	Sigfried EDSTROM	TRANSICIÓ	Proh. Partic./vençuts	
15	1952	Hèlsinki	Oslo	Suècia (1946-1952)	UNIVERSALITZ.	1ª aparició URSS	
16	1956	Melbourne/Estoc.	Cortina D'Ampe	Avery BRUNDAGE	—	Guerra freda. Boicots	
17	1960	Roma	Squaw Valley	EUA (1952-1972)	—	La TV entra als JJOO	
18	1964	Tòquio	Innsbruck		—	JJOO de la tecnolog.	
19	1968	Mèxic	Grenoble		—	JJOO més alts 2240	
20	1972	Munic	Sapporo		—	Terrorisme als JJOO	
21	1976	Mont-real	Innsbruck	Lord KILLANIN	BOICOTS	Desastre econòmic	
22	1980	Moscou	Lake Placid	Irlanda (1972-1980)	—	Boicot Internacional	
23	1984	Los Angeles	Sarajevo	J.A. SAMARANCH	GEGANTISME	Darrer capítol G. Freda	
24	1988	Seül	Calgary	Espanya (1980-...)	—	Lluita contra el dopatge	
25	1992	Barcelona	Albertville		—	Rècord partic./ espect.	
26	1994	—	Lillehamer		—	Proclama per la pau	
27	1996	Atlanta	—				PROFESSIONALISME
28	1998	—	Nagano				
29	2000	Sidney	—				

Quadre 4B. **Els jocs olímpics moderns. Característiques generals**

OLIMPÍADA	ANY	ATLÈTICA	LUCTATÒRIA	HÍPICA	GUANYADOR	POLIS
1	776 a.C.	ESTADI			COREBO	ELIDA
14	724 a. C.	DIAULO			HYPENOS	PISA
15	720 a.C.	DÒLIC			AKANTHOS	ESPARTA
18	708 a.C.	PENTATLÓ	LLUITA		LAMPIS EURYBATOS	ESPARTA ESPARTA
23	688 a.C.		PUGILAT		ONOMASTOS	ESMIRNA
25	680 a.C.			CUADRIGUES	PAGONDAS	TEBES
33	648 a.C.		PANCRACI	TROT CAVALLS	LYGDAMIS KRAUXIDAS	SIRACUSA CRANDÓ
37	632 a.C.	ESTADI JOVES	LLUITA JOVES		POLYNEIKES HIPPÓSTENES	ELIDA ESPARTA
38	628 a.C.	PENTATLÓ JOVES			EUTELIDES	ESPARTA
41	616 a.C.		PUGILAT JOVES		PHILYTES	SIBARIS
65	520 a.C.	HÒPLITES			DAMARETOS	EREA
70	500 a.C.			BIGUES MULES *"APINE"*	THERSIES	TESÀLIA
71	496 a.C.			EUGUES TROT *"CALPE"*	PATAIKOS	DIMO
93	408 a.C			BIGUES	EUÀGORES	ELIDA
99	384 a.C.			CUADRIGUES POLTRES	EURYBIADES	ESPARTA
129	264 a.C.			BIGUES POLTRES	BELISTICHE	MACEDÒNIA
131	256 a.C.			CURSES POLTRES	HIPPÒKRATES	TESÀLIA
145	200 a.C.		PANCRACI JOVES		PHAIDIMOS	ALEXANDRIA

Quadre 5A. **Els jocs olímpics de l'antiguitat. Any d'instauració dels agons físics i primer guanyador**



CIUTAT	ANY	NÚM. JJOO	DISCIPLINES OLÍMPIQUES	ESPORTS DESAPAREGUTS
ATENES	1896	I	ATLETISME/CICLISME/ESGRIMA/GIMNÀSTICA/ HALTEROFÍLIA/LLUITA/NATACIÓ/REM/TIR/TENNIS	
PARÍS	1900	II	IDEM ATENES 1896 MÉS: FUTBOL/HÍPICA/TIR AMB ARC/YACHTING/CRIQUET/CROQUET/GOLF/POLO/RUGBI	HALTEROFÍLIA/LLUITA
SAINT LOUIS	1904	III	IDEM PARÍS 1900 MÉS: BOXA/HALTEROFÍLIA/LLUITA/LACROSSE/ROQUE	FUTBOL/HÍPICA/CRIQUET/POLO/GOLF/ CROQUET/RUGBI/TIR ARC/YACHTING/TIR
LONDRES	1908	IV	IDEM SAINT LOUIS MÉS: FUTBOL/RUGBI/TIR/HOQUEI HERBA/TIR ARC/YACHTING/PALES/PAUME/CANOA A MOTOR	HALTEROFÍLIA/GOLF (H)/ROQUE
ESTOCOLM	1912	V	IDEM LONDRES 1908 MÉS: NATACIÓ (F)/PENTATLÓ MODERN/HÍPICA	BOXA/HOQUEI HERBA/LACROSSE/POLO/RUGBI TIR ARC/CANOA MOTOR/PAUME/RAQUETTE
BERLÍN	1916	VI	1ª GUERRA MUNDIAL. NO ES VAN CELEBRAR ELS JOCS OLÍMPICS	
ANVERS	1920	VII	IDEM ESTOCOLM 1912 MÉS: POLO/RUGBI/ BOXA/HALTEROFÍLIA/HOQUEI HERBA/TIR ARC	
PARÍS	1924	VIII	IDEM ANVERS 1920 MÉS: ESGRIMA (F)	HOQUEI HERBA/TIR AMB ARC
AMSTERDAM	1928	IX	IDEM PARÍS 1924 MÉS: ATLETISME (F)/ GIMNÀSTICA (F)/HOQUEI HERBA	POLO/RUGBI/TENNIS/TIR
LOS ANGELES	1932	X	IDEM AMSTERDAM 1928 MÉS: TIR	FUTBOL
BERLÍN	1936	XI	IDEM LOS ANGELES 1932 MÉS: BÀSQUET(H)/CANOA(H)/ FUTBOL/POLO/HANDBOL HERBA	
HÈLSINKI	1940	XII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO ES VAN CELEBRAR ELS JOCS OLÍMPICS	
LONDRES	1944	XIII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO ES VAN CELEBRAR ELS JOCS OLÍMPICS	
LONDRES	1948	XIV	IDEM BERLÍN 1936	POLO/HANDBOL HERBA (a 11)
HÈLSINKI	1952	XV	ATLETISME(H I F)/ REM/BÀSQUET/BOXA/CANOA/CICLISME/TIR/YACHTING ESGRIMA (H I F)/FUTBOL/GIMNÀSTICA ESPORTIVA (H I F)/HALTEROFÍLIA HOQUEI HERBA/LLUITA/NATACIÓ (H I F)/PENTATLÓ MODERN/ HÍPICA	
MELBOURNE	1956	XVI	IDEM HÈLSINKI 1952	
ROMA	1960	XVII	IDEM MELBOURNE 1956	
TÒQUIO	1964	XVIII	IDEM ROMA 1960 MÉS: JUDO/VOLEIBOL (H I F)	
MÈXIC	1968	XIX	IDEM TÒQUIO 1964	JUDO
MUNIC	1972	XX	IDEM MÈXIC 1968 MÉS: CANOA (F)/HANDBOL (H) (a 7)/ JUDO/TIR AMB ARC (H I F)	
MONT-REAL	1976	XXI	IDEM MUNIC 1972 MÉS: REM (F)/BÀSQUET (F)/ HANDBOL (F)	
MOSCOU	1980	XXII	IDEM MONT-REAL 1976 MÉS: HOQUEI HERBA (F)	
LOS ANGELES	1984	XXIII	IDEM MOSCOU 1980 MÉS: GIMNÀSTICA RÍTMICA ESPORTIVA (F) NATACIÓ SINCRONITZADA (F)/CICLISME (F)	
SEÜL	1988	XXIV	IDEM LOS ANGELES 1984 MÉS: TENNIS (H I F)/ TENNIS DE TAULA (H I F)	
BARCELONA	1992	XXV	IDEM SEÜL 1988 MÉS: BEISBOL/BÀDMINTON/ ESPORTS D'EXHIBICIÓ: HOQUEI PATINS/PILOTA BASCA/TAEKWON-DO	

JOCS OLÍMPICS DEL SEGLE XXI: EL FUTUR DELS JJOO DEPENDRÀ EN GRAN MESURA DEL NIVELL D'EVOLUCIÓ DEL PROGRAMA OLÍMPIC, SEMPRE ATENT A LES EXIGÈNCIES DEL SEU TEMPS.

Quadre 5B. **Els jocs olímpics moderns. Evolució del programa olímpic**

GUANYADORS	POLIS	AGONS	PROVES	OLIMPÍADA	ANY	PROESA	OBSERVACIONS
COREBO	ELIDA	ATLÈTICS	ESTADI	1	776 a.C.	1r guanyador olímpic	Era cuiner
CHIONIS	ESPARTA	ATLÈTICS	ESTADI DIAULE	29/30/31	664/660/656 a.C.	Va guanyar 3 olimpíades	1r gran atleta
EUTELIDES	ESPARTA	ATLÈTICS	PENTATLÓ	38	628 a.C.	Guanyador en joves	1r i darrer guanyador
GORGOS	ELIDA	ATLÈTICS	PENTATLÓ	38	628 a.C.	Tetracampió en pentatló	També 2 en diaule i 1 en hòplites
HIPPÒSTENES	ESPARTA	LUCTATORIS	LLUITA	37/39/40/41/42/43	632/624/620/616/ 612/608 a.C.	Pentacampió en adults	Respectat com un semidèu
ARRHICHION	FIGÀLIA	LUCTATORIS	PANCRACI	52/53/54	572/568/564 a.C.	Va guanyar abans de caure mort	Va morir estrangulat a la final
MILON	CROTONE	LUCTATORIS	LLUITA	60/62/63/64/65/66	540/532/528/524/ 520/516 a.C.	5 vegades periodònikes	El lluitador més cèlebre
KIMON	ATENES	HÍPICS	QUADRIGUES	61/62/63	536/532/528 a.C.	Tricampió olímpic	-
GLAUKOS	CARIST	LUCTATORIS	PUGILAT	65	520 a.C.	1 vegada periodònikes	Tàctica del martell Copeja al cap
PHANES	PELLENE	ATLÈTICS	ESTADI/DIAULE/ HÒPLITES	67	512 a.C.	1r triastes olímpic	Va guanyar les 3 proves al mateix dia
ASTYLOS	CROTONE	ATLÈTICS	ESTADI/DIAULE/ HÒPLITES	73/74/75	488/484/409 a.C.	2n triastes olímpic a la 75	-
THEÒGENES	TASSO	LUCTATORIS	PUGILAT/ PANCRACI	75 76	480 a.C. 476 a.C.	2 vegades periodònikes	Té 1.400 victòries
DANDIS	ARGOS	ATLÈTICS	ESTADI/DIAULE/ HÒPLITES	76/77	476/472 a.C.	2 vegades periodònikes	Va sumar 15 victòries en els J. Nemeos
DRATES	ELIDA	ARTÍSTICS	TROMPETA	96	396 a.C.	1r guanyador olímic	-
TIMAIOS	ELIDA	ARTÍSTICS	HERALDS	96	396 a.C.	1r guanyador olímpic	-
KYNISKA	ESPARTA	HÍPICS	QUADRIGUES	96/97	396/392 a.C.	1ª dona que va guanyar a Olímpia	Filla d'Arxidà II rei d'Esparta
SOSTRATOS	SCIONE	LUCTATORIS	PANCRACI	104/105/106	364/360/356 a.C.	2 vegades periodònikes	Dislocava els dits dels seus adversaris
HERODOROS	MEGARA	ARTÍSTICS	TROMPETA	113 fins 122	328 fins 292 a.C.	10 vegades periodònikes	El trompeter més destacat
BELISTICHE	MACEDÒNIA	HÍPICS	QUADRIGUES POLTRES BIGUES POLTRES	128 129	268 a.C. 264 a.C.	1ª guanyadora en bigues de poltres	Divinitzada per Ptolomeu a Egipte
PHILINOS	CÓS	ATLÈTICS	ESTADI DIAULE	129/130/131	264/260/256 a.C.	Va guanyar als 4 grans jocs	-
LEÒNIDES	RODHES	ATLÈTICS	ESTADI/DIAULE/ HÒPLITES	154/155/156/157	164/160/156/152 a.C.	3r tríades olímpic	12 triomfs en 4 anys en les 3 proves
HEKATONMOS	MILET	ATLÈTICS	ESTADI/DIAULE/ HÒPLITES	177	72 a.C.	4t tríades olímpic	-
NERÓ	ROMA	HÍPICS	QUADRIGUES POLTRES QUADR. 10 POLTRES	211	67 d.C.	Es va proclamar campió olímpic	Va modificar el programa al seu albir
DIÒGENES	EFÈS	ARTÍSTICS	TROMPETA	212/213/214/215/216	69/73/77/81/85 d.C.	Periodònikes diverses vegades	Té unes 80 victòries
LUCIUS MINICIUS NATALIS	ROMA	HÍPICS	QUADRIGUES	227	129 d.C.	1r guanyador ibèric	Polític i militar nascut a Barcino
AELIUS ALCANDRIDAS	ESPARTA	ATLÈTICS	ESTADI DIAULE	250/251	221/225 d.C.	Va guanyar als 4 grans jocs	-
VALERIUS ECLECTUS	SINOPE	ATLÈTICS	HERALDS	256/258/259/260	345/353/357/361 d.C.	Va guanyar en 4 olimpíades	El pregoner olímpic més destacat

Quadre 6A. Herois i vencedors més destacats dels jocs panhel·lènics



CIUTAT	ANY	NÚM. JJOO	ATLETES	PAÍS	ESPORT	PROVA	OBSERVACIONS
ATENES	1896	I	JAMES B. CONNOLLY SPYRIDON LOUIS	ESTATS UNITS GRÈCIA	ATLETISME ATLETISME	TRIPLE SALT MARATÓ	1r campió olímpic Pastor de professió
PARÍS	1900	II	ALVIN KRAENZLEIN	ESTATS UNITS	ATLETISME	60 mll/110 mt/ 200 mt/longitud	1r gegant olímpic Mai va tenir les 4 medalles
SAINT LOUIS	1904	III	RAY EWRY	ESTATS UNITS	ATLETISME	ALTURA/LONGITUD/ TRIPLE SALT	L'"home de goma". Va obtenir 8 títols olímpics
LONDRES	1908	IV	DORANDO PIETRI	ITÀLIA	ATLETISME	MARATÓ	Desqualificat a 5 m de la meta en ser ajudat pels jutges
ESTOCOLM	1912	V	JIM THORPE "SENDA BRILLANTE"	ESTATS UNITS	ATLETISME	PENTATLÓ/ DECATLÓ	Indi sioux, acusat de professional li treuen les medalles
BERLÍN	1916	VI	1ª GUERRA MUNDIAL. NO ES VAN CELEBRAR ELS JOCS OLÍMPICS				
ANVERS	1920	VII	C.W. PADDOCK	ESTATS UNITS	ATLETISME	100 mll/ 4x100 mll	Va immortalitzar el seu famós salt abans de l'arribada
PARÍS	1924	VIII	PAAVO NURMI	FINLÀNDIA	ATLETISME	1.500/5.000/10.000 ind. i equip./3000 obst.	"El finlandès volador"; va aconseguir 20 RM i 9 ors
AMSTERDAM	1928	IX	J. WEISMULLER "TARZAN"	ESTATS UNITS	NATACIÓ	100 mll/4x200 mll	Es va fer famós al cinema. Va batre 67 RM
LOS ANGELES	1932	X	BABE DIDRIKSON	ESTATS UNITS	ATLETISME	80 mt/javelina	Millor atleta femenina de la 1ª meitat de segle
BERLÍN	1936	XI	JESSE OWENS	ESTATS UNITS	ATLETISME	100 mll/ 200 mll/ longitud/4x100	"Antílop de vori". Atleta de color, tenia 3 RM i 9 RO
HÈLSINKI	1940	XII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO ES VAN CELEBRAR ELS JOCS OLÍMPICS				
LONDRES	1944	XIII	2ª GUERRA MUNDIAL. NO ES VAN CELEBRAR ELS JOCS OLÍMPICS				
LONDRES	1948	XIV	EMIL ZATOPEK FANNY KOEN	TXECOSLOVÀQUIA HOLANDA	ATLETISME ATLETISME	10.000 m ll 100/200/80mt/4x100	"La locomotora humana" "Reina de la pista de cendra"
HÈLSINKI	1952	XV	EMIL ZATOPEK	TXECOSLOVÀQUIA	ATLETISME	5.000/10.000/ MARATÓ	Va conquerir 13 RM. Va guanyar en 38 curses seguides de 5.000
MELBOURNE	1956	XVI	VLADIMIR KUTS	URSS	ATLETISME	5.000/10.000	Mariner que va conquerir 4 RM
ROMA	1960	XVII	ABEBE BIKILA WILMA RUDOLF	ETIÒPIA ESTATS UNITS	ATLETISME ATLETISME	MARATÓ 100m/200m/4x100	Corre descalç i bat el RM "La gasela negra"
TÒQUIO	1964	XVIII	ABEBE BIKILA	ETIÒPIA	ATLETISME	MARATÓ	Primer atleta guanyador de 2 maratons olímpiques
MÈXIC	1968	XIX	BOB BEAMON DICK FOSBURY	ESTATS UNITS ESTATS UNITS	ATLETISME ATLETISME	SALT LONGITUD SALT ALTURA	8,90m mítica marca del 2.000 Va marcar un nou estil de salt
MUNIC	1972	XX	MARK SPITZ	ESTATS UNITS	NATACIÓ	100/200/4x100/4x200/ 100m/200m/4x100 estil.	Va dominar en 2 estils: lliure i papallona. 7 victòries en 8 dies
MONT-REAL	1976	XXI	NADIA COMANECI	ROMANIA	GIMNÀSTICA	INDIVIDUAL/POLTRE/ B. ASIMÈTRIQUES	"La promesa de Mont-real", va arribar a aconseguir 7 vegades el 10
MOSCOU	1980	XXII	VLADIMIR SALNIKOV	URSS	NATACIÓ	1.500 ll/400 ll/4x200 lliures	"L'exprés de Leningrad" 1r que baixa dels 15' en 1.500
LOS ANGELES	1984	XXIII	CARL LEWIS EDWIN MOSES	ESTATS UNITS ESTATS UNITS	ATLETISME ATLETISME	100/200/4x100/longitud 400 m tanques	"El fill del vent". Un mite . Va guanyar 125 curses seguides
SEÜL	1988	XXIV	KRISTIN OTTO F. GRIFFITH	RD ALEMANYA ESTATS UNITS	NATACIÓN ATLETISME	50/100 l/m/e/4x100 l/e 100 l/200 l/4x100	Nedadora més victoriosa en JO La nova policromia guanyadora
BARCELONA	1992	XXV	MICHAEL JORDAN "MAGIC" JOHNSON	ESTATS UNITS ESTATS UNITS	BÀSQUET BÀSQUET	—	El "dream team" va protagonitzar l'espectacle més gran

Quadre 6B. Herois i vencedors més destacats dels jocs olímpics moderns

OLIMPÍADA	ANY	ATLETA	POLIS	TIPUS DE SANCIÓ	IRREGULARITATS I SANCIONS
72	492 a.C.	KLEOMEDES	ASTIPALEA	AGONÍSTICA	En la final del pugilat, va copejar tan fort el seu adversari Illios d'Epidaure que el va matar, per la qual cosa va ser privat de la victòria. Això el va fer embogir.
73	488 a.C.	EUTHYKLES	LOCRI EPIZEFIRI	POLÍTICA	Va ser acusat de suborn i corrupció. Els seus conciutadans fins i tot el van tancar a la presó.
74	484 a.C.	ASTYLOS	CROTONE/SIRACUSA	-	Prestigiós campió que va ser subornat pel tirà Hieró Tirause de Siracusa, perquè canviés de nació. No li van posar cap sanció.
75	480 a.C.	THEÒGENES	TASSO	ECONÒMICA	Va obtenir la sanció de pagar 1 talent per presentar-se a la final de pugilat contra Euthymos per tal de danyar, injuriar i desprestigiar el seu adversari.
89	424 a.C.	-	ESPARTA	POLÍTICA	Esparta viola la treva olímpica en conquerir la fortalesa de Physicos. Per això van ser castigats amb una multa de 2.000 mines. Després de negar-se, van ser expulsats del recinte sagrat i dels jocs.
90	420 a.C.	LICHES	ESPARTA	CORPORAL	Els espartans estaven exclosos dels jocs. Liches va inscriure la seva quadriga de la polis de Tebes; després de la victòria, els jutges se n'anodaren i van fer que el fuetegessin malgrat la seva edat avançada.
91	416 a.C.	ALKIBIADES	ATENES	-	Va presentar set quadrigues amb les quals va obtenir el 1r, 2n i 3r lloc. Però se'l va acusar de suborn en inscriure com a seva una de les set quadrigues que pertanyia a un altre.
96	396 a.C.	EUPOLEMOS	ELIDA	AGONÍSTICA	Dos dels tres jutges el van considerar guanyador en la cursa de l'estadi. Però va prosperar un recurs de Lleó d'Ambràcia (2n classificat) que li va donar la victòria.
100	380 a.C.	SÒTADES	CRETA/EFÈS	-	Guanyador en la cursa de dòlic, que en el moment de la proclamació es va declarar ciutadà d'Efès en ser subornat. Els seus conciutadans cretencs el van menysprear.
112	332 a.C.	KALLIPPOS	ATENES	ECONÒMICA /POLÍTICA	Va subornar els seus adversaris. Es va descobrir el frau i tots van ser multats. Atenes es va negar i va ser exclosa dels jocs. Uns anys després, convençuts per l'oracle de Delfos, van pagar la multa.
192	12 a.C.	POLYKTOR	ELIDA	ECONÒMICA	Fill de Damonikos, el qual va intentar subornar l'últim adversari del seu fill, Sosandres d'Esmirna, que no va accedir, en la final de lluita per a joves. Polyktor va guanyar i va ser multat.
201	25 d.C.	SARAMPIÓ	ALEXANDRIA	CORPORAL	El van sorprendre quan fugia de nit, atemorit davant dels rivals que li havien tocat a l'atzar en el pancraci. El van obligar a competir.
218	93 d.C.	APOLONI	ALEXANDRIA	ECONÒMICA	Va ser exclòs dels jocs i multat pels jutges acusat de retardament voluntari en acudir a Olímpia i de falsedat en les seves explicacions.
226	125 d.C.	DEIDAS/ SARAPAMMON	ANTIÒQUIA	ECONÒMICA	Tots dos ciutadans es van enfrontar al final del pugilat i va guanyar Deides. Però es va descobrir una aposta que el perdedor havia de pagar el guanyador. Els van multar tots dos.

Quadre 7A. Els jocs olímpics de l'antiguitat. Infraccions i sancions



OLIMPÍADA	ANY	CIUTAT	ATLETA	PAÍS	ESPORT	IRREGULARITATS I SANCIONS
I	1896	ATENES	AIROLDI	ITÀLIA	ATLETISME -MARATÓ-	Després d'acudir pels seus propis mitjans a la ciutat olímpica, no va poder competir a la prova de marató en ser acusat de professional.
III	1904	SAINT LOUIS	FRED LORDZ	ESTATS UNITS	ATLETISME -MARATÓ-	Puja en un cotxe a meitat de la prova de marató, i baixa a les portes de l'estadi. És descobert i se'l sanciona a perpetuïtat.
IV	1908	LONDRES	JEAN BOUIN	FRANÇA	ATLETISME -3 MILLES EQUIPS-	Castigat per l'absència en aquesta prova per anar a llocs poc recomanables, pegar-se amb 3 mariners anglesos i passar la nit a comissaria.
IV	1908	LONDRES	DORANDO PIETRI	ITÀLIA	ATLETISME -MARATÓ-	Després d'entrar el primer a l'estadi olímpic en la prova de marató, es desmaia a 30 m de la meta, els jutges l'ajuden a posar-se dempeus i a creuar la meta a 5m. Va ser desqualificat i va estar a punt de morir. Se'l va premiar amb una copa d'or.
VII	1920	ANVERS	-	ALEMANYA/URSS/ ÀUSTRIA/ROMANIA/ POLÒNIA/BULGÀRIA	JJOO	Països sancionats amb l'exclusió dels Jocs Olímpics d'Anvers per la seva participació directa en la 1ª Guerra Mundial.
XI	1936	BERLÍN	MERKENS	ALEMANYA	CICLISME	Se'l va sacionar amb una rigorosa multa de 400 marcs alemanys per la infracció de sortir de la pista amb la bicicleta.
XIV	1948	LONDRES	-	ALEMANYA/ JAPÓ	JJOO	Països exclosos de la participació dels Jocs Olímpics de Londres per la seva participació directa en la 2ª Guerra Mundial.
XVII	1960	ROMA	KNUD ENEMARK	DINAMARCA	CICLISME	Va morir a conseqüència del dopatge. En aquest cas, va pagar la sanció amb la pròpia vida.
XVIII	1964	TÒQUIO	VALENTÍN LOREN	ESPANYA	BOXA	Desqualificació a perpetuïtat per pegar un àrbitre.
XIX	1968	MÈXIC	TOMMIE SMITH JOHN CARLOS	ESTATS UNITS	ATLETISME -200 m-	1r i 3r classificat a la final de 200 m. En recollir la medalla i escoltar l'himne, amb al cap cot, van estirar el puny amb un guant negre, reivindicant la igualtat racial. Van ser exclosos de l'equip americà i expulsats de la vila olímpica.
XX	1972	MUNIC	-	RODHÈSIA/ SUD-ÀFRICA	JJOO	Totes dues nacions van ser excloses de la participació en aquests jocs per la seva política racista.
XX	1972	MUNIC	RICK DEMONT	ESTATS UNITS	NATACIÓ -400 ESTILS-	Va haver de tornar la medalla d'or aconseguida als 400 m estils en donar positiu amb efedrina. Un altre cas de dopatge.
XXI	1976	MONT-REAL	-	15 PAÏSOS AFRICANS	JJOO	No hi van participar 15 països africans fent boicot, en ser admesa Nova Zelanda en els jocs, per haver disputat un partit de rugbi a Sud-àfrica.
XXI	1976	MONT-REAL	BORIS OMISTXENKO	URSS	ESGRIMA	Desqualificat de la prova d'esgrima en trobar-li un artefacte sofisticat al puny de l'espasa que li atorgava punts addicionals.
XXII	1980	MOSCOU	-	58 PAÏSOS BLOC OCCIDENTAL	JJOO	Boicot polític-esportiu de 58 països de l'òrbita capitalista a aquests jocs per la invasió soviètica a Afganistan.
XXIII	1984	LOS ANGELES	-	DIVERSOS PAÏSOS PROPERS A L'URSS	JJOO	Boicot, no van participar als jocs de Los Angeles, diversos països del teló d'acer, al·legant inseguretat en els seus atletes. Va ser un boicot polític-esportiu.
XXIII	1984	LOS ANGELES	YAHAGI	JAPÓ	VOLEIBOL -MASSATGISTA-	Massatgista de l'equip de voleibol, que va subministrar al jugador Tamaka una substància prohibida -effedra-. Va ser sancionat amb 12 anys. En canvi, el jugador no ho va ser.
XXIV	1988	SEÜL	BEN JOHNSON	CANADÀ	ATLETISME -100 m-	Desqualificat després de guanyar la medalla d'or en els 100 m on va batre el rècord del món, i va ser obligat a tornar el trofeu Se li va detectar dopatge d'esteroides.

Quadre 7B. Els jocs olímpics moderns. Infraccions i sancions

Fernando del Villar Álvarez,
Doctor en Educació Física, professor de Didàctica de l'Educació Física i l'Esport.
Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, Universitat de Granada.

LA CREDIBILITAT DE LA INVESTIGACIÓ QUALITATIVA EN L'ENSENYAMENT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA

Resum

L'article que presentem tracta de demostrar la credibilitat de la investigació qualitativa en l'àmbit de l'ensenyament de l'educació física. Iniciem el treball amb una exposició de les característiques dels diferents paradigmes d'investigació en educació, analitzant com l'evolució de la investigació en l'àrea de l'ensenyament de l'educació física tendeix a la utilització dels mètodes qualitatius. En la segona part fem una anàlisi comparativa dels criteris de credibilitat, a partir del treball de Guba (1981), de les perspectives quantitativa i qualitativa, i l'apliquem a una investigació concreta sobre el pensament del professor d'Educación Física que es va dur a terme en la facultat de Ciències de l'Activitat Física de Granada.

***Paraules clau*: investigació educativa, paradigma experimentalista, paradigma interpretatiu, credibilitat, ensenyament de l'educació física.**

La investigació qualitativa en el marc de la investigació en educació

La investigació educativa comença a treure's la cotilla que ha representat la ciència positivista en el conjunt de les ciències socials.

Les influents teories de Kuhn (1972) han tractat d'imposar un concepte universal de ciència basat en el racionalisme i l'objectivisme, del qual les ciències de l'educació comencen a desvincular-se.

Khun presenta un concepte de paradigma molt tancat, en el qual apareixen les ciències socials dins d'una situació precientífica, amb una multiplicitat de paradigmes imperants, amb tot el component d'endarreriment i menyspreu científic que comporta amb relació a les ciències naturals, en les quals el positivisme és el paradigma únic i dominant.

Shulman (1989) presenta una visió contraposada; exposa que la situació pluriparadigmàtica en què es troben les ciències de l'educació es pot qualificar d'estat de gran maduresa i recolza el seu punt de vista en la concepció de programa d'investigació de Lakatos (1974), que deixa la porta oberta a l'existència simultània de diversos paradigmes.

En el camp de l'educació cap paradigma domina el panorama investigador, amb la qual cosa el pluralisme teòric fomenta una gran diversitat d'estratègies i metodologies d'accés al coneixement, que fa de les ciències de l'educació una àrea de coneixement viva i en continu desenvolupament.

En el desenvolupament d'aquestes ciències de l'educació, el positivisme que sorgeix amb Comte al segle XIX va exercir inicialment una influència determinant, amb l'establiment de l'experimentació i l'observació com les úniques fonts per a l'estudi dels fets. Les aportacions de Durkheim, deixeble de Comte, en l'àmbit de la sociologia educativa, van accentuar el predomini positivista, la qual cosa va dur a l'adopció del mètode científic com a paradigma dominant en les ciències socials; els estudis correlatius, amb grans mostres, amb mesures objectives i en situacions experimentals, van assolir una gran rellevància.

La teoria social alemanya del final del XIX ha estat l'altre gran corrent del pensament que ha condicionat el desenvolupament de les ciències de l'educació. La distinció que establien filòsofs com Dilthey entre "ciències naturals" i "ciències de l'esperit" delimitava una clara diferència entre les metodologies de les ciències humanes —que havien de ser "interpretatives o hermenèutiques, amb la finalitat de descobrir i comunicar les perspectives de significat de les persones estudiades" (Erickson, 1989)— i les metodologies de les ciències naturals —conformades a partir de la física, que utilizaven l'experimentació i l'observació sense considerar la perspectiva dels participants—.

Aquesta posició va ser adoptada per molts pensadors i científics socials com Weber o Husserl a qui debem el naixement de la fenomenologia i qui va inspirar els posteriors estudis interpretatius o qualitatius en educació.

La fenomenologia advoca per l'estudi de l'experiència a partir de la perspectiva dels seus participants. Les principals característiques d'aquest corrent, que han permès el desenvolupament d'investigacions interpretatives en educació, són:

- Importància de la consciència subjectiva.
- Concepció de consciència activa, capaç d'atribuir significació als fets.
- Existència d'estructures essencials de la consciència que permeten obtenir coneixement (Curtis, 1978; citat per Cohen i Manion, 1990).

Actualment aquests nous plantejaments tenen una gran acollida en el camp educatiu. El paradigma interpretatiu estableix l'accés al coneixement a partir de la vivència subjectiva. La introspecció com a mètode d'investigació permet accedir a la vida mental dels docents mitjançant les descripcions que realitzen en determinades situacions. Aquesta doble influència, tant del positivisme com de la fenomenologia, marcarà la coexistència de diversos paradigmes vigents en educació.

Tradicionalment els autors han diferenciat dos enfocaments metodològics, el quantitatiu, d'arrel positivista, i el qualitatiu, inspirat en la fenomenologia. Recentment, i després del naixement de la teoria crítica (neomarxisme) sembla que els paradigmes en educació s'amplien fins a tres. Així, en l'actualitat, hi ha bastants autors que parlen de tres paradigmes educatius (Koetting, 1984; Popkewitz, 1984; Guba, 1985; Morin, 1985; De Miguel, 1988; en Arnal i altres, 1992):

- Positivista.
- Interpretatiu.
- Sòcio-crític.

Les arrels filosòfiques d'aquests tres paradigmes han estat estudiades per Soltis (1984, citat per Colás, 1992), que n'estableix els orígens següents:

- Paradigma positivista–Empirisme lògic.
- Paradigma interpretatiu–Fenomenologia i interaccionisme simbòlic.
- Paradigma crític–Neomarxisme.



A continuació exposem un breu repàs de les característiques dels tres paradigmes educatius.

1. El positivisme ha desenvolupat en educació un paradigma quantitatiu, empíric, racionalista, basat en els postulats de Comte i, més recentment, en el neopositivisme de Popper. El més característic de la seva aplicació a la investigació educativa és la recerca de lleis universals que desenvolupin teories científiques que guiïn l'acció educativa. Els seus objectius són explicar, predir i controlar els fenòmens educatius per mitjà del mètode científic. Popkewitz (1988) concreta l'aplicació a l'educació dels pressupostos d'aquest paradigma en cinc enunciats:

   - La teoria ha de ser universal, no vinculada a contextos particulars.
   - Els enunciats científics són independents de les finalitats i els valors dels subjectes participants.
   - El món social és susceptible de ser analitzat com un sistema de variables separades.
   - Les variables d'estudi han de ser operativitzables i mesurades en condicions de fiabilitat.
   - L'estadística és el principal instrument d'anàlisi de dades.

2. La visió sòcio-crítica de l'educació parteix del fet que la ciència no és neutral i que l'objectiu central de l'investigador ha de ser transformar les estructures de les relacions socials. Les seves arrels se situen en l'Escola de Frankfurt d'Adorno i Horkheimer, en el neomarxisme d'Apple i Giroux i en la teoria crítica social d'Habermas.
   Els plantejaments metodològics són similars als de la investigació descriptiva, amb tècniques qualitatives de recollida de dades, a la qual s'afegeix el component ideològic. Els seus objectius són descriure i comprendre la realitat educativa per a transformar-la.

3. La investigació interpretativa, també anomenada naturalista, qualitativa, descriptiva, humanista, etnogràfica, etcètera, troba els seus antecedents històrics en la distinció inicial de Dilthey entre les ciències naturals i les ciències humanes, a les quals calia aplicar



mètodes hermenèutics i interpretatius. Posteriorment, les referències més significatives són els treballs de camp de Malinowski en l'àmbit de l'antropologia social, els estudis de sociologia urbana de l'Escola de Chicago, (que es concreten en els treballs d'Spindler (1955) i Kimball (1974) sobre sociologia escolar) i els més recents treballs educatius d'Stenhouse (1978) i Elliot (1976) al Regne Unit, (en Erickson, 1986).

Els objectius bàsics de la investigació interpretativa són analitzar i comprendre el problema per a actuar sobre aquest. Entre els postulats bàsics, i seguint Colás (1992), destaquem:

- La ciència no és quelcom abstracte i aïllat del món, sinó que està contextualitzada. Els significats dels individus participants en la investigació tenen lloc en un marc de relacions concretes i particulars.
- La conducta humana és complexa i diferenciada. No és possible utilizar la metodologia de les ciències naturals recorrent a explicacions causals.
- Les teories són relatives, no tienen un caràcter normatiu, sinó més aviat ideogràfic i particular. Com que la realitat educativa és múltiple, cal tractar-la holísticament, amb la qual cosa no serà possible determinar una visió única.
- La finalitat és comprendre els fenòmens educatius mitjançant les percepcions i interpretacions dels seus participants. No es tracta d'explicar, predir i controlar els fets, sinó de comprendre'ls per a poder-los tractar.
- No es busca la generalització, no es pretén arribar a abstraccions universals, sinó a perspectives concretes per a actuar sobre la realitat. Es generen teories que tenen un caràcter comprensiu i orientatiu.
- Les teories generades en la investigació qualitativa, per a Goetz i LeCompte (1988), tenen quatre característiques:

1. Són inductives; es desenvolupen des de baix per mitjà de la relació entre diverses evidències empíriques.
2. Són generatives; es descobreixen proposicions des de l'evidència de les dades.
3. Són constructivistes; les categories d'anàlisi apareixen durant la descripció mitjançant processos d'abstracció.
4. Són subjectives; parteixen d'interpretacions particulars i contextualitzades.

Els investigadors de l'ensenyament de l'educació física no són aliens a aquest debat de paradigmes. Les primeres investigacions es van fer dins del paradigma positivista utilitzant l'observació sistemàtica com a principal font d'accés al coneixement, influïdes per la massiva utilització, durant les décades dels seixanta i els setanta, del mètode científic en les ciències de l'educació.

La investigació duta a terme en l'ensenyament de l'educació física ha rebut innombrables crítiques a causa del caràcter poc rigorós d'alguns estudis. La mateixa evolució de les investigacions fetes dins aquest paradigma ha permès donar més credibilitat als treballs. Malgrat tot, cal justificar contínuament el caràcter rigorós d'aquests treballs.

L'objectiu d'aquest article és exposar els criteris de credibilitat que, inspirats per Guba (1981), han anat donant estructura metodològica a la investigació qualitativa en educació física.

La credibilitat de la investigació qualitativa

La validesa de les investigacions experimentals en el camp de les ciències de l'educació és poc discutida en l'àmbit acadèmic a causa de la utilització del mètode científic. Per tal d'assolir la condició de ciència cal acomplir les premisses de validesa interna, generalització, fiabilitat i objectivitat.

En la investigació de l'ensenyament de l'educació física, a causa del caràcter decisori de l'actuació del professor, és difícil, i cada cop més, utilitzar el mètode científic d'acord amb els criteris esmentats, per la qual cosa cal un canvi de perspectiva de la metodologia d'investigació.

Una mostra de la dificultat d'emprar dissenys experimentals en l'ensenyament de l'educació física és l'estudi realitzat durant els dos darrers cursos en la Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport de la Universitat de Granada. En aquest cas, per a analitzar el contingut del pensament dels professors d'Educació Física en formació, es va recórrer a un enfocament qualitatiu basat en la utilització de l'estudi de casos, ja que permetia analitzar en profunditat les reflexions dels professors durant les pràctiques didàctiques.

Es va fer un disseny, amb quatre estudis de cas, en què es van analitzar els *diaris* dels quatre docents. Es va seguir una metodologia qualitativa basada en l'anàlisi de contingut i es van seguir els criteris de credibilitat suggerits per Guba (1981) i per Goetz i LeCompte (1984).

Partint dels treballs de Guba i dels de Goetz i LeCompte sobre la credibilitat de la investigació naturalista exposem una anàlisi comparativa dels criteris de validesa dels dos tipus d'investigació, experimental i naturalista; la darrera, la concretem en el treball d'investigació fet sobre el pensament dels professors d'Educació Física.

Conceptes de credibilitat en la investigació educativa

Validesa interna

Aquest terme positivista al·ludeix a la relació entre la variable independent i la

	CONCEPCIÓ EXPERIMENTALISTA	CONCEPCIÓ QUALITATIVA
VERACITAT	VALIDESA INTERNA	CREDIBILITAT
APLICABILITAT	VALIDESA EXTERNA GENERALITZACIÓ	TRANSFERÈNCIA
ESTABILITAT DEL PROCÉS DE MESURAMENT	FIABILITAT	DEPENDÈNCIA
NEUTRALITAT EN L'ANÀLISI	OBJETIVITAT DE L'INVESTIGADOR	CONFIRMACIÓ OBJECTIVACIÓ DE LES DADES

Quadre

variable dependent, és a dir, es tracta de demostrar si els canvis produïts en el fenomen (VD) són atribuïbles a l'acció del programa d'intervenció (VI) (vegeu el quadre).

Aquesta relació de causalitat necessita estar protegida per un control experimental estricte per a poder garantir que els canvis són causats únicament per la intervenció. Per això l'asèpsia procedimental i el control de les variables estranyes adquireixen una gran importància.

La solució que plantegen els investigadors per a garantir aquesta relació de causalitat és la d'aïllar les variables que intervenen mitjançant l'ús d'un disseny de grup control-grup experimental, l'anul·lació de la influència de les variables estranyes i l'aleatorització de la mostra seleccionada.

Altres problemes que qüestionen la validesa interna dels dissenys experimentals són, en primer lloc, el de l'exactitud de la mesura i, en segon, la neutralitat de l'experimentador.

La pregunta que envolta tots els dissenys d'investigació és: Els científics observen i mesuren realment allò que creuen observar i mesurar? (Goetz i LeCompte, 1984).

Per tant, la relació de causalitat entre les variables que intervenen, el control de les variables estranyes i l'exactitud i la neutralitat de la mesura són els problemes de validesa interna dels dissenys experimentals.

La investigació interpretativa necessàriament ha de defugir aquests pressupostos, ja que els investigadors de les ciències de l'educació no poden relacionar certes variables que no estan unides naturalment, sinó per efecte del mateix disseny; tampoc no poden separar ni aïllar variables que actuen globalment sobre la realitat educativa ni, finalment, trencar un grup natural per a extreure'n el grup control i l'experimental.

El control i l'aleatorització positivista, que garanteix la repetició de l'experiment tants cops com vulguem, desnaturalitza el problema ja que, com bé deia Heràclit, hom no pot entrar dos cops en la mateixa aigua atès que aquesta flueix i canvia contínuament. De la mateixa manera, en educació els fets no són repetibles, ja que els participants són éssers humans que mai no actuen dos cops sota les mateixes condicions.

El fet que els investigadors naturalistes no puguin garantir la relació de causalitat entre variables a causa de les característiques del seu objecte d'estudi no els excusa de mostrar la credibilitat de les interpretacions fetes a partir de les proves documentals trobades.

De la mateixa manera, han de mostrar la validesa dels instruments de recollida de dades, per a garantir, en paraules de Hansen (1979, citat per Goetz i LeCompte, 1984), "que les conclusions representen efectivament la realitat empírica" i que "els *constructes* dissenyats pels investigadors mesuren categories reals de l'experiència humana".

Els investigadors interpretatius no poden renunciar a demostrar la validesa dels seus dissenys; per això han hagut de buscar un enfocament que, tot i ser diferent, pugui garantir-la. El terme que millor s'adapta a aquesta nova perspectiva naturalista és el de credibilitat.

Aquest concepte explica la validesa interna de les dades obtingudes en la investigació. La solució naturalista no suposa treballar en contextos artificials per a controlar objectivament totes les variables, sinó treballar en contextos reals, assumir la seva enorme complexitat i elaborar dissenys de casos que ens acostin amb més profunditat al problema alhora que compleixin el criteri de credibilitat. Guba (1981) parla de la necessitat de presentar dades acceptables, per la qual cosa cal contrastar les interpretacions per mitjà dels procediments següents:

Triangulació

Tant pel que fa a les fonts de les dades com en les perspectives dels participants per tal d'avalar la validesa de les dades obtingudes. En el nostre treball amb professors d'Educació Física en formación vam utilitzar tres mètodes per a la recollida de dades:

1. Els *diaris* dels professors, dels quals recollíem el pensament dels docents



sobre el que succeïa en l'aula a partir de les seves reflexions "en calent".
2. Les entrevistes als professors, fetes en quatre moments del curs, en les quals, de manera més serena i amb una panoràmica més general, analitzaven el que havia succeït en l'aula.
3. L'observació sistemàtica de la conducta del professor en la classe, feta per alumnes col·laboradors.

Igualment es va utilitzar la triangulació de perspectives a partir de les reflexions dels docents (*diaris* i entrevistes), dels observadors (registres d'observació sistemàtica) i de l'investigador (notes de camp durant l'observació diària de les classes).

Treball prolongat
Per tal d'evitar la distorsió produïda pel propi context d'investigació (presència de càmeres, observadors, expectatives dels subjectes), com per les creences i prejudicis dels investigadors. Els estudis prolongats garanteixen millor la validesa de les dades.
El disseny emprat en la nostra investigació va tenir una durada de vuit mesos, la qual cosa ens va permetre estudiar el pensament i la conducta del professor al llarg del temps i constatar el seu caràcter evolutiu.

Observació persistent
Per a evitar la precipitació dels judicis concrets. La interacció contínua amb el fenomen objecte d'estudi permet comprendre'l millor i, per tant, que les interpretacions siguin més creïbles.
Vam considerar necessari per al nostre treball que l'investigador fos observador participant durant tot el procés i que assumís el paper de supervisor i el d'observador extern de totes les sessions d'ensenyament.

Recollida de material d' adequació referencial
Ens permet de contrastar els descobriments al llarg del temps. Es van enregistrar en vídeo totes les sessions d'ensenyament i també les entrevistes, que posteriorment van ser transcrites íntegrament.

Comprovacions amb els participants
Amb ells es van compartir i discutir els descobriments i les interpretacions. Almenys dos dels professors van poder revisar el contingut dels informes, dels quals es va negociar la redacció definitiva.

Validesa externa

Concepte que, segons els pressupostos experimentals, tracta de la generalització dels resultats. La validesa externa d'un disseny es determina per "la capacitat que tenen les dades de representar altres situacions, altres contextos o altres mostres diferents" (Buendía, 1992).
La qüestió bàsica seria: Com determinar el grau en què poden aplicar-se els descobriments d'una investigació particular a un altre context o amb altres subjectes? (Guba, 1981).
Els investigadors positivistes es preocupen pel caràcter representatiu de la mostra seleccionada i tracten d'assegurar la generalització posterior a tota la població.
La validesa externa experimental es mesura en termes de probabilitat, de tal manera que s'estableix l'enunciat següent: "Com més representativa sigui la mostra, és més probable que allò que ha succeït en el grup experimental succeeixi en la resta de la població".
Per a seleccionar la mostra s'usen procediments estadístics; després de la mesura inicial de la variable d'estudi, s'aleatoritza la distribució dels subjectes estudiats entre els grups de control i l'experimental i es controla el repartiment representatiu de les característiques dels subjectes.
Per tal d' assegurar-ne la representativitat, els investigadors experimentals arriben a controlar la mostra amb tant de zel que s'allunyen de les condicions contextuals en què actua la majoria de la població representada.
Els escenaris, i no solament la mostra, haurien de ser representatius per a assegurar la generalització. Per això, com més control experimental hi hagi (validesa interna), més difícil és la generalització (validesa externa).

El més rellevant de la generalització experimental és que les conclusions es consideren permanents, és a dir, invariables en el temps. S'enuncien veritats universals, independents del context.
Els investigadors naturalistes assumeixen que els resultats obtinguts no són generalitzables en termes de representativitat de la mostra, és a dir, en termes probabilístics. La seva postura és molt més humil, perquè estableixen que les dades només són extrapolables a contextos similars i, sobretot, que del que estan segurs és que el procés seguit en la investigació simplement pot servir d'orientació per al treball d'altres investigadors que s'enfrontin amb problemes similars.
Com que en educació els contextos i els problemes són molt particulars, cal establir la validesa externa en termes de transferibilitat. "El naturalista no intenta establir generalitzacions que es mantinguin sempre i en qualsevol lloc, sinó formular hipòtesis de treball que es puguin transferir d'un context a un altre segons el grau de similitud dels contextos" (Guba, 1981).
Goetz i LeCompte (1984) estableixen que per a poder transferir els resultats cal actuar de la manera següent:

- Descripció precisa del context; s'han d'especificar minuciosament les característiques de les institucions, dels materials, dels participants, com també de les relacions entre ells, per a així poder establir judicis de correspondència.

El nostre treball va incloure un relat detallat dels centres escolars, tant pel que fa a les característiques generals del centre com de les particulars del grup aula. Igualment, es van descriure les peculiaritats del centre de formació (Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport). També va caldre definir les característiques bàsiques dels participants, professors i professores en formació, tutors dels centres escolars, observadors, investigador i les dades generals dels nens i nenes de les escoles.

- Descripció del procés de selecció de casos, procurant que siguin representatius quant a la varietat de situacions i escenaris.

Nosaltres vam elaborar un conjunt de criteris que retrataven el col·lectiu d'alumnes en formació i els escenaris on es formen. A continuación vam buscar els casos que reflectien les característiques apropiades, però tenint en compte el caràcter de voluntarietat de participació en la investigació, i els vam assignar a quatre escenaris, centres escolars diversos (centres públics i privats, centres de BUP, FP i EGB).

- Descripció minuciosa del procés seguit.

Amb la descripció del procés de formació docent preteníem que futurs formadors poguessin trobar la transferència als seus propis contextos de manera que el grau de transferència o generalització no s'establís en funció de la representativitat de la mostra, sinó de la utilitat que per a altres usuaris (formadors) pogués tenir la investigació. És per això que el nivell de generalització no el determina el científic, sinó el pràctic, l'usuari que aplica el procés formatiu.

Fiabilitat

Fa referència a les condicions dels instruments de mesura i a les coincidències entre els experimentadors a l'hora d'emprar els instruments de mesura (objectivitat). Es diu que un instrument és fiable quan mesura sempre el mateix en qualsevol moment. Per això la necessitat de calibrar, freqüentment i amb precisió, l'instrument de mesura.
De la mateixa manera, es diu que el procés de medición ha estat fiable quan el protocol d'aplicació s'ha estandarditzat i s'ha comprovat la coincidència entre diferents experimentadors. Quan l'instrument d'nvestigació és l'observació sistemàtica, es diu que els registres són fiables quan s'ha realitzat una prova de fiabilitat, és a dir, s'ha comprovat quantitativament que els observadors coincideixen, en termes estadístics, en l'observació del fet.
Tots aquests processos de càlcul de fiabilitat volen demostrar l'objectivitat dels processos de mesura del registre per a poder validar les dades obtingudes. En definitiva, es tractaria de respondre la qüestió següent: Seria possible obtenir les mateixes dades si la mesura la fessin investigadors externs en repetir l'experiment? (Guba, 1981).
En la investigació naturalista no es renuncia a la fiabilitat. El que sí és cert és que s'orienta des d'una altra perspectiva. No es tracta de repetir la investigació en les mateixes circumstàncies en què es va fer ja que, com veiem en l'exemple d'Heràclit, una situació educativa és irrepetible. Es tracta d'intentar mostrar que el procés de codificació s'ajusta a uns criteris de fiabilitat, definits per l'explicitació del procés d'interpretació, que ha de ser sistemàtic i rigorós.
La subjectivitat que representa aquest tipus d'investigació interpretativa no s'ha d'entendre en termes de manca de fiabilitat. L'estudi de l'objecte, des de la perspectiva de diversos observadors i en contextos concrets, ens duu a renunciar a l'objectivitat, entesa com a l'estabilitat de l'instrument o de l'observador. No es tracta de veure si coincideixen en el càlcul de freqüència, sinó en la descripció i composició dels aconteixements, ja que les categories utilitzades són més complexes.
La fiabilitat vindrà donada per la dependència existent entre les dades provinents de diversos mètodes o diversos participants. Per a aconseguir aquesta dependència es fan servir mètodes complementaris que serveixen per a cobrir recíprocament les carències de cada mètode, especialment pel que fa a la manca d'objectivitat.
Per a assegurar aquesta dependència



també cal revisar els procediments emprats analitzant les condicions de fiabilitat en què s'han dut a terme (definició de categories emprades, proves de fiabilitat entre observadors, etcètera). Les interpretacions fetes seran fiables si el procediment ha estat sistemàtic i rigorós.
Els procediments de fiabilitat que poden utilitzar-se en la investigació naturalista són els següents:

Triangulació
Igualment com amb la credibilitat, es tracta de demostrar que les evidències obtingudes amb un mètode coincideixen amb les obtingudes amb un altre mètode. Es tracta de creuar les dades provinents de diverses fonts i comprovar-ne la dependència.
La investigació que vam dur a terme ens va permetre de comprovar la dependència existent entre els problemes del professor en l'aula, recollits per mitjà de l'observació sistemàtica, i el reflex que se'n feia en el *diari* del docent; d'aquesta manera quan hi havia problemes de control amb els alumnes, aquests apareixien tant en el registre d'observació com en el *diari*, alhora que eren expressats en l'entrevista.

Participació d'altres investigadors
La participació de més d'un investigador en el procés de codificació garanteix la fiabilitat de les dades, malgrat que cadascun aporta la seva pròpia subjectivitat.
En l'anàlisi del contingut dels *diaris* vam fer una prova per a calcular la coincidència existent entre tres investigadors. Es va codificar una mostra de cada *diari* i es va comprovar que els tres investigadors feien els mateixos judicis.

Negociació dels significats
El procés de categorització ha de partir de l'anàlisi inductiva dels documents, per la qual cosa cal consensuar quines categories utilitzarem i, sobretot, quin significat tindran.
Per tal de tenir un significat comú dels fets, els tres investigadors vam negociar les categories que utilitzaríem i també vam acordar la definició operativa de cadascuna d'elles. Amb aquesta sistematització del procés de codificació ens vam apropar a l'objectivitat de la medició experimental, però sense renunciar a la subjectivitat pròpia de les diferents persones que observen una realitat educativa.

Neutralitat

Els investigadors experimentals parteixen de la idea que ha d'existir una total asèpsia, imparcialitat, durant tot el procés d'investigació, però és en el moment de l'anàlisi quan aquesta és més necessària. Per tant, l'objetivitat de l'anàlisi és el que entenem per neutralitat.
La pregunta que planteja Guba (1981) és: Com establir el grau en què els descobriments d'una investigació només són funció dels subjectes investigats i de les condicions de la investigació i no pas de les inclinacions, motivacions, interessos, perspectives, etcètera de l'investigador?
Aquest apartat fa referència a les relacions entre investigador i objecte investigat. Els pressupostos positivistes assumeixen que, com més allunyat estigui l'investigador de l'objecte, més neutral és la seva actuació i, per tant, més validesa tenen les dades. Certament, és en el procés d'anàlisi quan es posa en joc la suposada neutralitat. L'objectivitat de l'anàlisi es posa freqüentment en dubte quan en utilitzar l'estadística busquem la confirmació de la hipòtesi definida. La mateixa elecció de l'estadístic està en funció del que volem aconseguir, el que volem provar. Amb la finalitat d'eliminar aquest dubte, els investigadors experimentalistes haurien d'emprar procediments de falsació, que garanteixen més neutralitat que els de verificació.
La investigació naturalista, un cop més, ha de canviar d'orientació. No és possible allunyar-se de l'objecte per a estudiar-lo, ja que l'anàlisi perdria tota la riquesa. Per a captar les perspectives dels participants, en la línia més fenomenològica, és necessari investigar des de dins, formar part del problema. Aquesta és una de les principals característiques dels estudis naturalistes. Per tant, la neutralitat en el procés d'anàlisi s'ha de buscar en termes de confirmabilitat.
Assumint que l'investigador interpreta de manera subjectiva, cal traslladar l'objectivitat de l'investigador a les dades, confirmant les troballes.
El que sí hem d'incloure en qualsevol investigació interpretativa són les evidències documentals que puguin provar els fets descrits. El que no és admissible és que les interpretacions responguin a invencions de l'investigador.
Per tant, per a garantir la neutralitat de l'anàlisi, hem d'utilitzar els procediments següents:

- Saturació. Consisteix a mostrar prou proves documentals per a confirmar les interpretacions. Cada categoria ha d'aparèixer més d'un cop per a poder ser acceptada. En el nostre estudi el recompte de freqüències ens va permetre d'establir-ne la importància de cadascuna dins del pensament del subjecte.
- Elaboració d'informes amplis on s'inclogui la transcripció de les referències documentals. En els nostres informes de cas apareixien extractes dels *diaris* dels professors i també de les entrevistes.
- Descripció minuciosa dels fets, en la qual s'expressin els pensaments dels participants. Per a convèncer de les afirmacions no n'hi ha prou amb presentar dades, sinó que hem d'incloure el relat detallat de les condicions en què ocorre el fet.
- Facilitar la rèplica. Com a última garantia de neutralitat, es tractaria d'oferir la possibilitat de revisar el nostre treball a altres investigadors. Per això, en la nostra investigació

vam decidir dur a terme les accions següents:

1. Proporcionar els documents emprats perquè pogués verificar-se la validesa de les dades en què es basaven les interpretacions.
2. Descriure la llista de categories emprades, el procés seguit en la seva elaboració i els significats donats a cada categoria.
3. Explicar quin havia estat el paper de l'investigador i la relació que havia tingut amb els participants, perquè pogués comprendre-se'n la influència en les interpretacions.
4. Definir els pressupostos previs de l'investigador, les seves teories implícites, perquè es conegués el marc en el qual s'havia elaborat l'anàlisi.

Per a concloure, volem comentar que els investigadors interpretatius que treballem en l'ensenyament de l'educació física hem de perdre el complex de no emprar el mètode científic ni els dissenys experimentals. Al contrari, hem de sentir la seguretat de la validesa dels nostres estudis interpretatius, actuar amb rigor i sistemàticament per tal de garantir la credibilitat i replicabilitat de les investigacions.

Bibliografia

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. i LATORRE, A. (1992) *Investigación educativa. Fundamentos y metodología*. Barcelona: Labor.

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

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

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

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

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

COOK, T.D. i 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 Educació 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. i 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. i 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*. Mèxic: 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. i 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,
Llicenciat en Educació Física, Facultat de les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.
First degree, Delaware, EUA.
Especialista en entrenament de força i condicionament físic, EUA.

TESTOSTERONA: EFECTES FISIOLÒGICS EN L'ORGANISME I RESPOSTES A L'ENTRENAMENT DE FORÇA

Resum

Revisió dels efectes fisiològics de la testosterona i de la seva resposta davant les variables de l'entrenament de força. Es conclou que les programacions de força amb un volum elevat d'entrenament, intensitat de càrrega elevada, períodes breus de recuperació entre sèries, determinat nombre de repeticions, entrenaments fets per les tardes i sessions prolongades amb pesos elevats són els factors determinants per a l'augment de la secreció de testosterona i, en conseqüència, d'un gran desenvolupament de la hipertròfia muscular i de la força.

***Paraules clau*: testosterona, entrenament de força, hipertròfia muscular, variables de l'entrenament.**

Introducció

La testosterona és un androgen, és a dir, una hormona esteroide que determina les característiques distintives de la persona masculina. És una hormona amb efectes anabolitzants que influeix en el manteniment i el desenvolupament del múscul i de l'os (7); la produeixen les cèl·lules intersticials de Leydig (situades en els testicles) i l'escorça suprarenal. La testosterona és transportada en el plasma unida a una proteïna, la globulina B, que fixa del 97 al 99% de la testosterona plasmàtica, mentre que la resta queda com a fracció lliure. La testosterona circula per la sang entre 15 i 30 minuts (8); es fixa en els teixits o es metabolitza en productes inactius, que posteriorment s'eliminen per l'orina (8), mitjançant el fetge. La dona en secreta quantitats molt petites tant en l'ovari com en les glàndules suprarenals.

La testosterona actua en la majoria dels teixits corporals com l'adipós, certs nuclis del cervell, el múscul esquelètic, etcètera (8, 7, 14).

Funcions fisiològiques

La testosterona, que problablement comença a ser elaborada pel fetus masculí el segon més de vida embrionària, té una influència crítica en la reproducció. La seva secreció per les crestes genitals i els testicles origina el desenvolupament de les característiques genitals i és d'una gran importància per al control de l'espermatogènesi (7, 14).

La testosterona té a veure, alhora, amb les característiques masculines com el desenvolupament dels caràcters sexuals primaris i secundaris (la distribució del pèl corporal, la calvície, la veu, la pell, l'aparició de l'acne, el desenvolupament de la libido i el comportament agressiu).

La testosterona contribueix positivament a l'estimulació, el creixement i el desenvolupament de les cèl·lules musculars (15), malgrat que no repercuteix en el nombre. L'increment de la massa muscular o hipertròfia muscular, el causa la síntesi de glicogen muscular i l'augment dels dipòsits de fosfocreatina i proteïnes contràctils del múscul (5).

El dipòsit de proteïnes finalitza al cap d'uns quants mesos, encara que hi hagi una aportació externa de testosterona (5, 7). Aquest procés no té lloc si s'estimula el muscle mitjançant un entrenament de força amb sobrecàrregues a partir de determinades edats (1, 2, 3).

Alhora la testosterona produeix un increment en la gruixària de l'os i del dipòsit de sals càlciques, la qual cosa comporta un augment de la quantitat de matriu òssia i de la retenció càlcica; aquest procés té com a resultat ossos més grans i forts (3, 4, 7). D'altra banda, en alguns casos, si la concentració és elevada, comporta problemes en els plats epifisials dels ossos dels nens (14).

La testosterona té efectes positius en el metabolisme basal; de fet, quantitats molt elevades de testosterona poden arribar a augmentar-lo d'un 15%.

Malgrat que les investigacions sobre la testosterona i el seus efectes sobre l'augment de glòbuls vermells no són del tot clares, podria tenir-hi molt a veure. Altres investigacions inclouen l'increment en la gruixària de la pell, la resistència dels teixits cutanis, el dipòsit de quantitats creixents de melanina en la pell i la intensitat de secreció d'algunes glàndules sebàcies, en particular les de la cara (7, 14, 18).

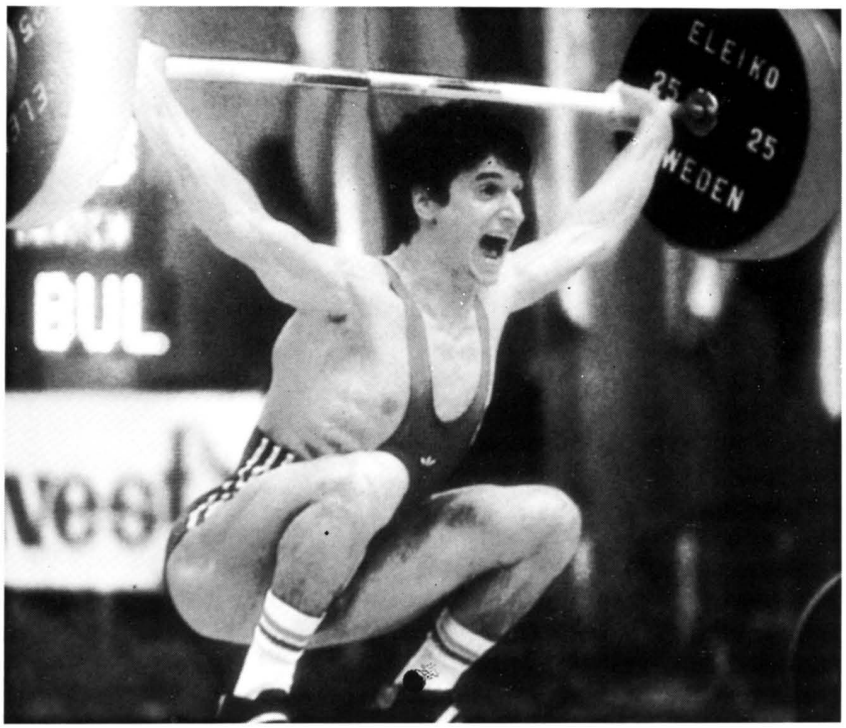
Evolució dels nivells de testosterona segons l'edat i el sexe

Les variacions de les secrecions hormonals són responsables de molts dels canvis significatius en nens i nenes durant la pubertat, però no anteriorment.

A mesura que el nen o la nena va creixent, augmenten la seva talla i el seu pes sense cap tipus d'entrenament a causa de la influència dels canvis hormonals (7, 15). La testosterona té una relació directa amb el desenvolupament de la força de l'infant (16; vegeu la figura 1).

En les nenes, altres hormones com els estrògens i l'hormona del creixement fan funcions similars. La testosterona assoleix valors absoluts a partir dels 14 o 15 anys i posteriorment es manté constant fins als 40 anys d'edat, a partir dels quals devalla progressivament fins als 70. La secreció de testosterona manté un ritme circadiari en el qual la concentració mitjana és menor pel matí que per la tarda.

Els homes tenen nivells de testosterona molt superiors a les dones (entre 10 i 20 cops superiors), la qual cosa és una de les causes de la gran diferència de massa muscular i de força entre homes i dones (7, 15, 23). En el període menstrual de la dona s'ha comprovat un augment dels nivells de testosterona i d'andrògens (hormona femenina secretada per la glàndula adrenal i pels ovaris) durant els dos terços del procés menstrual (21).



Respostes fisiològiques a l'entrenament de força

Segons les concepcions més actuals dins del camp de l'entrenament esportiu, la força es defineix com "la capacitat que té el múscul de generar tensió muscular"; segons el temps durant el qual es generi tensió muscular, el tipus de força variarà (17). Els diferents tipus de força són els següents:

1. Força explosiva: suposa aplicar la màxima tensió muscular en el mínim temps possible. Un clar exemple d'aquest tipus de força són els salts o els llançaments.
2. Força màxima: és l'aplicació de la màxima tensió muscular sense tenir en compte el factor temps (p. ex. un aixecament màxim en *power lifting*).
3. Força-resistència: és la generació d'una tensió muscular elevada però no màxima durant un període de temps llarg (p. ex. una prova de rem).

Amb les mesures fetes sobre la testosterona i la seva resposta a l'entrenament de força es demostra que l'entrenament de força amb sobrecàrregues incrementa la concentració de testosterona per damunt dels nivells que els practicants de l'halterofília posseïen en repòs (4, 8, 12, 22; vegeu la figura 2) sense

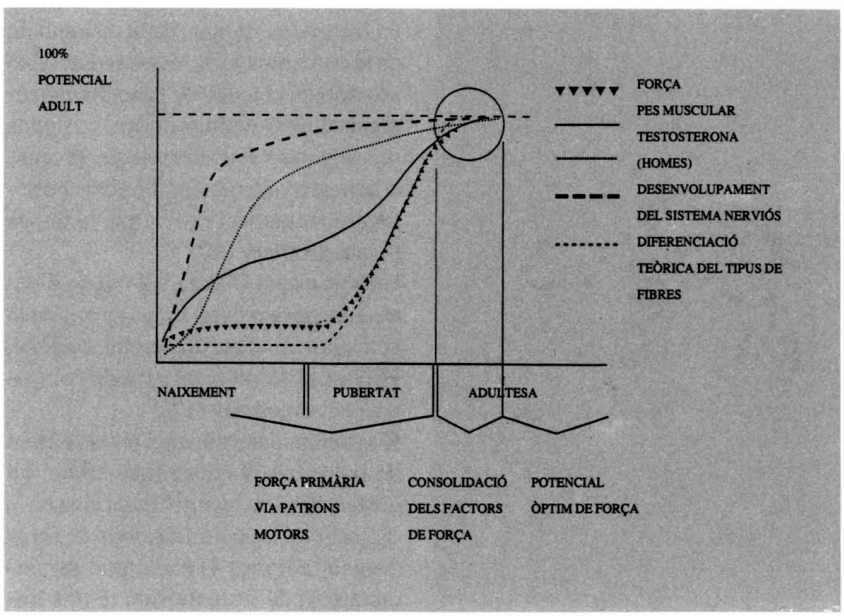


Figura 1

que hi hagi diferències significatives entre iniciats i avançats.

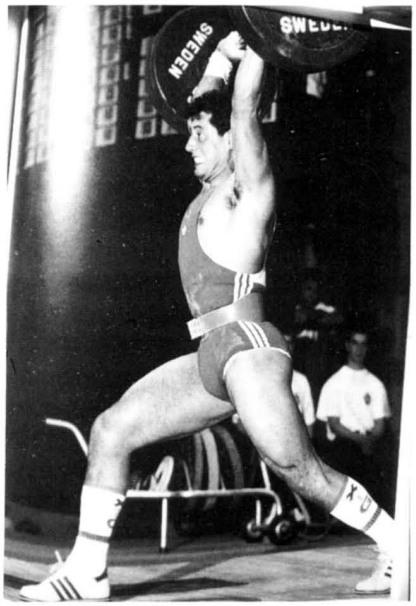
Les variables de l'entrenament de força explosiva i màxima (vegeu la figura 3) i la seva relació amb la producció de testosterona són factors molt importants que cal considerar.

De fet, la producció de testosterona és més elevada quan els temps de descans entre sèries es redueixen malgrat que es mantingui la intensitat (3). Per tant, cal considerar que la intensitat de la càrrega i el temps de recuperació entre sèries comporten un augment de la secreció de testosterona. Altres investigacions afirmen que el temps total de la sessió és un factor determinant que té una relació directa amb el temps durant el qual els nivells de testosterona romanen elevats (8, 12).

Altres investigacions de gran rellevància ens mostren que els canvis en la concentració de testosterona només són acceptables ($p < 0,005$) si la càrrega és elevada i, més concretament, entre el 70 i el 100% de la intensitat màxima (10, 11, 15, 22).

Un altre aspecte a tenir en compte és l'hora en què es duen a terme els entrenaments de força. Les investigacions més recents ens indiquen que les concentracions de testosterona en plasma minven significativament al matí i, al contrari, augmenten significativament per la tarda i per la nit (3, 10).

La capacitat d'augmentar els nivells de testosterona a llarg termini pateix variacions segons el nivell d'entrenament i la qualitat de l'esportista. En iniciats se n'ha observat un considerable augment de la concentració després de dotze setmanes d'entrenament amb sobrecàrregues; en canvi, en aixecadors d'elit s'ha observat que la concentració de testosterona al llarg d'un any d'entrenament ha anat minvant considerablement. A mesura que els aixecadors se situaven en el període precompetitu, la concentració de testosterona disminuïa i augmentava la de les hormones LH i FSH. Una de les conclusions a què es va arribar amb aquest estudi és que la disminució del volum d'entrenament (nombre d'entrenaments, sèries, repeticions, exercicis, etcètera) i de la intensitat (9, 10, 12) és un factor determinant de la dismunicio de la concentració de testosterona. Això no obstant, el nivell de testosterona romania dins dels límits normals. Alguns investigadors suggereixen que la causa d'aquest manteniment dins dels període precompetitiu és l'actuació de les gonadotropines (10).



Un altre estudi fet durant dos anys d'entrenament demostra un augment de la concentració de testosterona, cortisol, FSH i LH després del període competitiu del segon any (12).

Els factors determinants en la millora de la força són neuro-musculars; no obstant això, la hipertròfia és clau en la inclusió de les planificacions de força (vegeu la figura 4) en la qual la concentració de testosterona té una importància crucial.

Ref.	Descripció del subjecte	Núm. d'exercicis	Sèries /rep.	Intensitat (% de 1RM)	Resposta test. (%)
4	Aixecador universitari (+ de 2 anys d'ent.)	1	5/5	-	+25
	Aixecador universitari iniciat	1	5/5	-	+14
	Aixecador iniciat d'ensenyament secundari	1	3/5	-	+3
8	Aixecador avançat (1 any d'ent.)	1	6/8 1/fins a la fallada muscular	70	+7
21	Esportistes familiaritzats amb l'ent. d'halterofília	4	3/fins a la fallada muscular	80	+22
12	Aixecadors d'elit d'entrenament de matí (a.m.)	3	5-10/1-3	70-100	+13
	Aixecadors d'elit d'entrenament de tarda (p.m.)	3	5-10/1-3	70-100	+37

Figura 2. Respostes de la testosterona a l'entrenament de força

- SÈRIES: bloc de repeticions d'un moviment realitzades de manera consecutiva.

- REPETICIONS: execució d'un moviment o exercici.

- TEMPS DE DESCANS: recuperació necessària entre sèries i exercicis per tornar als estats inicials d'ATP-PC al múscul.
- TEMPS D'EXECUCIÓ: temps necessari o establert per acabar una sèrie.

-TEMPS DE LA SESSIÓ: temps idoni de durada d'un entrenament segons les característiques de l'esportista, tipus de qualitat de força i tipus d'exercici, etc.

- ORDENACIÓ D'EXERCICIS: estructura i ordre en què estan ordenats els exercicis uns rere els altres en la sessió d'entrenament.

- ELECCIÓ D'EXERCICIS: tipus d'exercicis (localitzats o multiarticulars) i funció específica.

- INTENSITAT DE LA CÀRREGA UTILITZADA: implica la sobrecàrrega que s'ha de moure en cada exercici. Es mesura mitjançant el precentatge d'1 RM o mitjançant repeticions màximes.

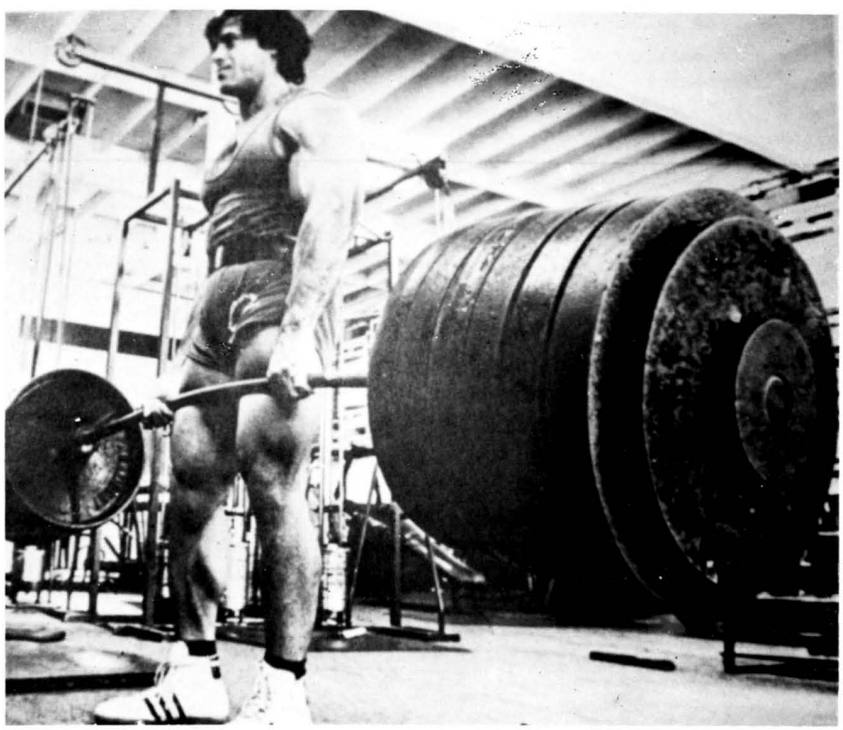
Figura 3. Variables de l'entrenament de força

Les investigacions actuals postulen que, en les dones, els nivells de testosterona en repòs (23) i durant l'entrenament de força (22) són molt més baixos. Especialistes en aquest camp, com Hakkinen, Kraemer, Stone i altres, indiquen que probablement l'ús d'anabolitzants en les dones podria comportar uns resultats millors en el desenvolupament de la força que en els homes.
Informes empírics afirmen que les dones aconsegueixen millors resultats en els tests tres o quatre dies després de l'inici de la menstruació.

Conclusions

Un cop valorada la revisió bibliogràfica sobre les respostes fisiològiques de la testosterona a l'entrenament de força, se suggereix l'aplicació de les conclusions següents a l'entrenament de força en esportistes adults:

- Insistir en el factor d'hipertròfia muscular com a generador de força un cop la secreció de testosterona assoleixi nivells similars als dels adults (15-16 anys).
- Tenir en compte els períodes curts de recuperació entre sèries a l'hora de millorar la hipertròfia muscular (menys de 3 minuts).
- Buscar la fallada muscular en cada sèrie o combinar els períodes curts de recuperació entre sèries amb la fallada muscular.
- Planificar un volum alt d'entrenament si volem millorar la hipertròfia muscular.
- Establir intensitats elevades en l'entrenament a l'hora de planificar (per damunt del 70% d'1 repetició màxima).
- No ultrapassar els límits de durada de la sessió d'entrenament.
- Tenir en compte les diferències amb les esportistes a l'hora de planificar l'entrenament i posar també l'accent en altres factors (factors neuro-musculars) que milloren més la força en la dona.



Bibliografia

(1) ADLERCREUTZ, H., HARKONEN, M., KUOPPASALMI, K., NAVERI, H., HUHTANIEMI, L., TIK-



Preparació → 1 transició → Competició → 2 transició (descans actiu)

Fases	Hipertròfia	Força bàsica	Força i potència	Posada a punt * manteniment de la força
sèries	3-10	3-5	3-5	1-3
repetic.	8-12	4-6	2-3	1-3
dies d'entr. setmanal	3-4	3-5	3-5	1-5
núm. d'entr. diaris	1-3	1-3	1-2	1
intensitat en els cicles**	2-3/1	2-4/1	2-3/1	-
intensitat	baixa	alta	alta	de molt alta a baixa
volum	alt	moderat a baix	baix	molt baix

* Posada a punt de força per a esports amb una posada a punt definida i concreta o bé per a un manteniment de la força en esports amb un llarg període competitiu com el futbol americà.
** Intensitat en els cicles: establiment de 3 o 4 microcicles amb augment progressiu de la càrrega i un final de descàrrega.

Figura 4. Planificacions de força

HANEN, H., REMES, K., DESSYPRIS, A. i 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. i ANDRÉS, F.F. (1990) "Resistance exercice effects on plasma cortisol, testosterone and creatine kinase activity in anabolic-androgenic steroids users", *International Journal of Sports Medicine*, 11, p. 293-297.

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

(4) FAHEY, TESTOSTERONA.D., ROLPH, R., MOUNGMEE, P., NAGEL, J. i MARTARA, S. (1976) "Serum concentration, body composition and strength of young adults", *Med. Sci. Sports*, 8, p. 31-34.

(5) GRIGGS, R.C., KINGSTONE, W., JOZEFOWICZ, R.F., HERR, B.F., FORBES, G. i 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. i 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*, p. 1176-1182. Mèxico: Ed. Interamericana.

(8) GUGLIELMINI, C., PAOLINI, A.R. i 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. i KOMI, P.V. (1987) "Relationships between training volume, physical performance capacity, and serum hormone concentration during prolonged training in elite weightlifters", *International Journal of Sports Medicine*, 8, p.61-65, supplement.

(10) HAKKINEN, K., PAKARINEN, A., ALEN, M., KAUHANEN, H. i 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. i 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. i 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. i 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. i GOODMAN, R.L. (1987) *Clinical Endocrine Physiology*. Filadèlfia: 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. i 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. i HOFFMAN, J. (1989) *Resistance training and youth. Pediatric Exercise Science 1*, p. 336-350.

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

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

(19) POWERS, M. L. i 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. i 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. i 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. i 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. i PLOWMAN, S. A. (1983) "Sexual differences in athletic performance: biological or behavioral?", *The Physician and Sports Medicine*, 11, p. 52-63.

Núria Puig Barata,
Professora INEFC-Barcelona.

TENDÈNCIES DE L'ESPAI ESPORTIU CONTEMPORANI

Ponència presentada al congrès "Sport Practices in the Metropolitan Context", Roma, novembre de 1993.

Resum

L'objectiu d'aquest l'article és mostrar que en l'espai esportiu contemporani coexisteixen tres tendències que són fruit de les transformacions sucessives que ha sofert l'esport mateix. Aquestes tendències, tot i que han aparegut en diferents moments històrics, no s'anul·len les unes a les altres, sinó que, en general, coexisteixen o se superposen. Són les següents:

1. Constitutiva. Correspon als primers moments de la gènesi de l'espai esportiu i es relaciona amb l'aparició de l'esport modern.
2. Racionalitzadora. La característica més destacable és l'adaptació dels espais esportius a la norma esportiva, la qual cosa afavoreix el procés d'internacionalització i massificació de l'esport.
3. Consumista. Caracteritza una nova era dels espais esportius durant la qual esdevenen un producte més de la societat de consum.

L'article analitza amb detall les categories que constitueixen cadascuna d'aquestes tendències.

Paraules clau: **espai esportiu/esport i societat/sociologia urbana/sociologia de l'esport, instal·lacions esportives.**

Introducció

Per a comprendre la lògica dels espais esportius en el context metropolità, és necessari tenir en compte les tres tendències —constitutiva, racionalitzadora i consumista— que són fruit de les transformacions sucessives que ha sofert l'esport, i anar veient com en el procés de constitució s'han anat desplaçant, superposant i fins i tot anul·lant.

Com han dit molts autors, l'espai no és una realitat externa a les societats, sinó que n'és part constituent. La dimensió espacial —igualment com la temporal— és inherent a qualsevol activitat humana. Cada societat produeix un espai, el seu (Lefebvre, 1974). Segons Ledrut (1976), la relació entre espai i societat és similar a la que hi ha entre la forma i el contingut; són indissociables perquè són part del mateix. A més, espai i societat s'influeixen mútuament; la societat es materialitza en un espai i aquest, alhora, contribueix a la seva reproducció, l'estructura (Linde, 1975; Remy i Voyé, 1974). Per tant, analitzar la ciutat mitjançant l'esport obliga necessàriament a observar l'estructura i l'evolució dels espais on es du a terme aquesta activitat.

Hem organitzat aquesta exposició en tres apartats, en els quals s'analitzen les característiques de cadascuna de les tres tendències que, al nostre entendre, conflueixen en l'espai esportiu contemporani (vegeu la figura 1).

Les tendències són les següents:

- Tendència constitutiva. Com indica el seu nom, correspon als primers moments de la gènesi de l'espai esportiu i es relaciona amb l'aparició de l'esport modern.
- Tendència racionalitzadora. Analitza el procés que es manifesta amb més o menys intensitat durant el període d'entreguerres i cobra una rellevància especial a partir de la Segona Guerra Mundial. Segons els països, és la tendència més remarcable en l'àmbit dels espais esportius fins a mitjan els anys vuitanta. L'aspecte més destacable és l'adaptació dels espais a la norma esportiva, la qual cosa afavoreix el procés d'internacionalització i massificació de l'esport. És també el moment durant el qual els espais esportius entren de ple en el joc de les relacions socials, quan són objecte de reivindicacions socials i quan els poders públics intervenen en la seva construcció i gestió en el marc d'una política destinada a regular les contradiccions produïdes per les desigualtats socials. Coincideix amb l'era del *Welfare state*.
- Tendència consumista. Amb aquesta es pretén caracteritzar una nova era dels espais esportius en la qual esdevenen un producte més de la societat de consum.

Les categories que es configuren durant un període no desapareixen en el següent. Més aviat podem dir que les noves se superposen a les que ja existien, amb la qual cosa les primeres retrocedeixen o totes coexisteixen.

Per a finalitzar aquesta introducció, volem indicar que usem el terme "espai esportiu" premeditadament, perquè és molt ampli i aplega formalitzacions diverses. Parlar "d'instal·lació esportiva" seria incórrer en un error de partida, ja que, com veurem, les instal·laciones esportives es corresponen amb certes formes d'esport, però no són, ni de bon tros, inherents a totes les seves expressions.

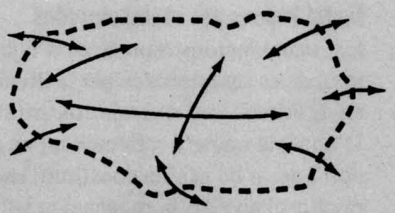
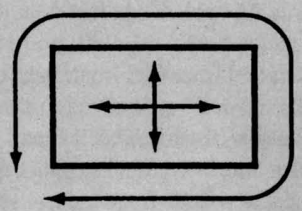
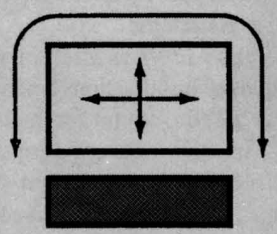
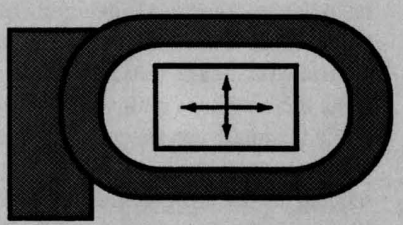
ETAPES	ENTORN
	- LÍMITS PERMEABLES NORMES FEBLES D'EXCLUSIÓ Sense límits espacials; terreny irregualr; interacció espacial entre "jugadors" i "espectadors"; ús diversificat del sòl.
	- RECINTE definició dels límits del terreny; jugadors separats dels espectadors.
	-PARTICIÓ terraplens, grades, tribunes; pagament per l'entrada; segregació dels espectadors segons la classe social; inici de la segregació de la multitud; ús especialitzat del sòl.
	-VIGILÀNCIA camp tancat; terreny sintètic i estudi de ciment; pantalla de televisió per a les repeticions; panopticisme; ús diversificat del sòl. NORMES D'EXCLUSIÓ LÍMITS IMPERMEABLES DURS

Figura 1. Evolució de l'estadi segons Bale. Amb aquests esquemes tan senzills, John Bale (1993, p. 12) mostra amb gran claredat el tancament progressiu dels espais per a la pràctica esportiva. Destaquen quatre fases: permeabilitat, tancament, divisió i vigilància (fent referència a les teories de Michel Foucault)

1. La tendència constitutiva

De les 45.000 instal·lacions esportives que hi havia a Espanya l'any 1986, només un 3,8% havia estat construït abans de 1940 (Martínez del Castillo i altres, 1991). Del segle XIX n'hi ha molt poques i són mencionades quasi a títol anecdòtic, tret de les que s'usen per a practicar jocs tradicionals, com les bitlles i el frontó. Alan Metcalfe (1993) indica que el 1870 no hi havia cap instal·lació esportiva en l'East Northumberland (una zona minera anglesa) tot i que s'hi practicaven molts jocs tradicionals i esports: futbol, *bowling*, *quoits*, *shooting*, *whippet racing*. En canvi, entre aquesta data i el 1914 l'autor constata la construcció de 200 instal·lacions esportives (50 camps de futbol, 16 velòdroms, 3 camps de golf, 14 parcs públics...). John Bale (1993) també relata el tancament progressivu de les instal·lacions esportives, concretament els estadis de futbol. Quelcom similar comenta Pierre Arnaud (1992) amb referència al cas francès: "Durant el segle XIX no sembla que hi hagi una arquitectura específicament esportiva tret, potser, per als hipòdroms i els gimnasos. I d'aquests, només se'n troben en les grans ciutats —sobretot en la capital—, especialment en els barris *chic* (a l'oest de París, per exemple)" (*Ibid*, 17).

És durant l'últim terç del segle XIX i el primer del XX quan assistim a la configuració de l'espai esportiu alhora que l'esport modern s'imposa com a pràctica "civilitzada" d'acord amb els nous costums socials. Aquest tancament dels espais per a la pràctica esportiva és fruit de l'emergència de nous valors no exempta, tanmateix, de mesures repressives. Metcalfe (1993,110) cita nombrosos testimonis de persecucions de persones que practicaven esport en els espais comunitaris i fins i tot hi va haver judicis entre les parts contendents (miners i autoritats públiques). Amb relació al cas anglès, també Eric Dunning (1990) cita 30 intents de prohibició entre 1314 i 1667. El mateix succeïa a França; Daniel Denis (1976) cita molts edictes mitjançant els quals, de primer el rei i després les autoritats republicanes, prohibien el joc de la *soule* per les destrosses que causava; dóna testimoni d'enfrontaments entre els jugadors i els gendarmes fins l'any 1866. Després "cette coûtume tenant de la barbarie" va finalitzar; ja no va caldre la intervenció de les forces de l'ordre públic. S'havia produït una "pacificació", "civilització", del joc i, aleshores, ja es va considerar normal jugar a futbol o a altres esports en espais destinats específicament a aquesta finalitat. L'espai esportiu, les instal·lacions esportives, havien nascut.

Quines són les característiques d'aquest espai? Quines categories conceptuals



han entrat a formar part del vocabulari que s'hi refereix? Cal destacar-ne les següents:

Dels espais comunitaris a la diferenciació entre espai públic i espai privat

No és el mateix parlar d'espai públic que d'espai comunitari. Són categories conceptuals radicalment diferents. L'espai públic es defineix per la seva oposició al privat i la noció de privacitat és una construcció social pròpia de les societats modernes (Donnelly, 1993; Elias, 1978; Foucault, 1978)). Abans que aparegués el concepte de privacitat hi havia espais comunitaris d'ús col·lectiu que no eren de ningú perquè formaven part de la col·lectivitat. Encara avui hi ha col·lectius que no conceben que la terra pugui posseir-se; la idea de propietat és, també, una construcció social.

Hem pogut recollir molts testimonis que parlen d'aquest ús esportiu dels espais comunitaris; espais que, o eren simplement terrenys on s'hi feien activitats diverses o bé eren construccions arquitectòniques destinades a un o diversos usos de la comunitat (Martínez del Castillo i altres, 1991; Metcalfe, 1993; Puig, 1980). Un cas particularment curiós és el dels frontons que trobem principalment al nord d'Espanya.

Gran part de les instal·lacions construïdes a Espanya abans de 1940 són frontons o pistes de bitlles; és a dir, construccions destinades a practicar esports tradicionals. La seva distribució geogràfica és totalment diferent a la de les instal·lacions per a esports moderns, ja que es localitzen en zones rurals; en realitat, pertanyen a un moment històric en què la societat era sobretot rural. Tenen característiques arquitectòniques molt variades (la qual cosa demostra que es jugava a pilota de moltes maneres diferents) i se sap que tenien altres usos a més de l'esportiu (en especial servien com a pistes de ball per a les festes de la localitat). El més interessant a destacar és que eren de la comunitat, d'ús lliure; no es pot dir que pertanyessin a algú, ni públic ni privat.

En oposició als frontons o a les pistes de bitlles, comencen a sorgir noves instal·lacions per a la pràctica dels nous esports que, com a manifestacions culturals pròpies de la societat moderna, responen des d'un principi a la diferenciació entre públic i privat. Des d'aleshores cal tenir en compte dos nous conceptes: l'especialització de l'espai i la segregació social que hi té lloc.

L'especialització de l'espai i la segregació en l'espai

L'especialització de l'espai esportiu és la conseqüència lògica de la reglamentació de l'espai i el temps de totes les activitats socials. Les categories de públic i privat contribueixen a accentuar les diferències entre les parts d'aquest espai, les quals, alhora que es fragmenten, s'especialitzen per a diferents usos.

La segregació té lloc simultàniament a l'especialització. Els grups socials es diferencien no solament en els tipus d'esports, sinó també en els espais on els practiquen. Aquests esdevenen llocs de trobada per a distingir-se i ser distingits. La literatura cita molts exemples d'aquest tipus i per a diversos països (Bale, 1989, 1993; Dunning, 1990; Martínez del Castillo i altres, 1991; Metcalfe, 1993; Puig, 1980). A tall d'exemple, Metcalfe (1993) exposa que en l'àrea estudiada els 11 camps de criquet, les 4 pistes de tennis i els 3 camps de golf van ser construïts per a l'aristocràcia i la burguesia benestant; els 10 terrenys a l'aire lliure eren iniciativa dels miners i les institucions de benestar social; els 11 parcs eren d'iniciativa pública per a l'esbarjo dels ciutadans, i els propietaris de les tavernes van construir 12 instal·lacions de diversos tipus, la utilització de les quals exigía el pagament previ d'una quota. El mateix autor, tanmateix, destaca que el futbol, com a espectacle, va ser des de sempre interclassista, tot i que, com també ha destacat Bale (1993), dins de l'estadi s'anessin delimitant, cada cop més, els espais per a uns i altres.

Instal·lacions poc reglamentades

Les instal·lacions esportives d'aquest període es caracteritzen per la diversitat de criteris amb què són construïdes. D'aquesta manera reflecteixen un esport que, si bé ja s'ha constituït, encara no té el nivell d'homogeneïtat i d'internacionalització que més tard el caracteritzarà. Cada instal·lació té un caràcter propi, original; no hi ha una estandardització dels materials, els aparells són de fabricació més o menys casolana, la distribució dels espais no respon a criteris de funcionalitat esportiva sinó que —amb freqüència— són estètics i hi ha poca rigidesa a l'hora de dissenyar els camps.

Els relats referits a la construcció d'aquestes instal·lacions tenen un marcat to afectiu; sovint foren els mateixos esportistes els qui directament o indirectament (dedicant diners, temps...) van contribuir a construir-los. S'observa que aquestes instal·lacions tenen molt a veure amb la identitat de les persones i les organitzacions que les utilitzen, de manera que la seva desaparició (manca de diners, trasllat cap a una una zona més allunyada del centre de la ciutat...) és viscuda amb tristesa i preocupació per les possibles conseqüències sobre la continuïtat del club (Puig, 1980). Responen a un model d'utilització que Haumont (1982) denomina local, al·ludint a aquesta relació afectiva en l'ús de l'espai i a la no divisió de funcions a l'hora de gestionar-lo; a la vegada els esportistes són subjectes actius i passius de l'espai que utilitzen.

Actualment aquest tipus d'instal·lacions pertanyen al passat. Ja es difícil trobarne alguna i, si existeixen, han estat tan reformades que queda ben poca cosa de la concepció inicial. En realitat, la racionalització de l'esport s'imposa també com a tendència en la construcció i l'ús de les instal·lacions esportives.

II. La tendència racionalitzadora

Després de la Segona Guerra Mundial els països de l'Europa occidental experimenten un creixement espectacular del nombre d'instal·lacions esportives. El ritme varia d'un país a un altre però, finalment, en tots s'observa com l'espai esportiu es fa lloc dins la trama urbanística i com és objecte de la mateixa racionalització que aquesta. No ens detindrem, per tant, a donar detalls sobre aquest procés. En canvi, el que ens interessa comentar són els aspectes que caracteritzen la tendència racionalitzadora de l'espai esportiu i la manera com introdueix modificacions en l'espai esportiu constituït prèviament.

Instal·lacions racionals i reglamentades

Progressivament, la reglamentació esportiva es més estricta i les federacions internacionals dicten la manera com s'ha de practicar un esport, la qual cosa inclou una normativa quant a l'espai de joc i la seva durada. La difusió d'un esport s'associa amb la seva orientació cap a la *performance* i la homogeneïtzació de les seves normes (Callede, 1993). Les instal·lacions, doncs, cada cop són més similars, ja que si no reuneixen aquests requisits no s'autoritza que s'hi puguin desenvolupar competicions esportives. Qualsevol ciutat, club, equip... que desitgi participar en l'intercanvi esportiu internacional ha de tenir instal·lacions adaptades a la norma establerta (vegeu la figura 2).

Les instal·lacions esportives han de "funcionar" de manera que facilitin el desenvolupament de la norma esportiva. Són absolutament racionals i adaptades al reglament que dicten les federacions internacionals: les mesures del terreny de joc, la circulació dels jugadors, l'amplitud dels vestidors, la temperatura ambient, les condicions acústiques, etcètera.

Quant a aquesta racionalització de les instal·lacions a causa de les exigències de la norma esportiva, s'hauria d'estudiar com els principis funcionalistes enunciats per la Carta d'Atenes van contribuir a consolidar-la. La racionalització i la reglamentació esportiva sorgeixen de les organitzacions esportives però també d'un moment històric en el qual "el funcional és bell" (Le Corbusier). O, dit d'una altra manera, valors com el rendiment, el progrés lineal, l'eficàcia... afecten totes les esferes de la vida social, l'esport, i l'arquitectura entre altres. Aquesta coincidència històrica entre funcionalisme i racionalització i reglamentació de les instal·lacions esportives hauria de ser analitzada amb més profunditat (Eichberg, 1993, p. 246).

Les instal·lacions esportives són objecte d'interessos polítics i reivindicacions socials

Per què les instal·lacions esportives experimenten una difusió massiva pels volts dels anys setanta? Què hi té a veure la política del *Welfare state* que, amb més o menys intensitat, es desenvolupa en els països de l'Europa occidental durant els anys en què té lloc la progressiva racionalització de l'espai esportiu? Considerem que el *Welfare state* ha tingut un paper decisiu en la difusió i configuració de l'esport racionalitzat i reglamentat i, en conseqüència, dels espais on es practica. A causa de la seva intervenció es configura no solament una determinada arquitectura esportiva i una trama



Figura 2. L'estadi dels Gegants, a Nova York, seu d'una de les semifinals del Campionat Mundial de Futbol del 1994. L'estadi dels Gegants és una mostra clara d'instal·lació esportiva pròpia de la tendència racionalitzadora. Res no queda a l'atzar i tot està pensat en termes de funcionalitat i racionalitat



d'instal·lacions per tot el territori, sinó també un determinat sistema d'ús i de gestió. La racionalitat imposada per la norma esportiva troba en el *Welfare state* un intrument privilegiat de difusió.

Els països de l'Europa occidental desenvolupen, sobretot després de la Segona Guerra Mundial, polítiques i plans per a la construcció massiva d'instal·lacions esportives. El 1960 es publica a Alemanya el Pla d'Or de les Instal·lacions Esportives, destinat, segons els seus promotors, a crear una xarxa bàsica que satisfés les necessitats esportives de la població (Roskam, 1993). L'any 1968 es publica a Espanya el Plan Ideal de Instalaciones Deportivas amb una finalitat similar. A tots els països, més o menys explícitament, es desenvolupen directrius d'aquest tipus.

Una altra iniciativa paral·lela a l'anterior són les normes sobre construcció d'instal·lacions esportives (DIN a Alemanya, NIDE a Espanya, les publicades en diversos números de *Le Moniteur des Travaux Publics et du Bâtiment* a França, en *Quaderni tecnici dello Sport* i en *Spaziosport* , a Itàlia). Només es pot obtenir una subvenció si es compleixen aquestes normes i si la instal·lació respon als criteris establerts en els plans.

Ambdues iniciatives, a més d'un context sòcio-econòmic evidentment favorable, tenen com a resultat un procés ràpid i sistemàtic de construcció d'instal·lacions esportives racionals, reglamentades, funcionals i adaptades al model esportiu dominant aleshores (Martínez del Castillo i altres, 1991; Puig, 1980). Instal·lacions que, a més, pateixen tots els problemes propis de la gestió pública d'aquells moments. Tot i que responen a un model que, segons la denominació de Haumont (1982), és de servei, tenen un grau elevat de despersonalització i de burocratització. Les instal·lacions s'adapten més a la norma esportiva i a les exigències de la gestió pública (horaris dels funcionaris, restriccions pressupostàries, preus mòdics...) que no pas als desigs dels usuaris.

El desenvolupament de polítiques estatals de planificació dels equipaments esportius, si més no a França i a Espanya, té lloc en un moment determinat de la intervenció de l'Estat en els assumptes urbans. Cap al final dels anys seixanta, però sobretot en la primera meitat dels setanta, l'Estat actua com a regulador del creixement de les grans concentracions urbanes davant el desordre urbanístic i els abusos de l'especulació (Castells, 1976). Sorgeixen moviments socials urbans molt actius que reivindiquen l'esport com una necessitat social i fins i tot com un servei públic. La política urbana, després d'haver estat centrada en l'habitatge i en les xarxes de comunicacions, experimenta un canvi i comença a orientar-se cap a intervencions en l'àmbit de la cultura i el temps lliure, l'esport en el cas que ens ocupa.

Els plans esmentats són la conseqüència de tot això i van acompanyats d'un discurs ideològic —fins ara inexistent en el discurs públic— que propugna la "civilització de l'oci", els espais verds, la qualitat de vida... Cal destacar que aquest discurs apareix justament quan l'espai en les grans ciutats, en especial el destinat a l'esport i l'oci, comença a ser escàs. Mitjançant les seves intervencions, l'Estat frena el descontentament de la població. En aquest sentit, es pot dir que actua, per la via de les intervencions urbanes referides a l'esport i l'oci, com a regulador de contradiccions que en aquells temps s'aguditzaven.

És per aquest conjunt de circumstàncies històriques que considerem que l'Estat té un paper fonamental en el desenvolupament de l'espai esportiu racionalitzat i reglamentat. Es tracta, entenem, de la confluència multiplicadora de la lògica de l'esport (que, d'altra banda, també té autonomia de desenvolupament) amb la de les actuacions del sector públic.

La segregació en l'espai és elitista

El paper regulador de l'Estat adquireix encara més importància quan observem que, malgrat la seva actuació massiva, no és responsable de totes les instal·lacions esportives existents. La segregació social en l'espai, que ja es va manifestar en la tendència constitutiva dels espais esportius, s'incrementa en el sentit que es torna elitista. Només els grups socials que poden pagar els preus elevats del sòl escapen de la lògica de la intervenció pública. Progressivament, amplis sectors de les classes mitjanes van perdent la seva "autonomia espacial" i depenen de l'oferta pública, alhora que el privilegi d'uns espais propis és cada cop més escàs i, en conseqüència, elitista. Aquests espais tenen una lògica de gestió i d'utilització totalment diferent als públics i, en essència, es caracteritzen pel fet d'adaptar-se a les exigències i desigs dels usuaris. Apareix, doncs, una coexistència de trames d'instal·lacions esportives que, al nostre entendre, respon a les exigències del moment i revela la funció de l'Estat en les societats avançades democràtiques.

III. La tendència consumista

El panorama descrit fins ara és insuficient per a descriure les característiques de l'espai esportiu contemporani. En realitat, les d'una nova tendència es superposen amb les de les dues anteriors. Ens referim a la tendència consumista. Des de mitjan anys vuitanta, i cada cop amb més intensitat, l'esport ha deixat de ser un sistema tancat i ha evolucionat cap a un sistema obert. És a dir, el model tradicional d'esport s'ha anat diversificant, desinstitucionalitzant, desregulant i, alhora, perdent autonomia amb relació a altres sistemes socials (Heinemann, 1986; Puig i Heinemann, 1991). Tot això és a causa de canvis profunds esdevinguts tant en l'àmbit de la demografia com en el de l'estructura familiar, els nivells de benestar, el desenvolupament de l'econo-

mia... que, finalment, han contribuït a la diversificació i la individualització dels estils de vida.

Actualment, l'esport és també un producte de consum i, per tant, està al servei d'uns clients potencials; ha d'oferir relaxació, aventura, diversió i distinció i, a més, ha de ser rendible i tenir capacitat per a competir en mercats dinàmics (Heinemann, 1993). Els espais esportius s'adapten a aquesta lògica en la qual no predomina la dels serveis públics, per exemple, sinó la satisfacció dels gustos canviants i variats dels consumidors.

Tots aquests canvis han tingut conseqüències immediates en la configuració dels espais esportius de manera que, actualment, han de ser entesos considerant l'impacte de la tendència consumista.

Pèrdua d'autonomia

Els espais esportius, públics o privats, cada cop depenen més de la racionalitat del mercat, de les tecnologies, de les exigències pròpies d'una societat de consum. Un exemple molt clar és l'evolució de les estacions d'esquí que, en conjunt, han esdevingut un immens negoci en el qual convergeixen interessos industrials, hotelers, professionals... destinats a satisfer les variades aspiracions dels esquiadors. La diferència amb la pràctica de l'esquí de fa vint anys és important (Heinemann, 1993).

Diferenciació de l'espai esportiu

Hi ha noves demandes d'activitats esportives que responen als nous models de pràctica esportiva. Per tant, a més de les instal·lacions adaptades al model tradicional d'esport, sorgeixen en la trama dels espais esportius les instal·lacions dotades d'una avançada tecnologia necessària per a donar espectacle, les que s'adapten a concepcions més instrumentals de l'esport (*body building*, rehabilitació...) i les que responen al model expressiu (ambientació, sauna, relaxació, aventura, *fitness*, etcètera) (vegeu figura 3).

Varietat de dependències institucionals

Les instal·lacions cada cop es distancien més de les normes imposades per les organitzacions esportives i l'Estat. Altres organitzacions (indústria, empreses comercials, de serveis) n'assumeixen la gestió i la construcció. Aquesta és, entre altres, una de les raons que expliquen l'allunyament progressiu de la normativa d'instal·lacions imposada per les institucions mencionades i el fet que es construeixin segons altres principis (Eichberg, 1993).

Desregulació

La diversificació de models i l'adaptació de l'esport als desigs individuals condueix a una ruptura radical amb la tendència normalitzadora de les organitzacions esportives i de l'Estat. L'esport es practica en espais que han deixat de tenir l'aspecte reglamentat que els havia caracteritzat i ens trobem davant de formes imaginatives i diversificades quant a la seva concepció arquitectònica. Aquesta desregulació també té lloc per la simple desaparició de la instal·lació esportiva pròpiament dita. L'espai urbà o el medi natural comencen a ser utilitzats per a finalitats esportives. Com que l'espai esportiu ha passat a formar part d'uns estils de vida cada cop més individualitzats, cadascú escull l'espai de pràctica que s'adapta millor a les seves necessitats individuals.

Ofertes globalitzadores

Finalment, l'esport com a sistema obert significa també interconnexió amb altres ofertes d'oci i de temps lliure. Els espais per a la pràctica de l'esport s'integren en un conjunt més ampli d'ofertes: restaurants, espectacles, atraccions, etcètera.

Bibliografia

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

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

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

CALLEDE, J.P. (1993) "Basque pelota in the European space... Towards a sociological use of notions of sporting evolution and diffusion",

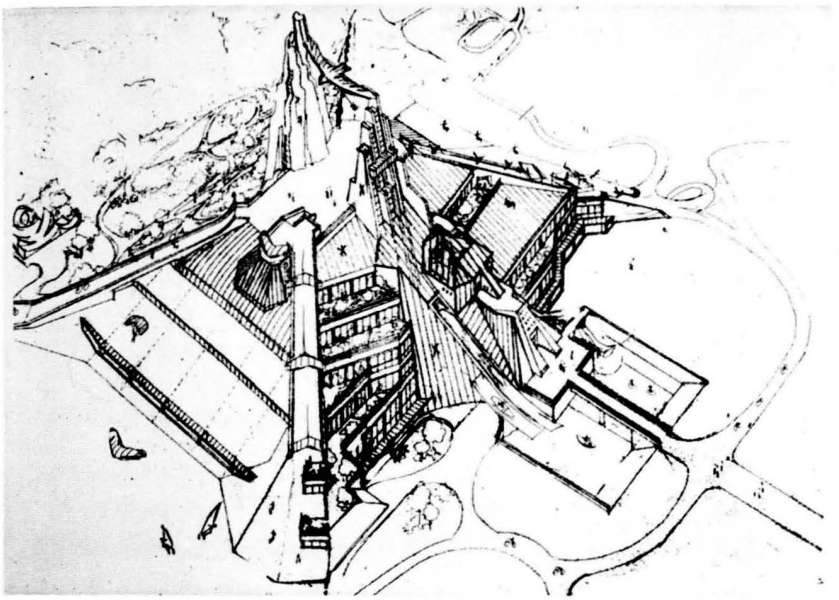


Figura 3. Espai d'activitats d'aventura. El SAS (Site d'Activités Sportives) és una proposta de Christian Pociello, conegut sociòleg de l'esport francès, per donar sortida a les noves activitats esportives molt lligades al medi natural. Consisteix a recrear aquest medi prop d'entorns urbans, donar opció a una gran varietat de pràctiques i evitar així impactes poc desitjables com la degradació de l'entorn



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. i altres. *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, suplement.

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.

DUNNING, 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. Traducció castellana : (1987) *El proceso de la civilización. Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*, Mèxic-Madrid-Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

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

HAUMONT, A. (1992) "Les équipements sportifs", en *Corps, espaces et pratiques sportives*. Estrasburg: 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*, Ponència presentada en el Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Granada, novembre de 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. i altres. (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. i HEINEMANN, K. (1991) "El deporte en la perspectiva del año 2000", en *Papers. Revista de Sociologia*, p. 123-142.

REMY, J.i VOYE, L. (1974) *La ville et l'urbanisation*. Gembloux (Bèlgica): 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,
Professor de l'Institut für Soziologie, Universität Hamburg.

L'ESPORT COM A CONSUM

Ponència presentada en el Congrés Mundial de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, Granada, novembre de 1993.
Traducció de l'alemany: Klaus Heinemann i Núria Puig (INEFC).

Resum

Aquest article té a veure amb el fenomen del canvi social. Demostra com la concepció de l'esport ha canviat durant els darrers deu anys. La primera part tracta de les característiques de l'esport com a consum. En aquest sentit, es parla dels productes que l'esport ofereix per al consum, les expectatives d'utilitat amb relació al consum de l'esport i les raons per les quals l'esport ha esdevingut un sector econòmicament dinàmic i atractiu.
La segona part se centra en les raons socials dels canvis esdevinguts en l'esport. Es parla del creixement quantitatiu de l'esport, de l'ampliació del ventall de possibilitats de l'oferta esportiva, de la individualització i la diferenciació dels estils de vida, dels canvis de valors, de la concepció del cos i de les imatges de la salut.
En la tercera i darrera part s'exposen les conseqüències dels canvis que ha sofert l'esport. Es fa referència a la pèrdua d'autonomia del sistema esportiu, la inseguretat en la planificació de les instal·lacions, els programes i les altres ofertes esportives en general, la destrucció del medi ambient i l'ampliació de sectors professionals.

***Paraules clau*: economia esportiva, canvi social, societat moderna, economia, sociologia.**

Introducció

Abans l'esport s'entenia com una activitat autosuficient, austera, ascètica, es tenia una concepció idealista de l'ús del cos i la seva *performance*, que era el punt de referència respecte al qual es mesuraven tots els resultats. Ara, en canvi, l'esport s'entén com un producte de consum i, per això, és un objecte econòmic molt atractiu en el mercat de béns. Aquest canvi es pot apreciar en comparar la concepció tradicional de l'esport amb el que significa un bé de consum, en aquest cas l'esport. Segons la concepció tradicional, l'esport és:

- Una utilització controlada del cos,
- amb objectius orientats clarament a la consecució de la *performance* i que s'assoleixen mitjançant un entrenament disciplinat;
- amb unes regles concretes que fixen la meta que cal assolir, els mitjans que s'autoritzen per a arribar-hi i les habilitats motrius que cal emprar amb aquesta finalitat;
- mitjançant la competició també es posa de manifest la superioritat de la persona que practica l'esport davant les altres.
- I, tot això, al marge de qualsevol interès extraesportiu, ja sigui polític o econòmic (Heinemann, 1990).

L'esport és disciplina corporal i suposa una utilització instrumental del cos; és planificació a llarg termini i rebuig del plaer immediat; és la subordinació de l'esport als rols i la dels esportistes als papers establerts prèviament. Ens referim a tot això quan diem que l'esport és una activitat autosuficient, austera, ascètica, amb una concepció idealista amb relació a l'ús del cos i a la *performance* com a punt de referència respecte al qual es mesuren tots els resultats.
Al contrari, per consum s'entén:

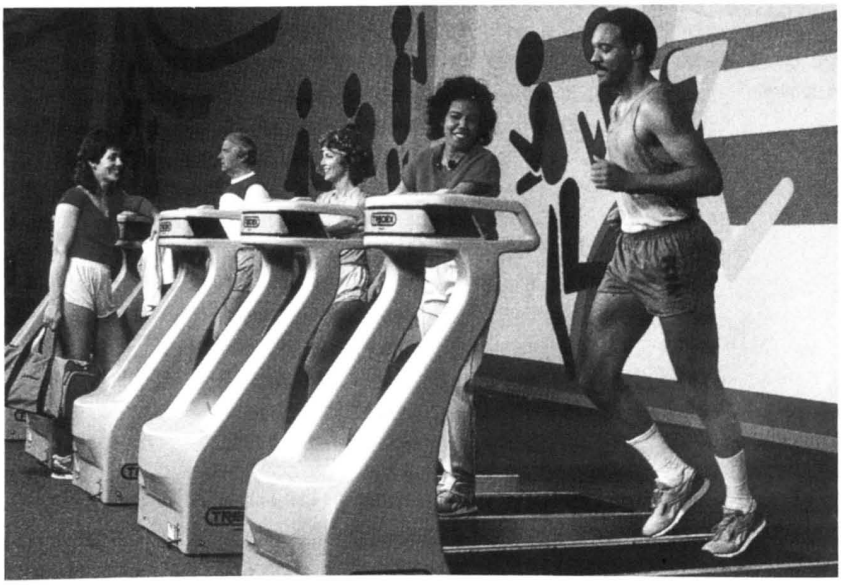
- Servei i satisfacció de les aspiracions,
- però també relaxació i diversió, aconteixement i aventura,
- presentació d'un mateix, acceptació i prestigi.

"Producte de consum" significa, a més: econòmicament beneficiós, objecte d'interessos econòmics, comercialment atractiu i amb capacitat de competir en mercats dinàmics.
La nostra tesi és que l'esport s'ha desenvolupat com un producte de consum amb les característiques que acabem de descriure. L'objectiu d'aquest article és parlar d'aquest procés de canvi. A l'efecte:

- Demostrarem, en primer lloc, de quina manera l'esport ha esdevingut un producte de consum per contrast amb l'esport tradicional.
- En segon lloc, explicarem aquest desenvolupament de l'esport a partir dels canvis socials que s'han esdevingut.
- Finalment, cridarem l'atenció sobre les conseqüències provocades per aquesta evolució de l'esport.

Cal indicar, però, que aquesta tesi de l'esport com a consum no és nova. Al

principi de segle, el sociòleg crític i economista americà T. Veblen, en el seu llibre *La teoria de la classe ociosa*, va mostrar com l'esport el practicaven els nous rics com una activitat de consum demostrativa amb la qual podien exhibir la seva posició social, la seva riquesa i la seva disponibilitat de temps lliure. Per aquest motiu l'esport *amateur* —especialment el que costava molts diners, com el tennis, el golf o la vela— era un ideal a assolir mitjançant el qual es podia demostrar que es duia una vida improductiva, ociosa, llliure d'objectius i al marge de les pressions socials o econòmiques.



Dones en una sala de *fitness*. En contrast amb les instal·lacions esportives de caire tradicional, els espais de pràctiques esportives lligades al consum gaudeixen de material sofisticat i recreen ambients més confortables i alhora més sofisticats

I. Característiques de l'esport com a consum

Quan parlem de l'esport com a consum no ens referim solament a la concepció de Veblen; és a dir, que l'esport és un mitjà d'acceptació i de prestigi, un símbol d'*status* i d'èxit econòmic. Creiem que l'esport com a consum és quelcom més, la qual cosa es veurà clarament quan haguem caracteritzat l'esport com a consum des de tres perspectives. Aquestes són: els productes que l'esport ofereix per al consum, les expectatives d'utilitat amb relació al consum de l'esport i, finalment, les raons per les quals l'esport ha esdevingut un sector econòmicament dinàmic i atractiu.

Els productes de l'esport

En primer lloc caracteritzarem els productes de l'esport. En aquest sentit, cal diferenciar quatre tipus diferents de productes de consum:

1. La pràctica de l'esport tal com es du a terme en els centres esportius comercials, les sales de *fitness*, els centres de dansa i les escoles esportives. El que s'hi practica no és esport en el sentit tradicional; en aquests llocs es ven amb èxit la posada a punt, la salut, els cossos estilitzats, el benestar. L'oferta s'orienta directament a satisfer les aspiracions del client (aprimar-se, millorar la condició física, trobar-se millor, etcètera). Un cas paradigmàtic de la relació entre l'oferta i una satisfacció ràpida dels interessos de la clientela és el del *body building*. Però també és el cas de les piscines que reprodueixen paisatges, els estudis de *fitness* amb varietats múltiples, el tipus de comoditat i luxe dels centres esportius, els aparells molt sofisticats per a satisfer totes les aspiracions i, fins i tot, els aires de modernitat (miralls, saunes, ambientacions especials, atmosferes íntimes, etcètera) amb què es construeixen les noves instal·lacions esportives. Tot això contrasta amb els llocs per a practicar l'esport que hem definit com a tradicional.
2. La roba i el material esportius també han esdevingut productes de consum; són quelcom més que roba o material per a practicar esport: són ofertes de consum i han esdevingut un instrument d'autopresentació, una manera de mostrar la pròpia posició social. El consum de l'esport forma part del consum individual, permet crear un estil de vida propi amb què cadascú es diferencia dels altres. En atribuir a l'esport una funció que va més enllà de la simple pràctica física (presentació d'un mateix, distinció social) observem una millora notable de la roba per al temps lliure. A més, al voltant d'aquest mercat



"Xicot ben plantat".
La roba esportiva forma part del consum individual; permet crear un estil propi amb què cada persona es diferencia de les altres

sorgeixen productes addicionals com samarretes, banderes, begudes, cremes per a la pell, preparats alimentaris especials, etcètera. En conjunt, aquests nous productes de consum esportiu són un dels factors més importants per a entendre el desenvolupament i el creixement de la indústria i del mercat esportiu.

3. L'esport —en especial, l'esport espectacle— és una part important de l'oferta de distracció. Els *shows* esportius cultiven i perfeccionen l'espectacle de diverses maneres: comercialitzant les sensacions (escenes agressives), creant riscos amb perill de vida (curses de cotxes o de motos), donant-li un ambient circense... L'espectacle esportiu s'inclou en un context d'ofertes de diversió molt més ampli: restaurants, atraccions, tómboles... fins al punt que moltes vegades no s'hi roman durant tota la seva durada, sinó que es gaudeix de totes les ofertes existents (Rittner, 1988).
4. Finalment, cal fer esment de les infrastructures necessàries per a la pràctica de l'esport, les quals també formen part de l'esport consum. Els hotels, restaurants, transports... són la condició prèvia i el marc per a fer esport.

Volem il·lustrar aquestes característiques amb l'exemple de l'esquí. Aquest esport, de ser una activitat de risc en contacte directe amb la natura ha arribat a ser una autèntica indústria del temps lliure. Fa trenta anys o més, si un grup d'estudiants volia anar a esquiar, havia d'assumir diverses tasques, entre d'altres coses perquè no hi havia agències turístiques que ho fessin. Calia provar de llogar un xalet o un refugi, arribar-hi després d'una llarga caminada, condicionar el local, arreglar la pista on es preveia esquiar, superar la por a esquiar en un terreny no preparat o bé fer un gran esforç per a arribar al cim. I, finalment, la baixada que, segons l'estat de la neu, podia ser un plaer o una experiència desagradable. Actualment, l'esquí és una indústria del temps lliure que es desenvolupa gràcies a una combinació i coordinació racionals dels elements següents:

- Esquís, fixacions de seguretat, roba i altres accessoris necessaris per a esquiar.
- Remuntadors mecànics, pistes i serveis necessaris per a mantenir-les.
- Ambient, hotels, restaurants, escoles d'esquí i comerços.

Amb aquest complex tecnològic s'ofereix als consumidors espectacle i esbarjo que converteixen l'esquí en una activitat de masses. Es desenvolupa una tecnologia de consum de l'"esquí-esport", amb àmbits de producció industrial molt especialitzats i, alhora, molt dependents els uns dels altres: material, remuntadors mecànics, *ratracs*, canons de neu, hoteleria, agències de viatges, oficines de turisme, comerços, etcètera (Bökemann, 1989). Així, gràcies a tot el que succeeix "entre bastidors" —segons la terminologia de Goffman— es creen les condicions perquè l'esport pugui ser practicat sense problemes en l'"escenari".

Les expectatives d'utilitat amb relació al consum de l'esport

En segon lloc, volem parlar de les expectatives d'utilitat amb relació al consum de l'esport que té l'esportista.

Millora de la salut individual

L'esport ha d'afavorir la salut i adaptar-se a les exigències individuals. Això s'ha de fer, a més, amb garanties de seguretat presents i futures. Hi ha una demanda creixent d'esport com a mitjà per a mantenir la salut a causa de la propaganda que relaciona esport amb salut ideal, al fet que la forma física i la tranquil·litat per a enfrontar la vida moderna es consideren béns escassos, i a la importància creixent que es dóna a la prevenció de les malalties en contraposició al fet de guarir-les. L'esport i la salut s'interpreten com quelcom més o menys idèntic. La indústria de màquines de musculació viu de la il·lusió i l'esperança que es pot controlar la salut (nombre de pulsacions, densitat muscular, capacitat pulmonar...) i accedir-hi d'una manera totalment individual (Rittner, 1988). La salut, la posada a punt, la pèrdua de pes són productes que es venen molt bé. Ca-



L'esquí en temps passats. L'esquí en els seus inicis es desenvolupava en un entorn poc transformat per la intervenció humana. La iniciativa personal era indispensable per a poder gaudir d'aquest esport



da persona paga per aquests béns perquè creu fermament que rebrà a canvi allò que espera.

Benestar, diversió i alegria

Si es treballa disciplinadament per tal d'obtenir un rendiment en el futur, el present passa a segon terme. Aquesta és una de les característiques fonamentals de les societats modernes. En aquestes societats —anònimes i burocratitzades— amb múltiples reptes, en què s'aprecien els èxits professionals i el triomf es considera per sobre de tot, les aspiracions de benestar, diversió i alegria són tan importants com les referides a la salut. Sorgeixen modalitats esportives centrades en l'experimentació del present i que permeten aconseguir el benestar, la diversió i l'alegria. Les podem considerar "expressives" (Puig i Heinemann, 1991). No és erroni parlar d'activitats esportives de benestar. *Seiki* i *tai chi*, *beauty chaping* i *body dancing*, *streching* i *calethenics*, tot tipus de *kick boxing* i *somagogic*, *thai boxen* i *shihatsu*, diverses possibilitats d'una experimentació intensiva com "entrenament autogènic", "eutonia", *rolfing*, "eurítmia", són solament alguns dels exemples que poden acollir-se a aquest tipus de descripció (Dietrich; Heinemann i Schubert, 1990).

Vivència del cos

L'esport és per a molts la possibilitat de sentir el cos i les seves formes i, per tant, una manera molt important d'apreciar-lo i mostrar-lo. Observem una reactivació del culte al cos mitjançant la dansa, teràpies diverses, esport i altres activitats centrades en el cos que es fan en el temps lliure (massatge, sauna, alimentació, embruniment...). Amb l'esport renaixen valors com el natural i l'autèntic que havien desaparegut en la societat industrialitzada i descorporalitzada.

Emoció i sensacions

Les societats industrials modernes es caracteritzen, entre d'altres coses, pel fet que la vida de cada persona está molt regulada i és molt segura, perquè l'aparell de l'Estat s'ocupa de planificar el futur, perquè és possible contractar pòlisses d'assegurança per a tot i perquè hi ha una gran estabilitat legal i institucional. A causa de la monotonia i la poca varietat en el treball s'ha perdut la possibilitat de tenir sorpreses, emocions i noves sensacions; alguns sociòlegs parlen ja de la "societat dels cotxes-llit". Hi ha, sens dubte, una paradoxa en les nostres conductes. Per una banda, necessitem les normes socials, l'Administració, les lleis... per a evitar-nos l'obligació de prendre decisions cada dia i haver d'improvisar. Però aquest fet comporta una disminució de la gratificació i la satisfacció respecte a la nostra conducta; la vida es fa avorrida. Aleshores sorgeix "l'ànsia d'emocions", que es pot expressar o satisfer per mitjà de l'esport. En el primer cas ens referim als esports de risc, com parapent, rafting, *blue water sailing*, quilòmetre llançat en esquí, escalada alpina. En el segon, a l'assistència a *shows* esportius en els quals es produeixen efectes especials, emocions, sorpreses, de maneres diverses. Entre altres, cal citar les normes que regeixen la compra-venda de jugadors en certs esports per a garantir més incertesa en les competicions, augmentar el nombre de competicions atractives encara que sigui a costa de la salut dels esportistes (tennis, per exemple), gran publicitat dels rècords assolits i planejar competicions que enfrontin grans figures.

Les raons de l'interès econòmic de l'esport

En tercer lloc, examinarem les raons per les quals l'esport ha esdevingut un sector de l'economia molt dinàmic i en creixement.

La satisfacció no té límits naturals

La demanda quant al que l'esport pot oferir —salut, posada a punt, aparença corporal, diversió i benestar, sensacions— sempre es pot estimular i fer créixer:

- La salut mai no és segura i preocupar-se'n és una qüestió interminable. Sempre cal fer-se noves proves per a controlar-la i nous esforços per a millorar-la. La salut no és un bé que es pugui estalviar, és a dir, invertir en la joventut i consumir en la vellesa. La salut ha de ser cultivada permanentment.
- Per a conservar el benestar cal una estimulació permanent. En general, quan s'ha arribat a un cert nivell de benestar, aquest esdevé un costum i es fa avorrit. Cal trobar nous estímuls per a tornar-lo a trobar satisfactori. Per això, sempre sorgeixen nous productes, noves modes que es superposen a les anteriors. Els productes perden el seu valor estètic malgrat que continuïn conservant la funcionalitat per a la qual havien estat concebuts.

Les aspiracions són independents entre si

L'esport ja no ho és tot alhora. Mitjançant el seu consum s'aconsegueix un efecte específic mentre que altres són deixats de banda. En els estudis de *fitness* es cultiva la forma del cos; en les piscines recreatives es busca la diversió; mitjançant el yoga es busca la relaxació, i fent *jogging* s'espera mantenir la salut. Així, per una banda, hi ha grups independents de motius —salut, *fitness*, diversió, benestar, sensacions— i, per l'altra, hi ha nous tipus d'escenaris específics. Per això, és possible satisfer els objectius plantejats ràpidament i sense haver d'esquivar obstacles que impedeixin arribar-hi. S'ha observat que els èxits comercials més importants s'assoleixen allà on "es fa diana" amb relació a les aspiracions concretes dels clients; aquest és el cas actual dels centres d'aeròbic, *jogging*... La millora de l'oferta, la seva eficàcia, s'aconsegueix per mitjà d'una diferenciació cada cop més gran enfocada directament als desigs individualitzats de cada persona. Tot allò que no té relació directa amb les aspiracions expressades —repeti-

ció monòtona d'exercicis, rituals, entrenament a llarg termini— és eliminat o deixat de banda (Heinemann, 1989).

S'observa una "desinstitucionalització" i una "desregularització"
Per desinstitucionalització s'entén que l'esport ja no l'ofereixen exclusivament institucions específiques, com són els tradicionals clubs esportius. La pràctica de l'esport s'ofereix cada cop més al marge d'un marc institucional com l'esmentat. Fer surf, navegar, anar en bicicleta, esquiar són exemples d'activitats no organitzades, informals, formes individuals de satisfacció de l'interès per l'esport i el moviment de cadascú. Per desregularització s'entén un augment de les maneres de jugar o de practicar esport que no estan sotmeses a normes estrictes o a les lleis de la competició i que, per tant, queden al marge de l'esport tradicional; s'ofereixen pràctiques amb normes cada cop menys estrictes. Un exemple podrien ser els tipus d'activitats que ofereixen les "festes del joc i l'esport" que són cada cop més freqüents a Espanya. Aquestes susciten el desenvolupament de la creativitat i l'espontaneïtat, no cal tenir grans habilitats, es duen a terme en espais no convencionals, els entrenadors passen a ser animadors, etcètera. Aquest nou concepte d'esport permet fer ús de les habilitats motrius quotidianes i, per tant, de les pròpies competències corporals. Es flexibilitza el ventall d'ofertes i les maneres de practicar. Els desigs d'assolir la *performance* absoluta no són gaire grans i no sol ser necessari tenir dots especials per a practicar. Els obstacles en raó de l'origen social, el sexe o l'edat són més fàcils de superar.

El consum de l'esport es complementa amb altres elements propis del temps lliure
L'esport va unit a distracció, educació, vacances, cultura i comunicació social. Es difuminen les fronteres amb altres activitats d'expressió i moviment corporal, com la dansa i el teatre, per una banda, i la meditació corporal, el ioga, "l'entrenament autogènic", la dansa terapèutica, "l'eutonia", per l'altra. També es desdibuixen les fronteres amb altres activitats del temps lliure i, així, es fan vacances que cerquen diversió, relaxació, comunicació social, joc i ruptura amb la monotonia quotidiana.



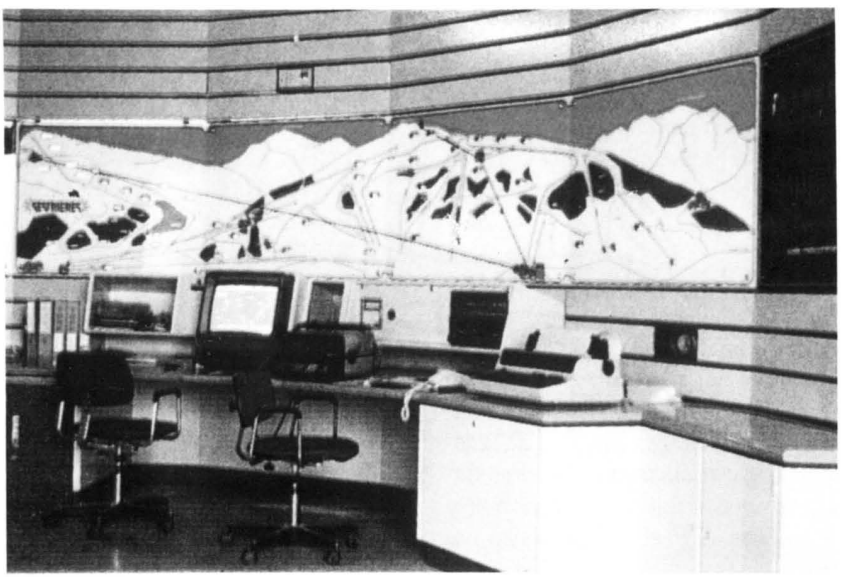
II. Raons socials dels canvis esdevinguts en l'esport

En la primera part d'aquest article hem descrit l'esport com un producte de consum. El pas següent és reflexionar sobre els fonaments socials que expliquen aquesta transformació de l'esport.

El creixement quantitatiu de l'esport

En primer lloc, s'observa que els canvis tenen a veure amb un fenomen de tipus quantitatiu. Per la nostra nacionalitat, només podem donar exemples referits al cas alemany.

- L'enorme creixement que ha sofert l'esport pot apreciar-se veient l'increment de les persones adherides a clubs esportius a Alemanya: el 1960 eren 5,3 milions; el 1970, 10 milions; el 1980, 17 milions, i el 1990, 23 milions. Amb tot, encara ha estat més gran el creixement del nombre de practicants d'esport fora dels clubs. En aquest sentit, es pot dir que aproximadament el 60% de la població fa esport d'una o al-



L'esquí actualment.
Avui dia les estacions d'esquí alpí estan molt tecnificades i hi ha una complicada trama de serveis (agències de viatges, fabricants de material, hotels, professionals...) que faciliten l'accés a aquest esport amb un mínim d'iniciativa personal



tra manera. No hi ha cap altre sector del consum amb un creixement comparable.

- La conseqüència d'aquest creixement és que desapareix l'homogeneïtat dels grups que practiquen esport. L'esport va ser durant molt de temps un àmbit propi dels homes joves de classe mitjana; l'esport era més atractiu per als joves que per als adults, agradava més als homes que a les dones i atreia més als membres de la classe mitjana o alta que als de la baixa. Aquesta situació ha canviat radicalment. Nous grups accedeixen a l'esport: adults, gent gran, dones, esport en família... A més, hi accedeixen grups específics com disminuïts, emigrants, malalts convalescents. Tots ells tenen habilitats diferents, interessos diversos quant al seu rendiment, motivacions desiguals, i, per tant, l'esport es va heterogeneïtzant.

L'esport serà cada cop més un esport de temps lliure per "als adults eternament joves". Aquestes persones no són grans ni no-esportistes. Al contrari, faran tot el possible per a mantenir-se joves, dinàmics, en forma, amb salut i capaços de rendir. Tot això, especialment, per a envellir millor, oferir una imatge adequada i ser acceptats socialment. Per a aquest grup, l'esport no solament és important amb relació al cos, sinó també —i progressivament— com un mitjà de relació social i d'autorealització.

Ampliació del ventall de possibilitats

En realitat, aquest creixement quantitatiu no explica el fet que, avui dia, quasi tothom pugui accedir a l'esport i al temps lliure. Aquest procés, però, també s'ha produït. Les persones de la societat industrialitzada mai havien tingut tantes possibilitats en la seva vida quotidiana. Això s'explica per dos motius:

- El temps de treball —com a mesura del temps setmanal, anual i de la vida mateixa— s'ha reduït cada cop més. Alhora, l'esperança de vida s'allarga. Les persones es veuen cada cop menys condicionades i encotillades per les seves condicions professionals i laborals. La justificació de la vida mitjançant el treball minva i augmenta la necessitat i les possibilitats d'organitzar individualment el temps.
- Aquest augment del temps lliure va acompanyat d'un augment dels patrimonis familiars gràcies a la qual cosa sorgeix la possibilitat d'optar per les múltiples ofertes que s'ofereixen. A Alemanya —i d'una manera o d'una altra en el conjunt de les societats modernes— s'ha donat una situació que ha afavorit la constitució de patrimonis força respectables. La infrastructura destinada a cobrir les primeres necessitats —mobles, pis, cotxe...— està comprada i pagada; la liquiditat de les llars augmenta o es manté; finalment, cal destacar l'acumulació de patrimonis per mitjà d'herències procedents de capitals acumulats després de la Segona Guerra Mundial. En aquest sentit, es parla de la "generació d'hereus". En altres paraules, cada cop més, una part dels ingressos queda disponible per a activitats com les vacances i el temps lliure. Aquesta part, a Alemanya, s'estima que actualment representa un 39% d'un salari mitjà i es calcula que augmentarà fins a un 50% l'any 2000. Aquest desenvolupament és més important pel fet que és freqüent que en una família hi entrin dos sous, ja que cada vegada hi ha més dones qualificades que tenen una professió pròpia. Tot això significa també que, en la conducta de consum del temps lliure, no solament es valora el preu, sinó també la qualitat.

Individualització i diferenciació dels estils de vida

En el rerefons d'aquesta ampliació del ventall de possibilitats hi ha una evolució que es pot descriure amb les paraules individualització i diferenciació dels estils de vida. Els models tradicionals de conducta determinats per factors socials, com la classe social, els grups ocupacionals, el sexe i l'edat, perden importància. Instàncies com la religió, la tradició, la família i la professió tenen menys rellevància a l'hora de donar sentit a les actuacions individuals. Això és el resultat de molts canvis —alguns d'ells molt ràpids— en les situacions de vida individuals. Cada persona pot tenir, i de fet ha de tenir, una concepció pròpia sobre com desitja organitzar la seva vida. En aquest sentit, desenvolupa la seva identitat d'acord amb les seves imatges i els seus desigs. Aquest procés no es du a terme d'una manera totalment independent dels altres, però tampoc a càrrec de les instàncies i dels factors socials esmentats anteriorment. Aquest desenvolupament cap a la pluralitat i la diferenciació es pot apreciar amb molta claredat en les activitats de temps lliure, les quals permeten la construcció de la pròpia identitat per mitjà de múltiples aconteixements i experiències. En aquest context —que també inclou l'esport— la persona pot expressar lliurement els seus desigs, realitzar les seves pròpies aspiracions i els seus interessos individuals, quedar al marge de les pressions quotidianes, expressar la seva pròpia espontaneïtat i autorealitzar-se (Heinemann, 1990).

Canvi de valors

Investigacions sociològiques sobre el canvi de valors en la nostra societat indiquen una disminució de la importància dels valors competitius en la vida social (èxit professional, triomf social...). "Moltes investigacions sobre aquest problema indiquen que l'ètica del treball ha perdut influència. Especialment entre els grupos de joves, es manifesten valors que es fonamenten fora del món del treball" (Digel, 1986). Aquest fenomen és especialment palès en el sector dels serveis i el dels estudiants.

Una dada simptomàtica d'aquest procés és el sentit amb què s'utilitza actualment la paraula "diversió" ("Spaß", en alemany). Cada cop més esdevé un vocable que no solament serveix per a designar un aconteixement determinat, sinó que té una connotació social. No es diu, per exemple, "hem guanyat", sinó més aviat "ha estat divertit" o, en alguns casos, "ha estat "guay" (per al cas espanyol). Aquest exemple mostra com l'orientació cara a un resultat futur es va substituint pel gaudi del present, la qual cosa també té molta importància per a l'esport. Tal com s'ha descrit al començament de l'article, l'esport tradicional redueix el present perquè s'orienta principalment cap als èxits futurs. Aquest no és el sentit d'un esport "expressiu", sinó que persegueix, més aviat, el gaudi del present i una reducció dels problemes quotidians, el futur i la consecució d'uns objectius a llarg termini.

Canvi en la concepció del cos

El desenvolupament de l'esport en la societat moderna és el resultat d'una evolució de la concepció del cos. Segons la concepció tradicional, es pot perfeccionar el control i el rendiment del cos si en prenem consciència. El cos és un instrument sobre el qual es pot disposar però sobre el qual també es té una responsabilitat (Hahn, 1987).

Tanmateix, aquesta concepció perd pes i n'apareixen altres que la contradiuen. Sorgeixen noves actituds davant el propi cos i noves maneres de cultivar-lo. Apareixen moviments que proposen descobrir el cos, les seves sensacions i necessitats (Klein, 1984; Rittner, 1983), se suggereixen actituds corporals més lliures i menys rígides. La vergonya sobre el propi cos minva. Els ideals del cos —salut, estar en forma, estar prim, ser esportiu— tenen molta importància en la construcció de la pròpia identitat. Es desenvolupen tendències —especialment en l'àmbit del *body building* (Honer, 1989)— segons les quals el cultiu del cos no solament representa la millora de la imatge sinó de la pròpia identitat. Així doncs, es desenvolupen nous ideals corporals; el benestar corporal és un valor en si i la identitat es construeix també mitjançant el cos.

Imatges de la salut

En connexió amb els punts anteriors, la recerca de la salut, la posada a punt corporal i el perfeccionament del cos —especialment entre les persones de trenta anys o més— adquireixen cada vegada més importància. Això va lligat a un canvi en el panorama de les malalties. Les malalties de la naturalesa (verola, tuberculosi, malària, pesta...) perden importància i, en canvi, en sorgeixen altres de civilització (cor, úlceres d'estómac, alguns tipus de càncer...) causades per una mala adaptació del cos, la persona i l'ambient.

Aquestes malalties provenen de l'esmentada instrumentalització del cos. El cos és el punt més dèbil i molest d'un sistema de vida organitzat de manera que tendeix a l'eficàcia i a la racionalitat. Per això, augmenta el desig de compensar i controlar aquesta situació i, en conseqüència, l'interès per la salut passa a ser un dels temes determinants de la vida quotidiana.

III. Conseqüències dels canvis en l'esport

Aquest canvi de l'esport cap un producte de consum determina algunes conseqüències que, alhora, influeixen en l'evolució de l'esport.

Pèrdua d'autonomia

L'esport va perdre l'autonomia i la independència a causa de la influència creixent de terceres parts i a causa del fet que està integrat en altres sistemes. Noves tecnologies i el coneixement científic en determinen la pràctica: l'esport és al servei dels mètodes terapèutics; els interessos de l'esport i l'economia es barregen de modes diversos, i l'esport és una part indispensable dels programes emesos pels mitjans de comunicació.

L'esport és, molt especialment, un focus d'interessos comercials. Les modes esportives que es van succeint, les múltiples activitats que van sorgint, la falta de control de tot el sistema esportiu per part de les associacions esportives tradicionals i l'ús d'espais no convencionals són noves tendències que obren mercats molt dinàmics que ofereixen grans possibilitats d'obtenir beneficis. Això explica el ràpid creixement de la indústria de l'esport, especialment la d'alguns esports promoguts i desenvolupats des del medi industrial (surf, esquaix) i els antigament elitistes que s'han popularitzat en els últims temps, (tennis i golf). En el centre dels interessos comercials hi ha els esports individuals, fruit de corrents de moda, que són populars en períodes curts, la práctica dels quals exigeix material i vestits costosos alhora que uns processos d'aprenentatge relativament difícils. No solament l'esport d'alt nivell està controlat per les regles de la racionalitat econòmica, sinó que totes les seves expressions ho estan.

Inseguretat en la planificació

Cada cop és més difícil, per a no dir impossible, planificar les instal·lacions, els programes i altres ofertes esportives en general. La demanda canvia influïda per les tendències de la moda i, per això, és difícil fer pronòstics. Quin serà l'esport desitjat en el futur? Quines seran les necessitats de moviment? Quines noves cultures corporals sorgiran? Quines pràctiques desapareixeran? Aquesta dificultat de pronosticar la demanda fa molt difícil la planificació de les instal·lacions esportives, que poden durar 50 anys o més, i que s'adapten a determinades pràctiques però que n'impedeixen d'altres. En síntesi, cal indicar que ens trobem davant una situació segons la qual s'ha de planificar per a una demanda desconeguda.



Destrucció del medi ambient

A causa del creixement de l'esport com a consum, s'observa que cada cop incideix més en els problemes del medi ambient. Per una banda, calen grans paisatges i l'ús de recursos naturals —com és el cas de l'esquí, el golf, la vela, la bicicleta de muntanya, els quals poden produir alhora una destrucció de l'entorn—. Per l'altra, calen terrenys per a construir infrastructures com carreteres, aparcaments, etcètera. Aquestes conseqüències són més importants en els grans aconteixements esportius, com va ser el cas dels Jocs Olímpics d'hivern a Albertville. També cal esmentar els problemes del medi ambient produïts pel trànsit derivat dels desplaçaments dels esportistes i les molèsties a causa del soroll que fan. A Alemanya, hi ha força instal·lacions esportives —tennis i futbol— que només s'usen en determinades hores després que els veïns protestessin pel soroll que s'hi feia.

Ampliació de sectors professionals

Finalment, una altra conseqüència és l'ampliació dels sectors professionals de l'esport i les perspectives que ofereix. No hi ha dubte que l'expansió de l'esport com a indústria ha obert noves possibilitats als seus professionals en els sectors de la salut, el turisme, la indústria del material esportiu, les empreses de serveis i les comercials, l'espectacle esportiu, etcètera. Tanmateix, aquestes possibilitats del mercat només es poden aprofitar en condicions especials que estan relacionades amb determinats coneixements que abans no eren necessaris per als professionals de l'esport. Es tracta, entre d'altres, d'economia, de medicina esportiva... però, sobretot, d'una sensibilitat especial per a conèixer les necessitats i els desigs individuals de cada client.

IV. Consideracions finals

En aquest article no volem donar la impressió que l'esport ja només és un producte de consum. Evidentment també se'n continua practicant segons els esquemes tradicionals. Amb tot, la novetat és que les imatges, les maneres de fer esport, són molt variades i contradictòries; no es pot observar una tendència única, sinó vàries.

D'una banda, trobem formes d'esport en les quals la individualitat i l'autorealització són dominants. De l'altra, hi ha moltes ofertes en què l'esport está molt planificat. S'observa un creixement del nombre d'esportistes que busquen relacions, tranquil·litat, esbarjo... però també augmenten els esports d'esforç (marató, triatló, curses de 100 quilòmetres...). Si bé creix la importància dels esports amb reglamentació universal (futbol, bàsquet, tennis...) també es recuperen els esports i els jocs populars (frontó, pilota a certs indrets d'Espanya i *bosseln* al nord d'Alemanya, per exemple).

El que és realment específic d'aquesta nova cultura de l'esport és el seu caràcter contradictori i polivalent; aquestes característiques fins i tot poden arribar a ser observades en un mateix esportista. Per tant, es molt difícil —per a no dir impossible— fer una descripció tancada, una caracterització completa i una explicació totalment consistent de l'evolució i la situació de l'esport en la societat moderna.

Bibliografia

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

DIETRICH, K., HEINEMANN, K. i 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. i BECKER, H. (Red.) (1986) *Die Zukunft des Sports*. Schorndorf.

HAHN, A. "Kann der Körper ehrlich sein?", en GUMBRECHT, H. i PFEIFFER, K.L. (Hrsg.) (1987) *Materialität der Kommunikation*. Frankfurt.

HEINEMANN, K. "Der nicht-sportliche Sport", en DIETRICH, K. i 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 Körpor im Sport", en KLEIN, M. (Hrsg.) (1984) *Sport und Körper*. Reinbek.

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

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

RITTNER, V. "Sport als ökonomisches Interesseobjekt", 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,
Universitat Autònoma de Madrid.

MARC CONCEPTUAL: LES ACTIVITATS ESPORTIVO-RECREATIVES

Resum

En aquest article es fa una descripció molt general dels diferents aspectes que contribueixen a explicar les activitats esportivo-recreatives; l'evolució dels conceptes temps lliure, oci i recreació des dels orígens fins a l'actualitat; la relació i l'evolució del temps de treball i la seva relació amb el temps lliure, i les diferents perspectives de l'oci des del punt de vista de diversos autors. S'explica també el concepte actual de recreació com la necessitat de l'ésser humà de saber fer una activitat vital que constitueixi un complement de la seva formació. Així mateix s'exposen les diferències que hi ha entre les activitats recreatives: les activitats receptives i les executives; les seves característiques, la relació de l'esport amb l'oci, una classificació de l'esport i de l'esport oci. En definitiva, aquest article és més una exposició de matisacions aïllades en les quals s'enfatitzen els aspectes puntuals que no pas un treball del qual es puguin extreure unes conclusions generals.

***Paraules clau*: temps lliure, oci, recreació, activitats esportivo-recreatives.**

Evolució del temps lliure, l'oci i la recreació

Encara que en la base de la nostra cultura occidental hi ha diferents maneres d'utilitzar el temps lliure, sobretot en els pobles o ciutats que podien assegurar políticament la llibertat completa dels seus ciutadans (Esparta, Atenes i Roma en l'antiguitat) i en les comunitats religioses, els guerrers i els jocs populars del poble de l'edat mitjana, el cert és que el veritable oci està unit a la prosperitat econòmica.

És un problema de nivell de vida que es comença a notar en l'edat mitjana, quan sorgeix la burguesia (més drets, més seguretat, acumulació de béns que es transmeten, apreciació dels avantatges de l'educació, formació de gremis) a la qual la prosperitat assegura grans dosis d'oci. En aquesta època, per mitjà del joc, es podia demostrar la riquesa o el poder d'uns pocs sobre la resta.

L'oci, en aquest sentit, crea també distàncies entre classes. El poble també juga, però molt menys, i la característica d'aquests jocs és la de ser generalment derivats del tipus de treball (jocs populars).

La història de l'oci canvia ben poc fins al segle XX; només unes quantes persones tenen temps per a desprendre's del treball. A partir de 1920 té lloc un canvi total: l'oci comença a ser reconegut com un valor inqüestionable des del moment en què es redueixen les hores de treball. Sorgeix una situació imprevista: Què fer amb el temps lliure? És quan s'introdueixen la lectura, l'amor a la naturalesa, el turisme, el cine, que durant les dues guerres mundials va omplir gran part de l'oci, i les competicions esportives.

Paral·lelament, la classe obrera s'estructura socialment i crea grans organitzacions, centres d'estudi, moviments juvenils, etcètera. També ho fan la burguesia i l'aristocràcia, les quals restauren els jocs olímpics, creen moviments de joventut i federacions internacionals.

Després de la Segona Guerra Mundial, els progressos socials i econòmics han anat alliberant l'home de les xacres de l'edat mitjana (por, temor a la vellesa, inseguretat, malalties) i pren força el concepte que la vida val la pena viure-la. El treball no es esclavitud, sinó que s'entén com la contribució de cadascú a la prosperitat econòmica i la llibertat entre les hores de treball és una petició legítima.

Dumazedier, un autor clàssic en els estudis sobre l'oci, ens dóna una panoràmica encertada de l'evolució i la implantació de l'oci en les societats modernes.

Malgrat que molts intel·lectuals, quan parlen de la societat, no tenen en compte l'existència de la noció d'oci, és clar que actualment es troba en el centre de la cultura de milions de treballadors i que no es pot parlar de la societat sense reflexionar sobre la incidència de l'oci.

D'on ve i cap on va l'oci?

En l'època de Karl Marx la durada mitjana de la jornada laboral era de sis dies i tretze hores diàries (78 hores setmanals). En l'època de Dumazedier (1940-1950), era d'unes 45 hores per setmana, amb tres setmanes de vacances pagades. Actualment la jornada laboral és de 37 a 40 hores setmanals; en moltes empres es treballa cinc dies la setmana i les vacances s'han allargat fins a quatre setmanes l'any. Es calcula que el treballador industrial i urbà té més de 2 o 3 hores diàries de temps lliure.

A partir d'aquests fets (reducció de la jornada laboral, augment del nivell sòcio-econòmic de gran part de la pobla-

ció, més relacions socials, canvi en els hàbits culturals i augment de l'oferta pública i privada en institucions i programes) s'ha anat passant de conceptes com "el treball com a essència de l'home" o "el treball justifica el benefici i qualsevol activitat que segui inútil per a la societat és una activitat menor" (Marx i Max Weber) a un concepte que defineix una activitat moral de la diversió.

Per a Weber tota la història de la humanitat és un ascens cap a la racionalització en forma d'un increment progressiu del rendiment i l'eficàcia. Per a aconseguir-lo, segons Weber, hem de canviar la conducta; per això ens diu que ha estat el carisma el motor de la història perquè només aquest pot motivar les conductes i dinamitzar-les. També indica que el més poderós carisma inventat fins al moment per la humanitat ha estat l'ètica protestant, consubstancial a l'esperit del capitalisme, que estén a tots els nivells socials la recerca del rendiment i l'eficiència.

L'esport difós al llarg del segle XX per tot el món és un producte típic de la societat industrial, que aplica l'esperit del capitalisme al cos i al moviment humà.

Davant d'aquesta visió de l'esport com a quelcom essencialment competitiu, reflex fidel del treball, s'estén aquesta altra idea segons la qual l'esport s'inclou en el concepte modern d'oci, en el qual primen els conceptes de descans, diversió i recreació.

Què és l'oci?

Tot i que ha estat Friedman el primer especialista en ciències humanes que ha reconegut la importància social de l'oci, i en particular de l'oci esportiu, utilitzarem, pel seu interès quant a allò que estem tractant, les obres de Dumazedier qui, per mitjà d'un mètode experimental, va aconseguir distingir amb precisió el que va ser, el que és, i el que probablement serà l'oci del nostre temps i del futur.

Una enquesta duta a terme simultàniament en totes les regions de França va constatar que el 60% dels enquestats definia l'oci, en primer lloc, per oposició al treball professional, a les tasques domèstiques, a les activitats rituals, familiars i altres i, en general, a totes les activitats interessades, tot i que els subjectes enquestats no excloïen les activitats tendents a la millora general de les aptituds.

D'acord amb aquests resultats, es va elaborar una definició, a títol provisional, que servís com a instrument de treball amb vista al futur, definició que Cagigal examina, com veurem més endavant, des d'una perspectiva moderna.

Aquesta definición és la següent: "L'oci és un conjunt d'ocupacions a les quals l'individu pot lliurar-se per la seva voluntat, sigui per a descansar, per a divertir-se, per a desenvolupar la seva participació voluntària, la seva informació o la seva cultura, després d'haver-se alliberat de totes les obligacions professionals, familiars o de qualsevol altre mena" (Dumazedier).

En aquest projecte d'estudi comparatiu del 1957, editat per la Unesco, hi ha un intent de classificar les diferents categories d'oci:

I. Ocupacions implicades en les obligacions.
II. Ocupacions dominades per la necessitat de descansar.
III i IV. Ocupacions inspirades per la necessitat de distreure's.
V i VI. Ocupacions dominades per les necessitats culturals.
VII. Ocupacions regides per la necessitat de participar en el funcionament de grups espontanis o organitzats.

Com hem vist, Dumazedier (1964) indica com a funcions principals de l'oci:

- El descans: allibera de la fatiga i del desgast físic i psíquic.
- La diversió: ens allibera de l'avorriment del treball i de la vida aïllada en les grans ciutats.
- El desenvolupament de la personalitat: permet la participació social, la creació de noves formes, etcètera.

Aquestes funcions són solidàries i estan vinculades íntimament, encara que hi hagi graus variables entre elles i les persones (segons el que busqui cadascú):

- Homo Faber. Domini del treball sobre tota la resta de coses.
- Homo Ludens. Domini del joc i dels elements creatius.
- Homo Sapiens. Rebuda constant d'informació.
- Homo Sociens. Predomini de l'element social.

Podem dir, sense por a equivocar-nos, que som en aquests moments en un període de transició, a la recerca d'una nova civilització en què l'oci domini per damunt del treball.

Per a Marx, l'oci és "l'espai del desenvolupament humà"; per a Proudhon és "el temps de les composicions lliures"; per a Auguste Comte és "la possibilitat de desenvolupar l'astronomia popular', i Engels reclama la disminució de les hores de treball perquè es dediqui temps a la participació en les activitats generals de la societat.

Què és el temps lliure?

Hi ha una certa confusió a l'hora d'emprar les paraules "oci" i "temps lliure". De fet, en molts casos, s'usen indiscriminadament i les diferències són difícils de discernir. Per això utilitzarem l'obra dels sociòlegs americans Norbert Elias i Eric Dunning (1992).

Aquests autors han fet un estudi del temps lliure i han classificat totes les activitats possibles en cinc apartats:

- Treball privat i administració familiar.
- Descans, sobretot dormir.
- Satisfacció de necessitats biològiques.



– Sociabilitat.
– Activitats mimètiques o de joc.

D'acord amb aquesta classificació, podem comprovar que no tot el temps lliure és oci, i, per tant, només una part d'aquest temps lliure es pot dedicar a l'oci o entendre'l com a tal.
Durant el temps lliure que dediquem a l'oci és quan les persones, la societat en general, satisfà la necessitat psicològica i social de fer les activitats que hem definit, d'acord amb Dumazedier, com a recreatives.
Posteriorment, els autors analitzen allò que ells anomenen "l'espectre del temps lliure" amb la intenció d'aclarir definitivament les diferències entre l'oci o la recreació i el temps lliure i indiquen que les activitats recreatives són activitats de temps lliure, però no totes les activitats de temps lliure són recreatives (vegeu el quadre 1).

L'espectre del temps lliure segons Elias i Dunning

Rutines del temps lliure

- Satisfacció rutinària de les necessitats biològiques i cura del propi cos; és a dir, menjar, beure, descansar, dormir, fer l'amor, fer exercici, rentar-se, banyar-se, repondre's de les malaties.
- Rutines de la casa i de la família, mantenir la casa en ordre, administrar les despeses de la casa, educar els fills.

Activitats intermitges del temps lliure
Tendents, principalment, a satisfer necessitats recurrents d'orientació o autorealització i expansió:

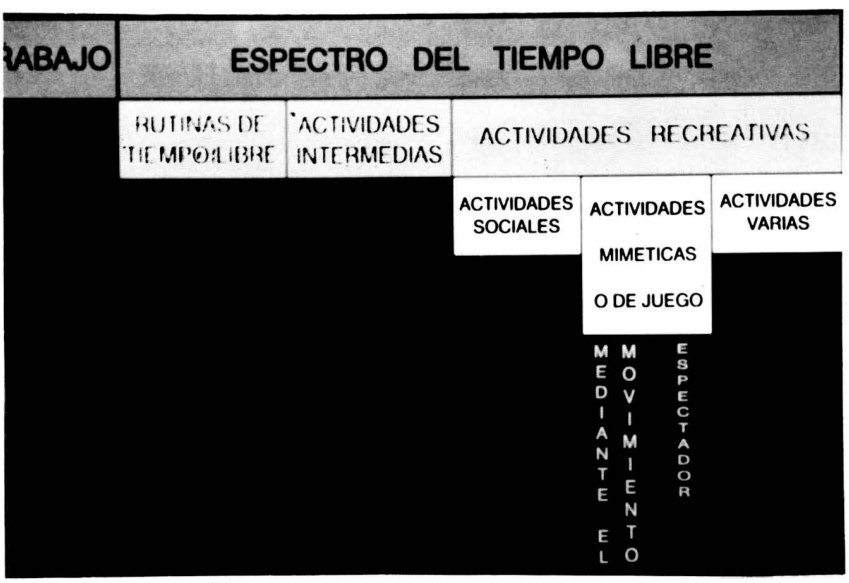
- Treball voluntari privat, fet principalment per a altres; és a dir, participació en assumptes de la localitat, com eleccions, activitats caritatives, etcètera.
- Treball privat fet principalment per a un mateix, de caràcter exigent i sovint impersonal; és a dir, estudiar amb vistas a progressar en el lloc de treball, practicar aficions tècniques sense un valor ocupacional obvi però que requereixen perseverància, estudi especialitzat i habilitats, com construir ràdios o l'astronomia.
- Treball privat fet principalment per a un mateix d'una naturalesa més lúdica i que plantegi menys exigències; és a dir, practicar afeccions com la fotografia, el bricolatge o col·leccionar segells.
- Activitats religioses.
- Activitats de naturalesa més voluntària, menys controlada socialment i sovint casuals, que van des de les maneres més exigents i menys entretingudes d'obtenir coneixements, fins a les menys serioses i més entretingudes, amb molts matisos intermitjos, com llegir diaris i revistes, escoltar una xerrada sobre temes polítics, assistir a classe d'adults.

Activitats recreatives

– Activitats purament o principalment socials, com assistir a reunions en certa manera formals (casaments, enterraments o banquets).
– Activitats mimètiques o de joc:

  - Activitats relativament organitzades, com representacions teatrals o un partit de criquet o de futbol. La majoria de les activitats mimètiques comporten cert grau de "desrutinització" i alleujament de les tensions mitjançant el moviment corporal.
  - Participació, com a espectador, en activitats mimètiques molt organitzades sense formar part pròpiament de l'organització, com veure un partit de futbol.
  - Activitats no organitzades, com ballar, excursionisme, etcètera.

– Activitats diverses, menys especialitzades, com, per exemple, viatjar, tenir relacions amoroses, prendre el sol, etcètera.



Quadre 1

L'espectre de temps lliure ens indica les principals activitats de temps lliure en societats com la nostra. Amb la seva ajuda podem diferenciar clarament les activitats de temps lliure i les recreatives. Una activitat de temps lliure té la naturalesa de treball, si bé d'un tipus de treball diferent de l'ocupacional; altres activitats de temps lliure són voluntàries, tot i que no totes són voluntàries ni totes són plaents, i algunes estan molt "rutinitzades". Les caracte-

rístiques de les activitats recreatives només poden ser enteses quan són vistes no únicament amb relació al treball ocupacional, sinó també amb les diverses activitats de temps lliure no recreatives. Es així com l'espectre del temps lliure contribueix a precisar el problema de l'oci.
D'acord amb els mateixos autors, podem indicar les característiques distintives de les activitats recreatives:

- El grau de "rutinització" sol ser menor que el de les altres activitats de temps lliure.
- Les activitats recreatives tenen un grau elevat d'emocionalitat, aspecte normalment prohibit en altres activitats de temps lliure i, sobretot, en activitats ocupacionals.
- El grau de voluntarietat i l'elecció individual és molt més gran en les activitats recreatives.
- Les activitats recreatives comporten freqüentment certs riscos. Tendeixen a desafiar la reglamentació estricta de la vida rutinària de les persones sense posar-ne en perill la subsistència i la posició social. Permeten que la gent es relaxi o es burli de les normes que governen la seva vida no ociosa, i que ho faci sense pensar en la consciència o en la societat.
- La sociabilitat té un paper bàsic en la majoria de les activitats recreatives.
- La recreació és sempre una activitat voluntària i mai obligatòria.

Concepte actual de la recreació

Com a professors o com a responsables de la formació humana, hem de conscienciar-nos del fet que l'ésser humà té una tendència universal a l'oci. És a dir, ens dirigim cap a un punt ideal on l'home treballa tan poc com pot, obté el màxim salari i disposa de molt temps lliure per a ell i les seves activitats no ocupacionals.
El problema sorgeix quan es constata que molt pocs éssers humans estan preparats per a utilitzar de manera adequada aquest temps lliure. Només cal observar els llocs d'estiueig, els parcs o simplement les llars, on predominen insistentment els entrenaments passius com a principals mitjans de recreació. L'home necessita sortir de la rutina d'obligació i deixadesa, i requereix cada cop més una formació que li permeti ordenar totes les seves possibilitats de desenvolupament, enriquir-se amb una gran varietat de pautes culturals que facin possible la participació activa; per a això utilitza la seva creativitat i afavoreix l'augment de la seva vida interior.
En resum, ja que el món té una tendència clara cap a l'oci, cal que dirigim les nostres aptituds docents cap a la formació de nens, joves i adults per tal que puguin fer un ús sa de l'oci al llarg de tota la seva vida, entenent que les activitats recreatives no són un complement de la vida seriosa o ocupacional, sinó que són tan fonamentals com el treball, el son o l'alimentació.
També cal indicar que, com més formació cultural tenen les persones, més possibilitats tenen d'escollir, ja que coneixen més coses i saben més. Al contrari, la limitación de pautes culturals limita l'accés a nombrosos tipus de recreació. Per això la persona inculta no aprecia, perquè no les coneix, les nombroses activitats d'esbarjo que la vida quotidiana li ofereix.

Classificació de les activitats recreatives

Hi ha dues formes bàsiques de recreació: la primera és aquella en la qual les persones connecten passivament amb els continguts recreatius, l'actitud és només receptiva (lectura, espectacles, televisió); en la segona, l'home actua directament, és actor dels seus processos recreatius.

- *Activitats receptives*: lectura, audició musical, assistència a conferències, espectacles teatrals, cinematografia, radiotelefonia, televisió, informàtica.
- *Activitats executives*: conversa, passejades, activitats expressives, tenir cura d'animals, esports, filantropia, cuina, dansa, composició escrita, experiments, dramatitzacions, jocs, cançons, interpretació musical.

Tot i que la llista d'activitats no és completa, ens dóna una idea de la immensa gamma de possibilitats que ens ofereix la recreació amb vista a triar les que ens agradin. L'home les necessita ambdues i mai no hauria d'haver-hi un domini absolut d'una forma o d'una altra. Com a docents hem de ser conscients del fet que es descarten les activitats purament d'entreteniment, i hem de donar importància a les formes purament recreatives.

Característiques de les activitats recreatives

Una activitat es considera purament recreativa quan:

- S'efectua lliurement i espontàniament, amb absoluta llibertat per a l'elecció.
- Es fa en un clima i amb una actitud predominantment alegre i entusiasta.
- Es fa desinteressadament, només per la satisfacció que proporciona.
- Deixa un sediment positiu quant a la formació i quant a les relacions socials.
- Dóna lloc, de vegades, a la manifestació de valors que no són els predominants en l'estructura espiritual de la persona.
- Ajuda a alliberar les tensions pròpies de la vida quotidiana.
- No espera un resultat final, sinó que només busca el gust per la participació.

Per a tancar el tema de la recreació, citarem, per considerar-ho d'interès, els 19 principis de la recreació donats a conèixer per la National Recreation Association dels Estats Units durant la dècada dels trenta i la forma d'acció del professor sobre cadascun d'ells, tot i que és evident que, d'acord amb l'èpo-



ca en què van ser formulades, algunes apreciacions no tenen relació amb el moment actual.

- Qualsevol nen necessita prendre part en jocs i en activitats que afavoreixin el seu desenvolupament i que han causat plaer al llarg de la història: enfilar-se, córrer, rodar, caminar, nedar, ballar, patinar, jugar a pilota, cantar, tocar instruments musicals, fer teatre, fer coses amb les mans.
- Qualsevol nen necessita descobrir quines activitats li ofereixen més satisfacció personal. Ha de ser ajudat per tal que n'adquireixi les habilitats essencials. Algunes han d'estar relacionades amb la natura i es poden continuar practicant en la vida adulta.
- Qualsevol persona necessita practicar certes formes d'esbarjo que ocupin espai i puguin desenvolupar-se en petites fraccions de temps.
- Qualsevol persona necessita conèixer bé cert nombre de jocs d'interior i a l'aire lliure, que resultin tan agradables que mai no hi hagi un moment en què no se sàpiga què fer.
- Qualsevol persona ha de ser ajudada a adquirir l'hàbit de trobar plaer en la lectura.
- Qualsevol persona necessita conèixer bé algunes cançons de bona música per a poder cantar quan així ho desitgi.
- Qualsevol persona hauria d'aprendre a fer alguna cosa bella amb les línees, els colors, els sons i l'ús harmoniós del seu cos. I si no fóra capaç per si mateixa de satisfer-se amb aquestes activitats, hauria de trobar el plaer en la pintura, la talla, l'escultura, la fotografia, la dansa, etcètera que altres realitzen.
- Qualsevol persona hauria d'aprendre a tenir costums actius: a respirar a l'aire lliure i al sol. Com que l'objectiu de la vida és viure i no negociar, les nostres ciutats haurien de planificar-se més per a viure que per a treballar i comerciar-hi. El sol, l'aire, els espais lliures, els parcs i els camps de joc abundants són essencials per a una vida amb satisfaccions permanents.
- Caldria animar totes les persones perquè tinguin una o més afeccions.
- És de gran importància educar el ritme en les persones, ja que sense ritme l'home és incomplet.
- Dedicarem un any de cada deu exclusivament a menjar. Cal procurar que aquesta desena part de la vida humana estigui il·luminada pel joc de la intel·ligència per tal que menjar no sigui una funció precipitada i només fisiològica, sinó una oportunitat per a exercir la companyonia i desenvolupar la personalitat. Menjar ha de ser un aconteixement social i en la llar, quelcom semblant a una veritable cerimònia cordial i íntima.
- La reflexió, la contemplació, el descans i el repós són per si mateixos formes de recreació i mai no han de ser substituïts per formes actives.
- Les activitats recreatives més importants són les que la persona domina d'una més completament, de manera que pugui perdre-s'hi i entregar-s'hi totalment.
- La satisfacció suprema de l'esbarjo només s'obté per mitjà d'alguna autorealització, sigui del tipus que sigui.
- Els tipus d'esbarjo de l'adult, sovint però no sempre, haurien de permetre l'ús de part de les capacitats que no es fan servir en la resta de la vida.
- La persona només haurà triomfat en la seva vida recreativa, en la forma d'activitat que esculli, quan creï en ella esperit de joc i un sentit de l'humor que, en certa manera, es transmeti a les seves hores de treball i l'ajudi a trobar plaer en els petits aconteixements de la vida.
- Els jocs feliços de la infantesa són essencials per a un creixement normal. Les persones normals solen haber estat nens que van jugar bé i alegrement, i continuen conservant més fàcilment aquesta normalitat si mantenen aquests hàbits infantils de joc.
- Participar com a ciutadà en la creació d'una millor forma de vida que tots puguem compartir és un dels aspectes més permanents i satisfactoris de la creació.
- A fi que homes, dones i nens desitgin viure millor aquestes formes de vida, l'experiència ha demostrat la necessitat de l'acció del grup social o de la comunitat (vegeu el quadre 2).

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

Quadre 2. Activitats esportivo-recreatives

L'esport com a activitat d'oci

Un cop fet l'estudi sobre l'oci, el temps lliure i la recreació, i comprovat el lloc que ocupen les activitats esportives en les societats modernes, analitzarem amb detall els aspectes més importants de l'esport i la problemàtica que, en aquests moments, pressiona sobre l'esport entès com a activitat recreativa.

En primer lloc, cal indicar que el moviment modern de l'esport, que s'ha anat estenent per tot el món, és el que sorgeix durant el segle XIX a Anglaterra. Aquest conserva totes les característiques que van imposar els seus creadors i que són un reflex fidel, com ja hem dit anteriorment, de la societat industrial que aleshores sorgia. Igual com en el treball es busca l'increment del rendiment i de l'eficiència, el culte al cos esdevé una necessitat per a augmentar la capacitat d'un individu immers en una societat que cada cop li exigeix més.

En segon lloc, cal dir que no está demostrat en absolut que aquest esport tingui alguna cosa a veure amb els modes anteriors de fer esport; per tant, més aviat sembla un producte característic de la societat industrial.

Aquest esport, molt reglamentat, que es desenvolupa per mitjà de clubs i federacions esportives que han anat estenent la seva influència per totes parts i a tots nivells, inclòs el camp educatiu, està patint un seguit de canvis per a adaptar-se precisament al concepte modern de l'esport recreatiu.

El nostre país, com tots els altres, ha estat totalment colonitzat per aquest corrent esportiu d'origen anglosaxó. Si mirem al nostre voltant, comprovarem que, tant les instal·lacions com els programes i la formació dels quadres dirigents, han rebut una influència absoluta d'aquest corrent, malgrat la nostra cultura esportiva tradicional, riquíssima en possibilitats esportivo-recreatives, i en detriment d'aquesta.

El més antic text espanyol que al·ludeix a aquesta qüestió es refereix a jocs de pilota; apareix en les *Etimologías* de Sant Isidor de Sevilla, redactades cap a l'any 630. Posteriorment, una miniatura del manuscrit de les *Cantigas* del rei Alfons X el Savi representa una escena de joc de pilota en el segle XIII. El famós *Código de las Partidas*, també d'Alfons el Savi, promulgat pels volts de l'any 1265, menciona també el joc de la pilota i prohibeix als clergues que hi juguin, la qual cosa és un clar testimoni de l'enorme popularitat de què gaudia.

L'estudi filològic de la paraula "esport" fet per Miguel Piernavieja ens indica que des dels seus orígens va significar, sobretot, diversió (segles XII i XIII) i una marcada tendència a l'exercici físic. També, però amb menys insistència, apareixen accepcions que indiquen pausa, joc amorós, burla i diversió obscena.

En el *Diccionario de Autoridades*, es defineix l'esport en una primera accepció com a diversió, folgança, passatemps. I després (1737), com l'activitat humana que es manifesta i es concreta en la pràctica dels exercicis físics de manera competitiva (rècord, superació d'un mateix o de l'adversari).

Com podem veure, el sentit i la significació que es dóna de l'esport en el nostre país en diferents èpoques no difereix molt del concepte de l'esport com a activitat d'oci. És solament en els últims anys quan es destaca en l'esport l'aspecte fonamentalment competitiu i se n'obliden els aspectes lúdics.

Per això hi ha actualment un fort moviment que, sense enfrontar-se a la realitat de l'esport molt competitiu, ens indica que hi ha un altre esport al qual poden accedir tota mena d'individus, que és un mitjà valuós d'ocupació del temps lliure i que intenta integrar tot el que es pot recuperar de l'esport tradicional amb els esports moderns, dins del concepte que l'esport és una de les possibilitats més valuoses que tenim per a omplir el nostre temps d'oci.

Aquest esport recreatiu, formatiu, integrador, és eminentment ociós i reuneix, per tant, totes les característiques de l'oci modern, tal com el va definir Dumazedier i que Cagigal va analitzar punt per punt:

Ocupació voluntària: l'esport exigeix generalment una dedicació que dependrà del nivell a què es practica (sempre com a activitat voluntària i no obligatòria).

Descans: per canvi d'activitat o per a restablir l'equilibri perdut per una vida sedentària i de molta tensió (estrès, vida agitada, "idees paràsites").

Diversió: l'esport constitueix una gran possibilitat de gaudi emocional o passional, per mitjà del seu aspecte competitiu o mitjançant l'exercici físic, per a aconseguir tranquil·litat i assossec.

Formació i informació: a aquestes alçades, una formació ociosa deficient s'acusa tant com una formació acadèmica insuficient. L'esport mateix ofereix possibilitats formatives; mitjançant el seu aprenentatge, contraresta el sedentarisme, millora la salut, afavoreix la relació amb els altres, la iniciativa, la creativitat i dóna a conèixer el límit de les nostres pròpies capacitats.

Participació social: la societat individual de les grans urbs i el treball personal, quasi sempre diluït en l'obra col·lectiva, fa que les persones sentin la necessitat de realitzar-se i pal·liar la solitud. Els clubs i les associacions esportives fan possible que es formin grups socials sense prejudicis, on funcionen tots els paràmetres propis de la dinàmica de grup i on tot el món pot expressar i crear d'acord amb un paper determinat (acceptació de les regles, els interessos de grup, l'àrbitre).

Desenvolupament de la capacitat creadora: l'esport ofereix la possibilitat de posar en joc la personalitat, solucionar problemes diversos, discórrer sobre diverses alternatives, prendre decisions. Davant de l'anonimat de la massificació, en l'esport el subjecte pot sentir-se protagonista, actiu.

Recuperació dels estralls produïts pel sedentarisme: la seva prevenció i recuperació es poden fer amb eficàcia per mitjà de l'esport, que ha d'adaptar-se

a les condicions i necessitats de l'individu (vegeu el quadre 3).
Un altre document de referència obligada per a tenir una idea exacta del que s'entén actualment per esport recreatiu és la Carta Europea d'Esports per a Tots, on es defineix l'esport com "una activitat física amb caràcter de joc, que adopta forma de lluita amb un mateix o amb els altres, o constitueix una confrontació amb els elements naturals".

- L'esport, quan s'adapta a les necessitats i habilitats específiques de cada individu, constitueix una font de salut i equilibri.
- L'esport anima l'home a actuar i participar en un camp que queda al marge de les necessitats de la vida quotidiana. Desenvolupa l'afecció de l'home a prendre noves iniciatives i a exercir responsabilitats.
- Dóna a l'home l'oportunitat de conèixer-se, d'expressar-se, de superar-se. Permet disciplinar les accions i augmentar-ne el rendiment. L'allibera de certes limitacions físiques.
- Com a factor de desenvolupament de l'individu i com a part essencial de qualsevol organització social, l'esport contribueix al progrés humà.

Classificació de l'esport

Tot i que s'han formulat diverses classificacions de l'esport, amb diversos criteris, cal destacar en primer lloc que l'esport modern es mou en tres àmbits essencials que podríem entendre com la primera gran classificació de l'esport: l'esport a l'escola, l'esport en les estones d'oci i l'esport de competició.

L'esport a l'escola.

L'esport és des de fa temps una part important de l'educació dels joves. Contribueix no solament a un desenvolupament físic harmoniós, sinó també a la preparació per a l'ús de l'oci de jove i d'adult. Perquè l'home practiqui esport durant tota la vida, cal que en la infantesa adquireixi l'hàbit i el costum de fer-lo. Correspon a l'escola adaptar els seus programes i la seva pedagogia per tal que aquest hàbit i la dita afecció quedin profundament arrelats.
L'esport a l'escola ha de reunir les característiques formatives adequades i adaptades a les necessitats educatives dels programes escolars. És important indicar que aquestes característiques están molt més a prop del concepte de l'esport recreatiu que no de l'esport competitiu, tot i que això s'oblida amb freqüència.

L'esport com a oci

Es referiex a l'esport en sentit modern, és a dir, a una activitat física lliure, espontània, practicada en les hores d'oci i que engloba esports pròpiament dits i activitats físiques diverses; suposa un programa esportiu que busca donar un màxim de possibilitats a un màxim de persones a les quals fixa com a objectiu l'estímul de la participació en tots els àmbits.
L'esport com a oci està dirigit a la població en general, a joves i grans, incloses les persones de la tercera etat. És l'esport recreatiu, les característiques del qual ja hem analitzat detingudament. La diferència bàsica amb l'esport educatiu és que en aquest cas hi ha sempre voluntarietat, i en l'altre és sempre obligatori, ja que és dins del currículum escolar.

L'esport de competició

L'ideal de perfeccionament i de superació que comporta l'esport competitiu du inevitablement a l'esport de competició, i d'aquí a l'esport espectacle i al professional. L'esport deixa de ser voluntari i esdevé un treball dur i molt disciplinat.
Si observem el que marca la diferència entre les tres maneres de veure i de fer esport, ens adonarem de seguida que no és la naturalesa de l'exercici la que fa aquí un paper determinant, sinó la intenció que promou l'acte; és la intenció amb què ens apropem a l'esport la que marca la diferència. L'esport a l'escola, dins dels programes escolars, és sempre obligatori i amb una intenció educativa. L'esport recreatiu té una intenció fonamentalment lúdica i voluntària i l'esport d'alta competició busca el màxim rendiment i, per tant, des del moment en què esdevé professional, deixa de ser voluntari i es fa obligatori.



Quadre 3

Hi ha molts intents d'establir una classificació de l'esport que n'inclogui totes les possibilitats. La majoria estableixen la classificació a partir del tipus d'activitat, la seva relació social, si és individual o col·lectiu, esport *amateur* o esport professional.
Així, Luschen i Weis (1979), segons els aspectes sociològics, estableixen quatre categories fonamentals:

- Esport organitzat formalment en clubs i federacions.
- Esport de grups espontanis.
- Esport institucional que es practica al si d'una altra institució.
- Esport comunicatiu, com a esbarjo diari en els mitjans de comunicació o com a espectacle.

Cagigal empra la classificació següent:

- Esport com a espectacle (esport competició).
- Esport com a pràctica apta per a tots (esport-oci).

Caillois (1967) considera quatre tipus d'activitats esportives:

- Esports individuals.
- Esports de pilota i baló.
- Esports d'origen marcial.
- Esports basats en la vida i en la tècnica.

Bouet (1968) elabora una classificació que reuneix els esports en cinc grups:

- Esports de combat.
- Esports amb utilització de pilota o baló.
- Esports atlètics.
- Esports de la naturalesa.
- Esports mecànics.

Parlebas (1971) estableix una classificació en funció de tres criteris: existència o no d'incertesa a causa del medi extern, coexistència d'un company i existència d'adversari. Aquests criteris li permeten considerar dos grans tipus d'activitats esportives:
Activitats psicomotores, fetes en solitari, sense comunicació motora.
Activitats sociomotores, fonamentalment de comunicació motora (amb cooperació, amb oposició, amb cooperación i oposició).
G. Marrero (1989) elabora la classificació següent:

- Existència o no de dedicació professional de l'atleta.
- Que es practiqui de manera individual o col·lectiva.
- La utilització o no d'instruments.
- La presència de cooperació, oposició o d'ambdues alhora.

Manuel Hernández (1989) classifica els esports segons el lloc on es practiquen:

Esports de sala i pista: són tots els que utilitzen instal·lacions convencionals, fetes per l'home (pistes d'atletisme, poliesportius, piscines, hipòdroms, circuits de curses).
Esports terrestres: esports que es fan a l'aire lliure, en entorns naturals, siguin urbans o rurals, i que utilitzen com a terreny de joc els espais naturals (muntanyisme, bicicleta de muntanya, esquí, orientació, escalada esportiva).
Esports aquàtics: són totes aquelles activitats que utilitzen com a medi natural l'aigua: (vela, surf, surf de vela, submarinisme, piragüisme, baixada de rius).
Esports aeris: són els esports que es practiquen a l'aire (parapent, ala delta, paracaigudisme esportiu, ultralleuger, estel).

Per últim, donarem la classificació que, al nostre entendre, reuneix les característiques més completes, d'acord amb el concepte actual de l'esport, i que fou elaborada per un grup d'experts format amb aquesta finalitat pel Consell d'Europa (1968). Per a ells, el terme esport "s'ha de comprendre en sentit modern, és a dir, en el d'activitat física lliure, espontània, practicada en les hores d'oci i que englobi esports pròpiament dits i activitats físiques diverses, sempre que exigeixin un cert esforç". Aquestes activitats es divideixen en tres grans categories:

- Jocs i esports, caracteritzats per l'acceptació de regles i el fet d'enfrontar-se a un mateix, a altres o al medi natural. Aquí s'inclouen activitats com jocs infantils, jocs tradicionals, jocs malabars o habilitats manuals, nous jocs, esports alternatius, esports anglosaxons, jocs i esports de raqueta, jocs i esports de lluita.
- Activitats a l'aire lliure, en les quals els participants tracten de dominar un terreny determinat (camp, bosc, muntanya, curs d'aigua o cel). Els reptes provenen del fet de vèncer les dificultats i varien en funció del terreny escollit i d'altres factors, com el vent i les condicions meteorològiques (esports terrestres, aquàtics o aeris).
- Activitats estètiques, com la dansa i l'expressió corporal. Quan es practiquen, l'individu, en comptes de mirar més enllà d'ell mateix i respondre als reptes artificials o naturals, dirigeix la seva atenció sobre si mateix i reacciona davant el plaer del moviment corporal coordinat, com per exemple en el ball, el patinatge artístic, la gimnàstica rítmica, la natació sincronitzada i, també, les danses tradicionals.

Concepte d'esport recreatiu

Camerino i Castañer (p. 14) entenen per activitats recreatives les que tenen flexibilitat d'interpretació i canvis de regles que permeten la contínua incorporació de formes tècniques i de comportaments estratègics, amb capacitat d'acceptació per part dels participants dels canvis de papers en el transcurs de l'activitat, constitució de grups heterogenis d'edat i sexe, gran importància dels processos comunicatius i de l'empatia que es pot generar, aplicació d'un tractament pedagògic con-



cret i no especialització, ja que no es busca una competència ni un assoliment complet.
Manuel Pérez (1986) defineix l'esport recreatiu com un concepte comprensible d'esport i de formes esportives centrades principalment en la recreació, en les quals poden o no aplicar-se regles oficials. El més important és el plaer, la diversió, sentir-se alegre i la possibilitat de tenir contacte social per mitjà d'una pràctica que tothom pot desenvolupar a la seva manera. Segons aquest autor, els aspectes que distingeixen les activitats recreatives són els següents:

- Tothom hi ha de poder participar sense que l'edat, el sexe o el nivell d'entrenament esdevinguin factors limitadors.
- Les regles poden ser creades o adaptades pels participants mateixos sobre el terreny.
- Hi ha possibilitats d'opció quant al tipus d'activitats, com practicar-les, etcètera.
- "Jugar amb els altres és més important que jugar-hi en contra". Guanyar o perdre, element agonístic de la pràctica, passa de ser l'objectiu a ser el mitjà emprat per a divertir-se.
- La pràctica recreativa no descarta l'aprenentatge d'habilitats, tècniques o actituds.
- Encara que no sigui l'objectiu principal, no s'ha de descartar l'esforç físic.

La diferència de l'esport recreatiu rau en el seu paper lúdico-social, mentre que un altre esport busca aconseguir uns aprenentatges de tècniques, i un altre busca el rendiment més alt possible.
L'esport recreatiu i el de rendiment tenen moltes coses en comú i, a cops, és molt difícil diferenciar-los, per la qual cosa la millor manera de separar-los és l'accent final posat en els objectius, que en el nostre cas serà sempre el factor lúdic i l'afectiu.

Pedagogia de l'esport recreatiu

La fonamentació de l'acció educativa en l'àmbit de l'esport recreatiu, segons Rovira, ha de tenir en compte els aspectes següents:

- L'esport recreatiu és un dret. La possibilitat d'emprar una part del temps lliure en activitats motrius i esportives és una necessitat que s'ha de satisfer. L'esport recreatiu ha de ser una possibilitat que s'ofereix a tothom (gent gran, nens, adults, malalts), i està recollit en la lògica de l'esport com a oci-participació.
- L'esport recreatiu ha de respectar l'autonomia dels participants. Ha de garantir l'autonomia dels esportistes en la decisió d'iniciar l'activitat i en la seva organització i regulació. L'esport recreatiu ha de potenciar la col·laboració de tots els participants. Per això, ha de dur a terme una tasca educativa global com a experiència de socialització i convivència.
- L'esport de recreació és un instrument de creativitat. En aquest punt, es tracta de descobrir les bases motrius del propi cos i de les infinites possibilitats del joc corporal. Hem d'anar cap a la realització de moviments espontanis i reglats per l'esport sense caure en el mecanicisme i la tecnificació que imposa l'esport de competició.
- El gust i l'autosatisfacció com a objectius inalienables en l'esport recreatiu. Els objectius essencials de l'esport recreatiu són l'autosatisfacció i el gust per l'activitat mateixa. Consisteix a trobar el plaer, que ha de ser present en l'oci.

Bibliografia

D. A. (1992) *Diccionario de las ciencias del deporte*. Ed. Unisport de Andalucía.
D. A. (1979) *Manifiestos sobre la educación física y el deporte*. Madrid: Ed. Colegio Oficial de Profesores de EF.
D. A. (1991) *Sport for all*. Alemanya: Ed. Meyer-Meyer.
D. A. (1972) *100 años de deporte*. Barcelona: Ed. Difusora Internacional, SA.
D. A. (1990) *The third milennium*. Quebec: Ed. per Fernand Landry, Marc Landry i Magdeleine Verlés.
ANGER, E. (1989) *La animación, los animadores*. Ed. Narcea.
ANZISU, D. i 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 i 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 part "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 i II. Barcelona: Luis de Caralt.
DUMAZEDIER, J. (1964) *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Ed. Estela.
ELIAS, N. i 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.
GARCIA FERRANDO, M. (1991) *Los españoles y el deporte (1988-1990), un análisis sociológico*. Madrid: Instituto de Ciencias de la EF.
GARCIA 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*, juliol-agost.

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*. Mèxic: 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*, tom 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*, tom 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*, tom 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*, tom XV, p. 10-57. Madrid: Ed. INEF.

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

Brigitte Burchartz,
Llicenciada en Educació Física, INEFC-Barcelona.

APROXIMACIÓ TEÒRICA I PRÀCTICA ALS TERRENYS DE JOC INFANTILS

Resum

El joc és molt important per al desenvolupament dels nens, que necessiten llocs adequats i segurs on poder-lo dur a terme. L'estructura urbanística dificulta bastant l'existència de prou espais apropiats per al joc.
Un cop localitzats els espais on calen parcs infantils, se n'ha de planificar detalladament la construcció per a aconseguir una funcionalitat i una adaptació a l'entorn òptimes.
Cal, també, conèixer per a quins grups d'edats és el parc infantil, com juguen els infants d'aquestes edats i determinar l'estructura dels elements de joc.
Alhora, cal dividir el terreny en diferents zones de joc i tenir en compte, no solament els diferents grups d'edat, sinó també els diferents tipus de jocs.

***Paraules clau*: terreny de joc, característiques del terreny de joc, importància del joc, entorn urbà, tipus de jocs.**

Introducció

Els objectius d'aquest article són, prioritàriament, dos:

1. Recalcar la importància que té el joc per als nens i, amb això, la necessitat que tenen de disposar d'espais adequats per a poder fer aquesta activitat tan indispensable per al desenvolupament integral de la personalitat.
2. Donar unes primeres normes que cal tenir en compte a l'hora de projectar i planificar la construcció o el remodelatge d'un parc infantil.

Si tenim en compte la situació actual dels terrenys de joc de les nostres ciutats i considerem també com n'és d'important el joc per als nens, comprendrem la imminència de la necessitat d'actuar per a poder millorar la realitat dels parcs infantils.

La necessitat dels terrenys de joc

La importància que té el joc per als nens

Per al nen el joc és una activitat que predomina sobre totes les altres; això és així perquè amb el joc desenvolupa els processos psicològics i es prepara per a etapes evolutives avançades i complexes. Per això la intensitat i els continguts del joc són d'una importància decisiva.
Malgrat que ja fa molt temps que la pedagogia està d'acord amb la importància vital del joc per al desenvolupament motor, sensorial, emocional i cognitiu, en la realitat social el joc és vist com a quelcom oposat a la "seriositat" i la "utilitat" del treball.
Al principi de la industrialització hi havia corrents pedagògics que volien reglamentar el joc dels infants per a enfocar-lo cap a objectius "racionals"; però avui dia es reconeix la importància del joc lliure i íntegre que té, segons Heckhausen (1973), cinc característiques:

1. No té finalitats (no s'intenta obtenir un resultat final o un objectiu concret).
2. Implica la recerca d'un canvi entre tensió i distensió dins d'un joc repetitiu. (Els nens solen repetir el mateix joc moltes vegades, però sempre hi ha moments de més o menys tensió, activitat, intensitat, etcètera.)
3. Comporta un enfrontament actiu amb una part del món real (en el joc els nens confronten i imiten situacions de la vida quotidiana).
4. Té una estructura sense meta definida i una perspectiva de temps immediata (jugar per a "passar-s'ho bé", només importa l'instant).
5. Quasi s'aconsegueix imitar la realitat (els nens intenten que el seu joc s'aproximi al màxim a la realitat quotidiana).

Amb aquesta confrontació de l'ambient de la vida real el nen desenvolupa la personalitat, aprèn un comportament social i a pensar abstractament. Per tal d'aconseguir això cal actuar, és a dir, jugar movent-se. El nen aprèn a pensar sobre les conseqüències dels seus actes i per mitjà d'aquestes. Per exemple, per a fer un xut el nen ha de conèixer a quina distància ha de llançar la pilota, les característiques del sòl, les mesures i el pes de la pilota, els angles que hi ha entre ell i la pilota i entre la pilota i la trajectòria que prendrà, etcètera. L'infant aprèn i interioritza tot això alhora que ho practica, és a dir, jugant, la qual cosa demostra clarament la importància del joc físic, sovint el més menyspreat, per al desenvolupament de la intel·ligència.
Les ganes de jugar i d'aprendre tenen un origen comú; el joc és una manera activa d'aprendre. El nen experimenta, reconeix i aprèn jugant per mitjà de la confrontació amb el seu entorn quo-

tidià. Amb aquest procés desenvolupa la personalitat i s'integra en aquest entorn. Si contemplem el joc des d'aquest punt de vista, no el podem separar del treball, ja que tots dos són igualment "seriosos".

Precisament separant el treball del joc s'aconsegueix amagar la seriositat del joc i considerar-lo com a quelcom infantil, oposat al món dels adults. En separar el joc (o l'educació mitjançant el joc) del món adult, s'exclou l'infant d'aquest món i se'l relega a un àmbit de vida dedicat específicament al "seu món infantil". D'aquesta manera es talla d'es d'un principi la possibilitat de socialització mitjançant el joc. Les conseqüències d'aquesta interrupció del joc íntegre són la reducció a un nivell exclusivament infantil del desenvolupament de la personalitat (G. Fingermann, 1970).

El joc té, a més, una gran varietat de funcions. És expressiu, productiu, comunicatiu, explorador i comparatiu. La funció exploratòria, que implica moviment, influeix en el desenvolupament de la intel·ligència pràctica i serveix tant per a adquirir experiències pràctiques com per a millorar l'habilitat i l'agilitat motrius.

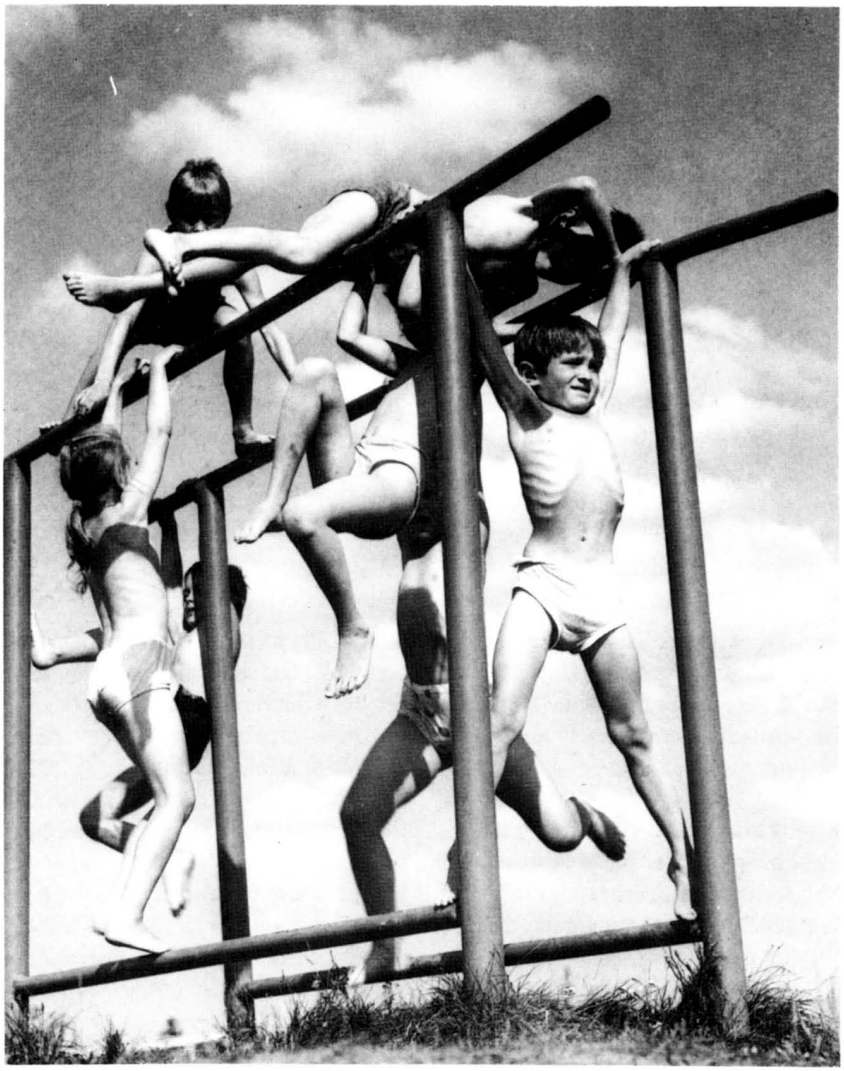
També la funció productiva és motriu i fa referència a la "creació de l'ambient per mitjà del moviment" (Scherler, 1979, en M. Klein, 1983).

Totes les funcions esmentades estan interrelacionades i no es poden separar clarament unes de les altres. Per exemple, el joc creatiu sempre té quelcom de comunicatiu-social, d'expressiu, d'explorador, etcètera. Així es comprova altre cop la totalitat i la complexitat del joc.

El joc, per tant, és útil i indispensable per a la mainada i cal procurar que tingui espais integrats en el seu entorn proper, no separats o aïllats de la vida quotidiana, per a poder-lo dur a terme.

L'entorn urbà i el joc infantil

Cal preguntar-nos: on juguen els nens avui dia i, sobretot, on ho fan els nens de les ciutats?



Això depèn en cada cas de la situació dels espais socials disponibles, és a dir, dels llocs de trobada i de l'entorn. D'aquests espais, cal analitzar-ne l'estructura, l'organització i l'aprofitament. Des d'un punt de vista sociològic, un espai físic condiciona les activitats que s'hi poden fer i la possibilitat d'establir relacions socials. En conseqüència, l'organització d'aquest espai significa una pre-estructuració d'aquesta possibilitat (Hamm, 1973, en M. Klein, 1983). Les mesures de l'espai, si és a prop o lluny del domicili, si és o no acollidor, etcètera, són alguns factors de pre-estructuració.

Els nens necessiten espais propers a la seva llar i, sobretot, espais que no els aïllin de l'ambient exterior. Els nens han de poder arribar a aquestes zones de joc caminant i, a més, cal que hi hagi contacte visual entre ells i els adults.

Els infants viuen l'espai que tenen a l'abast de manera molt diferent a com ho fan els adults. Per als primers l'espai està molt determinat per carrers, camins i fronteres naturals (vies de tren, rius, carreteres, etcètera) i el jutgen per la quantitat d'amagatalls, places i oportunitats de joc que els ofereix.

Per a molts nens la zona de joc més freqüentada (pel fet de ser la més propera i per manca d'altres millors) conti-



nua sent el carrer. Tots els anys hi ha una gran quantitat d'accidents a la via pública, ja que és normal que els nens, fins aproximadament els 15 anys, tinguin moltes dificultats per a creuar el carrer.

Segons Piaget (1974) els nens d'uns 9 anys, per exemple, saben representar rutes mentalment, però no són capaços de tractar-les hipotèticament, d'ampliar-les o d'invertir-les.

Els espais socials de les ciutats estan separats i desintegrats segons la funció específica: escola=aprendre, terreny de joc=jugar, instal·lació esportiva=moure's. Com menys espai disponible hi ha (com passa en el centre de les ciutats) aquesta separació es fa més evident.

La societat, que té uns principis econòmics que es regeixen per la rendibilitat de l'estructuració dels espais, imposa i defineix les prioritats que condicionen l'ús i l'aprofitament dels dits espais. Les superfícies s'agrupen en dues zones: la destinada a la producció i al treball i la destinada als habitatges. Després s'estableixen les unions més curtes, ràpides i econòmiques entre ambdues (M. Klein, 1983).

Aquesta manera de planificar les ciutats, prioritàriament funcional, en provoca una desfiguració de l'aspecte que, en principi, hauria de ser harmònic. Es creen illes que separen superfícies destinades a finalitats específiques (a viure, a treballar, a recrear-se, a jugar, etcètera) de la resta de la ciutat.

Segons aquest mateix principi també l'ambient infantil se separa en tres àmbits: el domicili, l'escola i l'espai de joc. El nen habitualment s'ha de desplaçar bastant per a arribar a cada lloc, però hauria de poder fer totes tres activitats en un ambient proper, conegut per ell i natural.

Sovint les zones on els nens podrien jugar són buides i monòtones i per a ells no són res més que uns espais morts entre blocs de cases (M. Klein, 1983). Els infants només juguen en indrets que els són coneguts i familiars i que alhora els estimulin prou a fer un joc que els resulti interessant. Per tant, calen prou espais divertits prop del domicili dels nens que els ofereixin la possibilitat d'explorar-ne l'ambient, de ser creatius, de moure's lliurement i de desenvolupar de ple la seva personalitat.

A tall de resum, podem constatar que la situació actual dels terrenys de joc de les ciutats és la següent: hi ha molt pocs parcs infantils prop dels habitatges o, si n'hi ha, no tenen en compte les necessitats dels nens. Sovint és difícil accedir-hi a causa de l'estructura urbanística.

Vista la importància que té el joc per als nens (per al seu desenvolupament personal-individual, social, físic...) es pot apreciar la necessitat de millorar l'estat actual dels terrenys de joc.

Tipus de jocs

Les activitats que fan els nens en un terreny de joc es poden classificar, segons la Central Mortgage and Housing Corporation (1981), en quatre tipus diferents: el joc físic, el social, el creatiu-cognitiu i el tranquil.

El joc físic

Aquest tipus de joc és prioritàriament muscular. Els nens es mouen constantment fent activitats com córrer, saltar, escalar, xutar, llançar, empènyer, lliscar, estirar, etcètera.

Utilitzen materials mòbils (convencionals o no) com pilotes, patins, cordes, elàstics per a saltar... i materials fixos (naturals o artificials) com ara arbres, turons per a enfilar-s'hi i elements col·locats en el terreny de joc (tobogans, gronxadors, escales, xarxes, cordes, etcètera).

El joc físic sovint és ràpid, violent i sorollós. Per això s'ha de procurar que els nens puguin practicar-lo sense molestar els altres nens que estiguin jugant tranquil·lament, els adults ni els nens més petits.

El joc social

Mitjançant aquest tipus de joc (jugar a pares i mares, a metges, a mestres i alumnes...) els nens aprenen un comportament social i desenvolupen la capacitat del lenguatge. El joc social es pot comparar amb una representació teatral. Els nens s'identifiquen molt amb allò que representen i n'extreuen els "arguments" de la vida real.

Aquests jocs tenen lloc en casetes, cabanes, tendes o qualsevol altra cosa que en la seva imaginació pugui representar una casa, una escola, un vaixell...

com ara una cova, un arbre buit o altres indrets.

El joc creatiu-cognitiu

Per a aquest tipus de joc calen certs materials. Els més freqüents són l'aigua i la sorra, però també serveixen els maons, la fusta, les flors, la roba vella...

El joc creatiu ajuda a desenvolupar la intel·ligència dels nens i els ofereix l'oportunitat d'experimentar i manipular tot tipus de materials, de fer construccions individualment o col·lectivament i de deixar volar la fantasia i la imaginació. En un parc infantil cal instal·lar una caseta o un petit magatzem per als materials de construcció i per a tot el material mòbil que hi hagi.

El joc tranquil

De tant en tant els nens necessiten jugar tots sols tranquil·lament, i en el terreny de joc cal que hi hagi un lloc que els ho permeti. Una taula amb material per a fer treballs manuals és molt útil i també es poden d'instal·lar taulers per a jocs de taula (escacs, parxís, cartes, etcètera).

Com a conclusió es pot dir que hi ha molts tipus de joc diferents i a l'hora de planificar la construcció d'un parc infantil cal tenir-ho en compte i proveir-lo de diferents zones que permetin la diversificació i possibilitats múltiples de jocs per als nens. A més, en organitzar els espais, s'ha de mirar que l'activitat d'uns no interfereixi la dels altres.



Organització de l'espai de joc

Les diferents zones de joc

Com ja em esmentat en l'apartat anterior, per tal que el joc en el parc infantil sigui agradable i segur per als anens, cal proveir-lo, des d'un punt de vista funcional, de diferents zones de joc.

El més convenient seria distribuir les zones de joc d'acord amb els diferents tipus de joc esmentats anteriorment; és a dir, una zona per al joc físic, una altra per al joc social, una altra per al joc creatiu-cognitiu i una darrera per al joc tranquil. Les zones han d'estar ben separades amb tanques, arbusts, desnivells... però no s'ha de donar als nens una sensació d'aïllament.

La zona dedicada al joc físic ha de ser bastant gran respecte a les altres i estar-ne ben separada, ja que aquest tipus de joc sovint és violent i podria molestar els altres nens que juguen tranquil·lament o espantar els nens més petits.

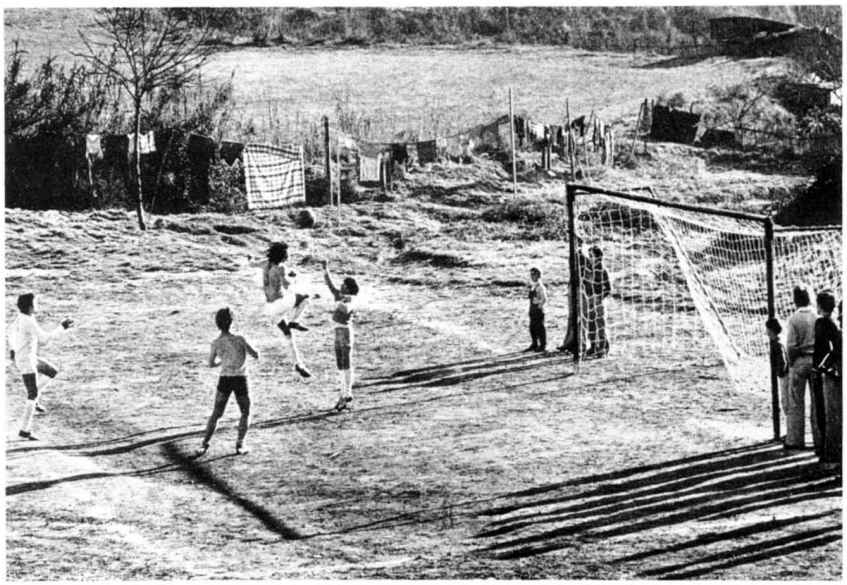
Cal que el sòl d'aquesta zona de joc sigui tou i resistent alhora i que els elements de joc que contingui estiguin degudament separats entre ells i protegits per a evitar topades i accidents.

La zona per al joc social no cal que sigui gaire gran; amb unes quantes casetes o altre tipus de refugi n'hi ha prou. Aquesta zona és la que pot ser més a prop de la del joc físic, perquè el joc social, tot i que no és violent, pot arribar a ser molt sorollós.

La zona per al joc creatiu-cognitiu pot ser a prop de la destinada al joc social, però allunyada de la zona per al joc físic, per tal que no es faci malbé el que construeixin els nens.

Quan només hi ha un espai per als jocs amb aigua i sorra, no cal disposar de cap magatzem, però si es compta amb altres materials de construcció (maons, fustes...) cal construir-ne un per a poder-hi desar els materials, protegir-los de la intempèrie i evitar que es perdin.

La zona per al joc tranquil ha de ser al racó més tranquil del terreny de joc i apartada de totes les altres. Cal que hi hagi bancs i taules a escala perquè els



nens puguin asseure-s'hi o, simplement, descansar.

Altres elements del terreny de joc

- Bancs. Cal proveir el parc, especialment en les zones on juguin els més petits, de llocs on puguin seure els adults per a poder observar i mantenir el contacte visual amb els nens. No és aconsellable posar el bancs prop de la zona de joc físic; un lloc ideal seria la zona de joc tranquil. Si només hi ha un racó amb bancs, des d'allà s'ha de poder veure tot el terreny de joc.
- Barreres i tanques. Les tanques serveixen, sobretot, per a protegir els nens del trànsit proper i per a evitar que puguin passar del parc al carrer sense cap obstacle que els faci frenar; cal que aïllin. En canvi, les barreres no han d'aïllar, sinó solament separar les diferents zones de joc i no cal que siguin altes. Els materials de les tanques i barreres han d'estar en harmonia amb el paisatge per a no desentonar.
- Magatzems de material. Quan hi ha material mòbil cal instal·lar un petit magatzem per a desar-lo. El lloc més apropiat per al magatzem és la zona destinada al joc creatiu-cognitiu, perquè allà és on habitualment s'usa més aquest material. També s'hi pot desar tot el material de manteniment i, si n'hi ha, els elements de joc mòbils (els de polietilè...) que es poden transportar amb facilitat. Un magatzem ha de servir per a tot el material que pugui fer-se malbé a l'aire lliure i per al que, a causa de lles seves mides reduïdes, pugui perdre's fàcilment. Els nens haurien de tenir accés a aquests magatzems; ells mateixos seran els encarregats de desar tot el material en acabat de jugar. Això no obstant, cal que una de les persones encarregades del terreny de joc recordi als nens aquesta obligació.

Criteris específics que cal tenir en compte segons l'edat

Per a conèixer les característiques que han de tenir els terrenys de joc per als nens de diferents edats, cal conèixer com juguen els infants de cada edat. Si no, podria succeir que, malgrat haver-hi una gran diversitat d'elements de joc, tots fossin destinats a nens d'un mateix grup d'edat.

A l'hora de buscar la distribució per edats més adequada per a descriure les característiques del joc de cada grup, crida l'atenció que cap autor mencioni els nens d'entre 0 i 3 anys. L'edat més primerenca que es té en compte per a construir un terreny de joc és la dels nens de 2 anys, però dins d'un grup de 2 a 6 anys, la qual cosa sembla un marge massa ampli si considerem la gran diferència que hi ha entre el nivell de desenvolupament i creixement dels més petits i dels més grans d'aquest grup.

De 0 a 3 anys

Característiques del terreny de joc

Els nens d'aquesta edat encara no necessiten gaire espai perquè els seus desplaçaments són curts i, a més, han d'estar sota l'observació dels adults. Però és molt important que el seu espai de joc en un parc infantil ocupi una zona tranquil·la i sense perill, que estigui molt net (perquè juguen molt per terra) i que estigui ben protegit del vent i del sol. És aconsellable també que el sòl sigui d'un material tou (gespa, sorra, etcètera).

Característiques dels elements de joc

Tant el material com les formes i mesures s'han d'adaptar a l'edat. Als nens els criden l'atenció els colors vius i els agrada, per exemple, superar obstacles gatejant o dempeus, ficar-se en forats i racons, saltar des d'altures de 40 a 70 centímetres (no més altes), pujar esglaons, llançar pilotes, xutar... Sempre cal tenir en compte la seguretat: cantonades arrodonides, llocs alts amb baranes i barrots verticals, etcètera.

De 3 a 6 anys

Característiques del terreny de joc

L'espai disponible ha de ser més gran que per a l'anterior grup d'edat. La superfície ha de ser de materials diversos (sorra, gespa, roca...) perquè els nens aprenguin a donar respostes motrius diferenciades segons cada superfície i puguin observar les reaccions del material amb què juguen en cada relleu: una pilota bota de manera diferent, un cotxet cal empènyer-lo més sobre la ges-

pa que sobre l'asfalt, pot bolcar en les roques, etcètera. També és important que la zona de joc estigui protegida perquè els nens no puguin ser molestats pel joc més violent dels nens més grans; si no és així, els nens poden sentir-se insegurs i no desenvolupen el seu joc tranquil·lament.

Característiques dels elements de joc
El material ha d'oferir prou estímuls per a provocar en els nens la realització de tota l'àmplia gamma de possibilitats de moviment que implica la seva edat. A més, són molt importants les cabanes on els nens puguin iniciar-se en el comportament social jugant en grup.

De 6 a 9 anys

Característiques del terreny de joc
En aquest cas els nens necessiten molt més espai. Incorporen el joc físic d'una manera més sorollosa i violenta que abans. Els cal espai per a llançar una pilota en els seus jocs esportius, per anar en bicicleta o en monopatí i també per a gronxar-se, saltar, perseguir-se... A més, són molt importants els espais per al joc social i el creatiu.

Carcterístiques dels elements de joc
Per al joc físic calen elements de joc a escala que estimulin una gran diversitat de respostes motrius. Amb un o dos elements de joc en un parc infantil n'hi ha prou, però han d'incorporar grans possibilitats de moviment. També calen pistes de patinatge, per a bicicletes, etcètera, amb desnivells i obstacles, i una pista petita per a la pràctica de diversos esports. Aquestes pistes no cal que compleixin les normatives i els reglaments esportius perquè els nens estableixen les seves pròpies normes i limitacions de l'espai i adapten el joc a les circumstàncies de l'ambient.
Per al joc social calen cabanes, tendes o espais naturals com coves, elevacions del terreny, arbres buits... Fins i tot ells mateixos poden construir les cabanes i fer alhora un joc creatiu. També aquest és molt important perquè amb ell poden desenvolupar la imaginació i satisfer la curiositat. Per això calen alguns materials que poden aconseguir directament de la mateixa naturalesa i de l'entorn (aigua, herba, flors, arbres...) o poden ser materials que troben o que els adults els faciliten (fustes, capses de cartró, cordes, maons, fang).

De 9 a 12/13 anys

Característiques del terreny de joc
Per al joc físic i sobretot quan practiquen l'esport, els nens d'aquesta edat necessiten uns espais més definits i estructurats per a poder dur a terme l'activitat esportiva en condicions similars als adults. En conseqüència necessiten, com a mínim per a practicar esport, un espai força més extens.

Característiques dels elements de joc
Molts nens d'aquesta edat se senten massa grans per a gronxar-se o fer activitats semblants. Però hi ha alguns elements (parets per a escalar) que sí utilitzen, ja que els veuen com un repte i alhora senten que practiquen un esport d'adults. Als nens d'aquesta edat els agrada molt el joc creatiu. Ara tenen una gran capacitat de concentració i volen conèixer i experimentar-ho tot. Són capaços de fer construccions grans i complexes i els agrada fer servir qualsevol material. El joc social és més que no pas una representació de la vida real, una reunió d'amics en què parlen i discuteixen els que els interessa; els cal, doncs, llocs de reunió tranquils i reservats.

Conclusions

Tal com hem vist en la primera part d'aquest article, el joc és un dels factors més importants per al desenvolupament integral dels infants; per tant, necessiten espais adequats per a jugar que són difícils de trobar. Es construeixen pocs parcs infantils i, tant la seva distribució en els barris com la mateixa estructuració del terreny i els elements de joc que contenen, són generalment poc funcionals.
Sovint després d'haver cronstruït un parc infantil el manteniment que se'n fa és força deficient. Als terrenys de joc, en general, els manca vida quan, en realitat, podrien esdevenir un element clau per a l'educació i el desenvolupament dels nens i un ambient ideal per a facilitar contactes socials entre tota la població (no s'han de dirigir necessàriament només a la població infantil).
Per tal que l'estada en un parc infantil sigui agradable i per tal que aquest sigui funcional, cal tenir en compte tots els punts esmentats en aquest article (els diferents tipus de jocs, la divisió del parc en zones segons les classes de jocs i les edats). També cal considerar altres factors, com podrien ser la seguretat i la higiene, les mesures, l'accessibilitat i la localització dels terrenys de joc, que seran objecte d'estudi en un segon article.



Bibliografia

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

ASZTALOS, A. (1982) *150 Studen*. Hannover: Ministeri de Cultura de la Baixa Saxònia.

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

BARREIROS, J. i BRITO, M. (1985) "O planeamento de um espaço de jogo infantil", *Ludens*, 3, vol. 9, abr. juny. 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 Standard Part 1*. Bracknell Berks.

CENTRAL MORTGAGE AND HOUSING CORPORATION, CANADÀ (1981) "Guía de disenyo 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. Colònia.

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: Nachbarschaft*. Dusseldorf, en KLEIN, M. i DIETTRICH, M. (1983) *Kinder und Freizeit*.

KLEIN, M. i 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, en KLEIN, M. i DIETTRICH, M. (1983) *Kinder und Freizeit*.