apunts

EDUCACIÓ FÍSICA I ESPORTS

INEFC

Barcelona

1975-76 **25 anys** 2000-01

63

1r trimestre 2001. 750 PTA. (IVA inclòs)

INEFC

L'INEFC de Barcelona compleix 25 anys

Per a la formació i perfeccionament del professorat d'educació física i dels entrenadors esportius es crea l'Institut Nacional d'Educació Física (INEF)... Serà també funció de l'Institut la investigació científica i la realització d'estudis i de pràctiques orientades al perfeccionament de totes les matèries que tinguin relació amb l'educació física.

Llei d'Educació Física (art. 15), 23-XII-1961

L'INEF té, fonamentalment, tres funcions. La primera, la formació d'un professorat d'educació física del nivell més alt possible, que és l'universitari, per tal de formar pedagogs especialitzats en la matèria d'educació física. Després, tot allò que fa referència a la investigació relacionada amb l'educació física i l'esport, com ara l'anatomia, la fisiologia, la pedagogia, la sociologia, etc. I, en tercer lloc, l'INEF té annexa l'Escola Nacional de Medicina Esportiva, amb l'objectiu de continuar la formació de metges especialistes d'educació física, una nova especialitat creada ja per decret.

JOSÉ MARÍA CAGIGAL, 1967
Inspirador inte·llectual de la Llei d'Educació Física.
Fundador i director de l'INEF de Madrid (1967-1977)

L'octubre de 1975, José Solís Ruiz, ministre franquista de la "Secretaría General del Movimiento", inaugurà oficialment l'Institut Nacional d'Educació Física de Barcelona. Han passat vint-i-cinc anys de la posada en marxa acadèmica del primer curs a les entranyables instal·lacions d'Esplugues de Llobregat. Al llarg d'aquest període, la nostra institució s'ha constituït en un referent clau en la formació de professors i professionals de l'educació física i l'esport, dins i fora del seu context sociocultural, així com en la difusió i justificació de la cultura física com a una genuïna manifestació humana.

La fundació del centre de Barcelona suposà el primer pas d'una política d'expansió en la creació de nous instituts nacionals d'educació física que eixamplaran l'oferta de l'INEF de Madrid, el qual es va posar en marxa l'any 1967, en aplicació de la Llei d'Educació Física de 1961. Aquesta Llei torna a crear l'"Instituto Nacional de Educación Física", atès que, anteriorment, a l'Ordre de 7 de juny de 1945 que regulava l'"Estatuto Orgánico de la Delegación Nacional de Deportes", es va crear, per primer cop, l'"Instituto Nacional de Educación Física", sota la direcció d'aquella, però sense rang normatiu. L'INEF de Barcelona, si bé al principi depenia orgànicament de l'INEF de Madrid, aviat va passar a dependre de la "Delegación Nacional de Educación Física y Deportes" i, posteriorment, de la Generalitat de Catalunya.

Amb la perspectiva històrica que proporciona l'anàlisi de l'últim quart del segle XX, podem distingir tres etapes en la trajectòria de l'INEF de Barcelona.

Primera etapa (1975–1981). Jesús Galilea és nomenat director del nou INEF i Joan Antoni Samaranch inaugura el primer curs acadèmic d'un Pla d'Estudis autàrquic, de quatre anys, que té vigència als dos centres del país fins a l'aprovació de la Llei General de Cultura Física i l'Esport. L'any següent, el 1981, s'ordenen els ensenyaments de l'INEF de Madrid i de Barcelona, i se n'equiparen els estudis als de la llicenciatura universitària. En virtut de la promulgació de la Llei esmentada (1980), l'Institut de Barcelona va ser traspassat a la Generalitat de Catalunya. El curs 1981-1982 s'inicià el nou pla d'estudis de cinc anys per a la nova llicenciatura d'Educació Física; aquell mateix any acadèmic, José María Cagigal imparteix a Barcelona l'assignatura de Teoria de l'Activitat Física.

Segona etapa (1982–1991). S'incrementa notablement el nombre d'aspirants a accedir als estudis de l'INEF (prop de 1000). A causa de la forta pressió social, que demana cursar la carrera d'Educació Física a Barcelona, es crea, l'any 1982, un segon centre a Lleida; tots dos van quedar units, orgànicament, per una Llei de la Generalitat (1984), per la qual es va

configurar l'Organisme Autònom de l'INEF de Catalunya que regeix totes dues entitats. L'any 1985, l'INEFC de Barcelona firma un conveni d'adscripció acadèmica amb la Universitat de Barcelona. L'any següent s'aconsegueix que la mateixa Universitat aprovi un programa de doctorat específic per als estudis d'Educació Física i esdevé el primer INEF d'Espanya que l'assoleix. El nostre centre es constitueix en seu de la Xarxa Europea d'Instituts de Ciències de l'Esport, una associació que reuneix més de 200 instituts, departaments, facultats o escoles de tot Europa (1991-1999).

Tercera etapa (1992 -2000). L'octubre de 1991, se celebra el II Congrés Olímpic de Ciències de l'Esport, i s'inaugura la nova seu olímpica de l'INEFC. Amb l'ocupació acadèmica del nou centre de Montjuïc, s'obre un nou període, molt condicionat pels esdeveniments olímpics de Barcelona '92 i, sobretot, pel magnífic regal que ens va deixar: la singularitat de l'edifici, dissenyat pel Taller d'Arquitectura Ricard Bofill, barreja de classicisme hel·lènic més auster i la moderna arquitectura esportiva. El curs 1997-1998 es posa en marxa el tercer pla d'estudis de la història acadèmica de l'INEFC de Barcelona, amb un nou plantejament fonamentat en una carrera de quatre anys, amb una notable obertura en l'elecció dels alumnes cap a l'oferta d'assignatures optatives i l'aparició dels Itineraris Específics Curriculars, constituïts com a veritables especialitats. El maig de 1999, l'INEF de Catalunya (Lleida i Barcelona) desenvolupa en les seves respectives seus l'organització del XII Congrés Mundial d'Activitat Física Adaptada.

La creació de l'INEF de Barcelona inaugurà una nova forma de fer en l'ambient professional i intel·lectual de l'educació física i l'esport de la seva època. Va ser el primer a establir una formació conjunta d'homes i dones, tot iniciant un camí que tots els altres centres seguirien. Des de juny de 1982, data en què es va graduar la primera promoció d'homes i dones llicenciats en educació física de l'INEF de Barcelona, fins avui, han sortit d'aquesta institució dinou generacions de llicenciats i llicenciades en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport (segons acord del Consell d'Universitats del 1993). Durant aquest procés ha contribuït a la formació i graduació de més de 3.500 professionals que han treballat com a docents en l'ensenyament, com a gestors esportius, com a entrenadors d'alta competició, com a experts en exercici físic i salut o com a investigadors de les ciències de l'activitat física i l'esport. En el present curs acadèmic es donarà la coincidència única de finalitzar dues promocions el mateix any, l'última del pla d'estudis vell i la primera del pla d'estudis nou; d'aquesta manera s'inaugura una nova etapa en què esperem afrontar amb la maduresa i la decisió pròpies d'una institució veterana, els nous reptes que se'ns presenten.

Per reblar aquesta breu ressenya històrica, m'agradaria destacar que l'INEF de Barcelona, com a centre d'ensenyament superior per a la formació, especialització i perfeccionament de llicenciats, ha promogut en aquest temps dues clares vocacions: la capacitat d'integració i el compromís de les publicacions.

Des que es va fundar, l'Institut posseeix una rica experiència a acollir i integrar alumnes, homes i dones, estudiants de totes les Comunitats de l'Estat, postgraduats d'Europa, d'Iberoamèrica i d'altres llocs del món, en un percentatge important i en clar ascens, és a dir, que ha esdevingut un centre obert, tolerant i cosmopolita. L'INEFC de Barcelona, conscient de la necessitat de divulgar els seus propis treballs i investigacions i de difondre la cultura física, ha sentit la responsabilitat social i institucional de contribuir amb una publicació periòdica que donés sortida als treballs més qualitatius del Centre i que, a més a més, el representés intel·lectualment fora del seu àmbit territorial. Després d'uns intents de fusió amb la revista mare, Apuntes de Medicina Deportiva (1964), l'octubre de 1985 s'articula de manera independent de la matriu i es crea Apunts. Educació Física i Esport, que ha desenvolupat una trajectòria de quinze anys ininterromputs i ha presentat seixanta-tres números, amb una periodicitat trimestral, i amb el reconeixement internacional de ser la revista en llengua espanyola, en l'àmbit de l'educació física i l'esport, de més impacte intel·lectual en la seva àrea. Mitjançant la revista, fidel ambaixadora de l'INEFC, la nostra institució ha esdevingut un referent acadèmic fora del seu àmbit territorial.

Finalment, estic convençut que, en aquests vint-i-cinc anys, l'INEFC de Barcelona ha suposat un autèntic revulsiu per a la ciutat de Barcelona. El Centre s'ha convertit en una de les institucions publiques més conegudes pels ciutadans i més estimades, per la magnificència de la seva arquitectura, per la seva ubicació, per l'esperit barceloní que desprèn, perquè representa l'esport, que és un dels fenòmens socials del nostre temps, i per la singularitat dels seus estudis entre les diferents carreres universitàries.

Desitjo amb fermesa que el magnífic matrimoni entre l'INEFC i la ciutat de Barcelona, avui, en les seves noces d'argent, es perpetuï al llarg del temps i que enarbori la bandera d'allò que és humà, de la saviesa, la tolerància i la seva inequívoca universalitat, sempre al servei de la societat que ens fa possibles

Javier Olivera Betrán

Paraules clau
etnografia de l'esport, realitat ètnica, perspectives *emic* i *etic*, qüestionari etnogràfic

Cap a una especialització en antropologia de camp: L'etnografia de l'esport

David Mata
Professor adjunt de la Universidad de San Pablo.
Professor de l'IES Vista Alegre de Madrid.

Abstract

In this work we present the possibilities and characteristics of ethnography in sport, which began as a speciality of anthropological science whose aim is the study of field of groups and signs which present sport as a basic cultural fact. This form was presented by the author of this article in his doctoral thesis (UCM, 1997). In this article we quote the most important ethnological approaches to the sporting range, and we propose the techniques of study and the methodology of the collection of information. The aim of the science is to reach a deep understanding of the uses and customs, values, problems and hopes of micro societies so different as are professional footballers and clubs of acrobatic parachuting. The work finishes with the showing of a prototype of ethnographical questionnaire to develop with the field work.

Resum

En aquest treball es presenten les possibilitats i les característiques de l'Etnografia de l'Esport, nascuda com a una especialitat de la ciència antropològica, l'objecte de la qual és l'estudi de camp de grups i manifestacions que presenten l'esport com a fet cultural fonamental. Aquesta modalitat va ser presentada per l'autor d'aquest article en la seva tesi doctoral (U.C.M. 1997). A l'article se citen les més importants aproximacions etnològiques en l'àmbit esportiu, i es proposen les tècniques d'estudi així com la metodologia de la recollida d'informació. L'objectiu de la ciència tracta d'assolir un coneixement profund dels usos i costums, valors, inquietuds i expectatives de microsocietats tan dispars com ara els futbolistes professionals i els clubs de paracaigudistes acrobàtics. El treball finalitza amb l'exposició d'un prototip de qüestionari etnogràfic per ser desenvolupat amb el treball de camp.

Presentació

El caminar de futbolista, l'argot dels escaladors *freekis*, l'estètica dels surfistes, i les festes cerveseres del "tercer temps" dels equips de rugbi són exemples d'aspectes culturals propis de subgrups determinats que presenten com a senyal bàsic d'identitat el desenvolupament d'una activitat esportiva.

L'aportació metodològica d'aquest treball parteix de la consideració que cal consolidar una àrea del coneixement que permeti l'estudi d'aspectes que no han estat abordats amb la profunditat que mereixen. Ens referim als aspectes intrínsecs dels diferents grups formats al voltant del fenomen esportiu, i que no han suscitat l'atenció de l'Antropologia de l'Esport com ho han fet altres potser de més actualitat (el paper de l'esport en la cultura dels pobles, la violència als espectacles esportius, o d'altres).

En el nostre temps, l'esport s'ha constituït com a element aglutinant d'alguns col·lectius, la màxima inquietud vital dels quals és l'activitat física i, segons la meva opinió, constitueix un factor de la realitat ètnica, atès que crea una "identitat cultural" en els membres d'aquest col·lectiu determinat (A. L. Epstein, 1978). En aquesta agrupació d'individus, els nexes d'unió no són merament formals i preconcebuts, sinó que s'estableix un component afectiu implícit en

el sentiment de pertinença al grup (Pujadas, J. 1993; 50) per la qual cosa "el nivell de vinculació i lleialtat cap al grup és notable".

L'esport constitueix un factor de realitat ètnica, en crear una identitat cultural en els membres d'un col·lectiu determinat.

L'etnografia de l'esport

L'Etnografia, com a disciplina de camp associada al coneixement etnològic, pot ser utilitzada per a l'estudi d'aquests col·lectius, encara que originàriament aquesta ciència ha estat vinculada a l'anàlisi de societats primitives, prehistòriques, que resisteixen, de manera més o menys aïllada, als elements exògens en diversos punts de la terra. Aporta les tècniques necessàries i precises per a la investigació de camp de qualsevol cultura o grup humà (C. Martínez i M. Ojeda, 1989: 13) i serveix com a punt de partida a l'antropòleg per a treballs posteriors.

L'Etnografia, ciència que consisteix en l'estudi descriptiu de les societats humanes, està experimentant una enorme diversificació pel que fa als àmbits d'estudi. Les possibilitats d'aplicació del mètode etnogràfic, amb les seves diferents tècniques de recollida d'informació, han conduït a especialitats recents com ara "Etnografía de la Tercera Edad" o "Etnografía de la Pobreza" (A. Aguirre Batzán, 1995) o "Etnografia del Turisme". Per això no creiem fora de lloc ni exagerat encunyar el terme Etnografia de l'Esport per esmentar la naturalesa del nostre treball orientat a l'estudi descriptiu dels grups que d'alguna manera (des dels practicants als observadors) participen en el fenomen esportiu.

Hem de buscar les arrels més profundes d'aquesta vinculació entre motricitat humana i cultura en l'antropòleg Marcel Mauss, qui el 1934, en el seu estudi "les techniques du corps" va esmentar per primera vegada la importància de l'aprenentatge (M. Mauss, 1966; 363-383) sobre gestos motors que d'altres autors considerarien "naturals" (G. Hébert, 1936: 6), com ara caminar o córrer. Mauss proclamava la importància de l'hàbit corporal, resultat de costums i d'activitats adquirides socialment. Per tant, també les tècniques més senzilles, com la locomoció o la marxa, passen desapercebudes per als seus components, però presenten evidents signes d'especificitat i de caràcter genuí. S'aprèn de manera inconscient i es considera de manera natural mitjançant l'educació i la imitació de models. En efecte, qualsevol esportista pensa que camina i corre de forma "normal" (J. Poirier, 1968; 828). Malgrat tot, comprovem evidències del caminar de futbolista, en la tècnica del qual incideixen, per damunt de les repercussions anatòmiques de l'activitat, la conducta apresa i la tradició. El mateix es pot dir d'altres disciplines esportives.

En les aportacions de Marcel Mauss s'hi han inspirat d'altres autors, com ara Bernard Guillemain (1955) i Jacques Ulmann (1977), els quals també s'allunyen de la concepció natural de la motricitat humana i la situen dins del conjunt de normes educatives i morals de cada societat. Més recentment, comptem amb altres antecedents com ara l'assaig de Claude Blomberger sobre Etnologia de l'espectacle esportiu (1989). El sociòleg francès Pierre Parlebas (1988), d'altra banda, ja ha assenyalat la importància de l'estudi dels fenòmens esportius amb relació a la cultura i al medi social en què es desenvolupen, designant amb el terme etnomotricitat "el camp i la naturalesa de les pràctiques motrius, considerades sota l'aspecte de la seva relació amb la cultura i el medi social en què s'han desenvolupat" (p. 114).

Les societats dels nostres dies, capaces d'assumir tendències de distinta condició, desenvolupen en l'actualitat manifestacions físiques tan dispars com els jocs tradicionals i els moderns esports. Els primers deriven de l'economia preindustrial i els segons són hereus de la Revolució Industrial. Ambdues manifestacions, tanmateix, mereixen l'atenció d'estudis etnogràfics i cal fer-ne, perquè són també representatives de la cultura que les crea i les modela.

Abordarem, mitjançant aquest mètode científic, les tècniques utilitzades pel subjecte esportiu per a realitzar la seva activitat en el medi físic i en el grup humà, les tècniques corporals i socials, els rituals i els símbols propis de la seva concepció animològica; en resum, la seva cultura com a patrimoni material i espiritual d'un grup. Solament des del coneixement d'aquestes dades podem abordar posteriors investigacions i accedir a un segon nivell científic, com ho és l'Etnologia. El mètode etnològic consisteix en l'estudi analític i comparat de pobles, grups i cultures. Mitjançant l'anàlisi comparativa el científic interpreta les semblances i diferències entre les societats (C. Martínez i M. Ojeda, ibídem).

L'Antropologia, entesa com l'última anella de la cadena del coneixement, aborda teories generals sobre l'home i la seva naturalesa, basant-se en el coneixement previ de les variants físiques i culturals (ibídem). Per tant, ens sembla evident que una Antropologia de l'Esport sense prou suport de l'Etnografia i l'Etnologia es converteix en un gegant amb peus de fang, en un model sense el suport empíric necessari i propi d'aquestes ciències socials.

Amb aquest plantejament, volem allunyar-nos dels tradicionals estudis d'Antropologia de l'Esport quant a la seva naturalesa. Aquests s'han basat en l'anàlisi comparativa dels grups esportius amb el conjunt de la societat per conèixer la posició, valors i funcions de l'esport en cada societat. Tanmateix, la societat esportiva no ha estat considerada amb prou entitat com per ser valorada per ella mateixa en estudis monogràfics o comparada amb altres grups esportius. En conseqüència, l'Etnografia de l'Esport es configura com una disciplina basada en la descripció dels grups esportius, tant dels factors materials com dels animològics que intervenen en el desenvolupament vital dels individus i en les seves relacions grupals. Per tant, l'individu serà abordat segons dos vectors; el primer, mitjançant les tècniques i mètodes amb què desenvolupa l'activitat: tècniques corporals, materials utilitzats, i formes d'ocupació de l'espai. El segon, considerant la forma en què es vincula a un grup determinat i les relacions que s'originen entre els seus membres: estructura grupal, formació del col·lectiu, la relació amb el medi, aspectes de la vida domèstica i social, sexe i reproducció, relacions de parentiu, residència i filiació, l'estatus i els ritus que s'hi vinculen, les pràctiques espirituals (com ara supersticions i cerimònies) i la utilització del flux d'energia, terme introduït per William Kemp (1975; 365) per definir "com es canalitza l'energia entre les distintes activitats del grup per tal que sobrevisqui".

Amb la consolidació de l'Etnografia de l'Esport s'aconsegueix un pas qualitatiu en el coneixement de les societats que fan de l'esport la seva raó de ser, en obtenir la independència científica necessària per aïllar una societat determinada d'esportistes i prendre-la com a objecte d'estudi antropològic. En una segona fase, podrem comparar els resultats amb altres grups que realitzin el mateix tipus de pràctiques, amb la qual cosa estarem posant les bases per a l'Etnologia de l'Esport. Per tant, s'obren els canals necessaris per abordar una Etnologia del Futbol, del Surf o de l'Escalada.

Tècniques d'estudi

Com en altres estudis de camp, les tècniques per a desenvolupar la investigació arrenquen des de la pròpia personalitat de l'autor. La personalitat de l'investigador condiciona la metodologia a seguir, sobretot per fer valer la seva posició dintre de l'època i l'espai en què es treballa (J. Caro Baroja i E. Temprano, 1985: 23), atès que en pot intuir i conèixer millor els aspectes més destacats i rellevants. Per tant, per abordar un estudi d'Etnografia de l'Esport, no solament hem de conèixer les tècniques pròpies de l'Etnografia, sinó que també hem de posseir una experiència profunda en el terreny esportiu per tal d'obtenir una posició privilegiada per abordar aquests continguts, i una percepció més íntima de la realitat que no pas la d'un investigador sense experiència prèvia en aquest camp. L'investigador, doncs, a més a més d'enfrontar-se al patrimoni cultural d'un grup o societat com a estudiós, aprofita la seva experiència personal com a pròpia part d'aquesta cultura des de la qual adquireix el coneixement de la seva essència. Sense aquesta experiència pròpia li poden passar per alt aspectes essencials abastables solament als ulls de l'iniciat.

Amb això evitem una visió superficial i simplista dels processos (M. Mauss, 1967: 15), i accedim a les ensenyances greus, reservades, que els grecs anomenaven acroamàtiques (escoltades de la boca mateixa del mestre) i epòptiques (solament per a iniciats) que concedeixen les claus de la quinta essència de la naturalesa humana (tal i com assenyala Plutarc a Vides Paral·leles referint-se a Alexandre Magne).

No hi ha dubte que una bona relació amb els informadors millora la qualitat de la informació etnogràfica (I. Rossi i E. O'Higgins, 1981: 164). Els informants suposen un suport fonamental per a l'investigador (P. Bock, 1977: 481). En el nostre entorn, els informants poden provenir tant del grup específicament d'esportistes, com també de professionals qualificats de la gestió esportiva, tècnics i responsables d'institucions públiques dedicades a l'administració de l'esport, comerciants de la zona i fins i tot venedors de la revenda.

L'Etnografia, com a mètode científic, ens proporciona dues tècniques ben diferents, i també enfrontades, de captació d'un fenomen: les perspectives èmica i ètica (*emic* i *etic*). Hem comprovat al llarg de diferents treballs, que l'esport es constitueix en nombroses ocasions com un ritual per a iniciats, on els qui en són aliens no arriben a comprendre la significació dels processos. Amb l'enfocament o perspectiva *emic*, derivada d'un coneixement íntim i participatiu del fenomen i del seu context social, ens endinsem en el patrimoni animològic dels col·lectius esportius, en descriure el fenomen tal i com l'observa i el sent una persona que participa des de dins del sistema (E. Adamson i T. Weaver, 1985: 633). Mitjançant l'enfocament ètic (*etic* o *ethic*) es presenta la visió d'un fenomen per part d'un observador situat a l'exterior del grup.

L'investigador pren una posició avantatjosa en treballar des d'una perspectiva *emic*, ja que pot accedir a l'essència del coneixement del grup humà, als mateixos "àmbits cognitius" dels col·lectius per tal de traduir i comprendre les seves accions, i interpretar-ne les conductes en llenguatge antropològic (K. Blanchard i A. Cheska, A. 1986; 51). Lamentablement, es pot esdevenir que no ens sigui possible obtenir aquesta posició en alguns àmbits del coneixement (sobretot en l'esport espectacle) per la inaccessibilitat manifesta dels protagonistes. En aquests casos, la perspectiva *ethic* o *etic* (ètica), com a aproximació essencial al comportament humà des de l'exterior d'un sistema concret (I. Rossi i E. O'Higgins, 1981: 180), es complementa amb les aportacions documentals de diversa naturalesa que descriurem posteriorment. Hem de considerar que el binomi de les perspectives èmica i ètica no suposa la necessària tria de l'una d'elles, sinó que totes dues aporten informació valuosa a l'investigador, sovint informació contraposada, sobre la visió que individus o grups diferents poden tenir d'un mateix fenomen (K. Pike, 1967: 37).

La participació de l'investigador com a integrant de diversos grups estudiats atorga un nivell qualitativament superior a la

tècnica malinowskiana de l'observació participant. L'autognòsia, o coneixement de la pròpia realitat viscuda, ofereix la possibilitat de valorar la informació de forma més profunda i enriquidora. Malgrat tot, l'etnògraf ha de guardar-se d'oferir un enfocament perillosament subjectiu i parcial (M. Hammersley i P. Atkinson, 1994: 114).

En qualsevol cas, és imprescindible la utilització de les diferents tècniques de recollida d'informació i tractar les dades de forma rigorosa i variada. Encara que les interpretacions no sempre seran del tot objectives (Caro Baroja, J. 1985: 123) podem treballar amb garantia d'obtenir resultats fiables.

La recollida d'informació

Les fonts i tècniques per a l'obtenció d'informació en un estudi d'Etnografia de l'esport són anàlogues a les d'altres treballs etnogràfics. Partint de l'experiència i la formació de l'investigador, s'hi incorporen els coneixements propis del treball de camp i bibliogràfic. A més a més de les fonts escrites, algunes d'elles informatitzades (mitjançant el *Sport Discus*), revistes i llibres especialitzats, els documents audiovisuals (retransmissions televisives o de ràdio, fonts musicals) i enquestes, hem d'estar atents a incorporar qualsevol dada que ens proporcioni informació sobre el grup estudiat. Hem trobat el retrat de l'ídol esportiu en una tapa de iogurt, i l'escut dels clubs de futbol professionals de Madrid fets amb nata i merenga com a guarniment de pastissos que compraran els aficionats esportius els caps de setmana. Per això considerem fonamental la realització d'un inventari amb una base de dades on puguem incorporar noves informacions i revisar materials recollits amb la màxima brevetat.

El treball de camp inclou, a més a més d'entrevistes a informants, les notes de camp sobre els diferents aspectes observats (recollides en fitxes d'investigació i al quadern de camp), confecció de mapes i plànols, documents gràfics i sonors (fotografia, dibuixos, material audiovisual), estudis de casos concrets, enquestes, etc. (I. Rossi i E. O'Higgins, 1981: 166-174).

Hem d'incloure també una tècnica mixta entre el treball de camp i l'estudi de fonts especialitzades. L'anomenem observació a distància. Consisteix en la recollida d'informació a través de la imatge del televisor o de la ràdio, durant retransmissions en directe o en diferit de diversos esdeveniments esportius. La grandesa, detall i perfecció de les produccions televisives constitueix un llibre obert per a l'investigador que, sense poder desplaçar-se al lloc de la celebració esportiva, observa i pot analitzar gairebé com *in situ* els fets que s'estan descabdellant, amb gran claredat i precisió. Evidentment, l'observació a distància priva l'etnògraf de participar completament en la vivència emocional col·lectiva que es desenvolupa al lloc dels fets. Però també és veritat que la quantitat d'informació subministrada per l'ingent nombre de càmeres, micròfons i periodistes que cobreixen l'esdeveniment ofereixen a l'espectador una ingent font de dades susceptibles de ser utilitzades. Sense ser a l'Estadi Santiago Bernabeu, durant un partit del campionat nacional de l'any 1995, vam poder contemplar i escoltar nítidament a través dels micròfons d'ambient, com un grup d'aficionats ultres de l'equip madrileny cantaven l'himne franquista *Cara al Sol* mantenint el braç enlaire en posició de salutació pròpia d'aquell Règim.

Vam utilitzar dos nivells qualitatius de fonts. La primera és directa a través de la contemplació a distància de l'esdeveniment pel mitjà televisiu i de la informació subministrada per l'esportista durant les entrevistes o programes monogràfics. La segona font és indirecta i utilitza la informació subministrada pel mateix periodista. En aquesta font, l'informant passa a ser el periodista, per la qual cosa hem de copsar els seus aspectes subjectius, la seva qualificació, la credibilitat del mitjà per al qual treballa, i també la possible manipulació de la informació amb fins tendenciosos o comercials.

Aquest és el cas de les retransmissions per part de nombroses televisions públiques autonòmiques del nostre país, que s'estan erigint en capdavanteres i animadores dels equips esportius de la seva Comunitat, amb la conseqüent parcialitat en la informació i els comentaris, i amb la davallada de l'objectivitat de l'informador (vegeu quadre 1).

En cap cas no podem, però, menysprear per aquest motiu la informació subministrada pels mitjans de comunicació. Els periodistes, pel seu estatus, ens porten una avantatge abismal pel que fa a la recollida d'informació en alguns contextos, com per exemple en l'esport professional. Aquest avantatge consisteix en el

Quadre 1.

Comparativa entre els comentaris relatius a situacions de joc per part de les televisions autonòmiques en el partit de Lliga celebrat el 10 de maig de 1997 entre el FC Barcelona i el Reial Madrid (Inf. El País, *11/5/1997).*

FET OCORREGUT	TV3-CATALUNYA	TELEMADRID
Min. 8 Entrada d'en Roberto Carlos (R.M.) a Giovanni (B)	És targeta groga, perquè la cama aixecada pot fer mal	Roberto Carlos toca la pilota
Min. 43 Cop de colze d'Alkorta (R.M.) a Ronaldo (B)	Només faltaria que Ronaldo caigués lesionat també	A la cara s'infla tot molt ràpid
Min. 47 Penal d'en Roberto Carlos (R.M.) a Figo (B)	Penal ben assenyalat. No toca la pilota en cap moment	No el toca, no és penal. Es va tirant abans
Min. 55 Falta d'en Stoickov (B)	L'àrbitre està fent el paper de la trista figura	L'àrbitre està tirant endavant el partit, encara que amb dificultat

Quadre 2.
Fitxa de recollida d'informació.

Fitxa Núm: 12/HORITZÓ: central./SECC: espectacle..
APUNT: recepció a l'Ajuntament de Madrid a Carlos Sáinz com a Campió del Món de Ral·lis

LLOC: plaça de la Villa, Madrid.

DATA: 18 d'octubre de 1990.

FONT D'INFORMACIÓ: directa com a part del públic.

ESPORT: Automobilisme de Ral·lis.

ESDEVENIMENT: campionat del Món de 1990.

PROTAGONISTES: Carlos Sainz, pilot de ral·lis, madrileny, de 27 anys. Copilot: Luis Moya. Automòbil: Toyota Celica (Japó).

DESCRIPCIÓ DE L'ESDEVENIMENT: recepció per part de l'alcalde de Madrid, Agustín Rodríguez Sahagún, al balcó de l'Ajuntament, acompanyat pels Campions del Món davant més de cinc mil persones. L'Alcalde assenyala que "Carlos ha portat el nom de Madrid per tot el món".

NOTES: Carlos Sáinz és condecorat amb el títol de Fill Predilecte de la Ciutat. Moya rep la Medalla de la Ciutat.

lliure accés als informants, i en les relacions de cordialitat que normalment existeixen entre tots dos grups i això millora substantivament les possibilitats d'obtenir valuoses informacions (M. Hammersley i P. Atkinson, 1994: 69).

Els professionals dels mitjans de comunicació desenvolupen la seva tasca tot accedint lliurement a zones estrictament reservades (llotges d'autoritats, terreny de joc, banquetes dels suplents, túnel de vestuaris) als quals un desconegut etnògraf no tindria accés fora, que s'escapolís, de manera momentània, de la feina dels agents de seguretat. També la recerca d'informació en aquests cercles, per persones alienes al periodisme causaria, sens dubte, un cert recel, i la sensació que aquest investigador és un espia (P. Bock, 1977: 476).

Quina raó porten els manuals de la ciència quan assenyalen la importància de recollir i anotar tota la informació que sigui possible (P. Bock, 1977: 484). Només un cop compilada i organitzada, es pot emprendre la tasca de seleccionar la que té un més gran interès per al treball i aparcar l'accessòria. Es fa evident, doncs, la necessitat de comptar amb una fitxa-tipus per a la recollida de dades informatives (vegeu cuadre 2). La primera part correspon a les dades tècniques del fet, amb les especificacions temporals i cronològiques. La part inferior de la fitxa es reserva a la descripció de l'assumpte, considerant les variables amb valor etnològic.

De vegades, per inexperiència, fatiga o pressa, podem abandonar l'informant sense haver-li formulat les preguntes que, amb el temps, descobrim que eren les més importants. I en alguna ocasió ens ha sabut greu no haver escrit o retallat una notícia o dada que es perdrà sense remei en la nostra memòria. Moltes de les anècdotes o notícies que els mitjans de comunicació expliquen tenen un interès etnogràfic i etnològic real.

Des del nostre punt de vista, les dades i informacions aparentment trivials per a la investigació, són vàlides sempre que l'etnòleg sigui capaç d'estructurar-les i dotar-les de sentit, d'acord amb les línies interpretatives de l'estudi (J. Caro Baroja 1951: 260). Un sol detall pot donar-nos un punt de referència important per a la nostra comprensió i obrir-nos nous horitzons (R. H. Lowie, 1946: 168). En aquest sentit, seguim els consells de Caro Baroja sobre l'atenció i el tractament que ha de donar l'etnòleg a l'anècdota. Aquesta mena d'informacions, que sovint s'utilitzen simplement per acompanyar una exposició teòrica, són més importants del que pugui semblar.

Les anècdotes són símbols d'un comportament, moral o creença (J. Caro Baroja, 1985: 62) i com aquests, posen de relleu fets i conductes de rellevància manifesta. Els símbols són "fonts d'informació externa que els humans utilitzen per organitzar la seva experiència i les seves relacions socials" (I. Rossi i E. O'Higgins, 1981: 57). En Etnografia hem de recollir nombroses referències a fets i persones concretes, sense convertir l'estudi en un anecdotari. Algunes són tan significatives que arriben a constituir una base argumental per a la nostra tesi i sense elles ens seria impossible trobar les eines que tot investigador necessita per elaborar la seva teoria. Només parlaríem de conjectures i no de fets provats.

Les informacions periodístiques, a través d'assaigs, columnes, reportatges, entrevistes o notícies, publicades quotidianament i que il·lustren a la perfecció els valors i trets característics de les pulsions socials del moment a nivell mundial, han de formar part essencial del material documental del treball basat en esports professionals. Aquests documents han de ser recollits i classificats, per la qual cosa recomanem fer un arxiu de dades (T. Rhys Williams, 1973: 123), normalitzat temàticament, que mitjançant la informàtica pot organitzar-se de manera pràctica i ràpida. D'aquesta manera, accedir a un document, retall o fitxa determinada només suposa la localitzar-lo en la base de dades i aleshores cercar-lo a través d'un número dintre d'una ordenació.

Pel que fa a l'estil literari, considerem que l'Etnografia i l'Etnologia han estat tradicionalment lliures de rígids esquemes teòrics, cosa que ha permès una historiografia molt diversa i també personalitzada segons l'autor. Per això, s'obre a l'estudiós una nova porta per crear camins propis, evitant convertir un treball de descripció i anàlisi en una successió d'apartats, subapartats, divisions i llistes.

El treball més important de l'etnògraf és obtenir les dades més essencials i significatives del grup d'estudi, per poder com-

parar-los amb altres grups i àmbits de la societat. Així mateix, hem de considerar que la majoria dels processos moderns esportius són anàlegs en diversos llocs de la nostra geografia nacional, i també mundial. En les societats modernes, de l'entorn postindustrial, l'esport ha esdevingut un dels processos més clars d'allò que Margaret Mead anomenava "Cultura Mundial", a causa de la semblança entre les pautes de la tecnologia, el llenguatge, els costums i els valors que prevalen entre els diversos pobles del món (M. Mead, 1971: 33).

Etnografia de l'esport: qüestionari

En el qüestionari següent hem recollit els apartats més significatius per al desenvolupament d'una investigació etnogràfica sobre temes esportius. Mitjançant l'estudi d'aquests ítems aplegats en el quadern de camp, podrem assolir un coneixement profund dels distints aspectes d'una manifestació esportiva com a fet cultural vinculat a una determinada societat. Per això, hem afegit als ítems alguns comentaris de processos o fenòmens que poden reclamar l'atenció de noves investigacions. Partint dels aspectes esportius més específics, aplicant conceptes de manuals esmentats, i de l'obra clàssica de Marvin Harris (1995), hem dissenyat el qüestionari següent:

- **Localització de l'activitat**
  - *País, província, lloc*

Si l'objecte d'estudi es realitza en una àrea o zona allunyada de punts de referència, com ciutats, poblacions rurals, muntanyes, etc., caldrà detallar-ne les coordenades geogràfiques i tots els altres elements de referència que facilitin la localització del lloc a posteriors investigadors.

- **Data de la investigació**
  - *Durada de l'estudi*

- **Temporització de l'activitat**
  - *Quan i cada quant temps es realitza*

Cal advertir de si la manifestació estudiada es realitza durant un període estacional (per exemple, l'esquí com a esport hivernal), anual (una temporada de competició), als caps de setmana (grups d'esport recreatiu), etc.

- **Descripció de l'esport o manifestació**
  - *Competitiu, recreatiu, ritual, festiu*

- **Tipus d'esport**
  - *Individual/col·lectiu*
  - *Oposició/cooperació*

En l'esport individual cada individu representa un interès i competeix exclusivament per ell mateix (per exemple, la natació) en contraposició a l'esport d'equip, en què les persones es troben agrupades defensant interessos comuns (bàsquet). Es denomina esport d'oposició el que enfronta individus o equips contra altres de la mateixa composició (per exemple, el tennis o el futbol), i esport de cooperació aquell en què l'equip no s'enfronta a un altre de similar, sinó a elements com ara el medi natural (una cordada d'alpinisme).

- **Grup o persona participant**
  - *Nombre de participants*
  - *Distribució sexual o lliure*
  - *Limitat per edats o lliure*
  - *Pertinença a un grup determinat o lliure*

Podem trobar activitats reglades on es limita l'accés a cada categoria atenent a diversos condicionants, com ara l'edat (infantil, sènior, veterà...), el sexe (masculí, femení, parelles mixtes –tennis–), el pes (judo, karate). En altres casos, la participació en unes certes modalitats esportives correspon, fora de regles escrites, a modes i tradicions (el rugbi, com a esport universitari, l'esquaix com a activitat esgotadora per a "yuppies", el pàdel com a nou esport d'empresaris i polítics).

- **Estructura grupal (si n'hi ha)**
  - *Estratificació social: grups i famílies*
  - *Jeràrquic o paritari. Estudi de l'estructura*
  - *Improvisat o reglamentat*

En especialitats com alguns esports tradicionals (sobretot de l'àmbit basc), la successió familiar és un element característic. A la pilota basca, per exemple, es formen les dinasties de jugadors amb el nom del cognom familiar. S'estudiaran afinitats entre modalitats esportives i grups socials (el polo, per exemple, com a esport de la noblesa i la classe benestant), equips d'empreses, etc.

- **Ocupació de l'espai de joc**
  - *Descripció del medi físic*
  - *Específicament esportiu o adaptat*
  - *Estable o canviant*
  - *Dificulteu i estat del medi. Classificació*
  - *Utilització i propietat del medi*

En aquest apartat detallarem una descripció de l'espai de joc, considerant factors com la seva funcionalitat (un camp de futbol és un espai específic esportiu, a diferència d'una paret del pavelló que s'ha convertit en rocòdrom). En el medi estable es juguen esports com el bàsquet o la natació; en un medi canviant els elements atmosfèrics, o espacials exigeixen una adaptació a la situació (per exemple, la mateixa pista d'esquí podem trobar-la amb neu dura, plaques de gel, banyeres o neu en pols).

L'espai de joc pot estar catalogat segons la forma en què es manifesta (pistes verdes, blaves, vermelles i negres en esquí; vent de força X en surf de vela; onades d'X metres o peus en surf) que indiquen dificultats graduals.

S'estudiaran possibles normes d'utilització i propietat: El lloguer d'una pista municipal, l'ocupació d'un camp segons la llei de "qui arriba primer", la llei del "rei de la pista", les normes de propietat de

parar-los amb altres grups i àmbits de la societat. Així mateix, hem de considerar que la majoria dels processos moderns esportius són anàlegs en diversos llocs de la nostra geografia nacional, i també mundial. En les societats modernes, de l'entorn postindustrial, l'esport ha esdevingut un dels processos més clars d'allò que Margaret Mead anomenava "Cultura Mundial", a causa de la semblança entre les pautes de la tecnologia, el llenguatge, els costums i els valors que prevalen entre els diversos pobles del món (M. Mead, 1971: 33).

Etnografia de l'esport: qüestionari

En el qüestionari següent hem recollit els apartats més significatius per al desenvolupament d'una investigació etnogràfica sobre temes esportius. Mitjançant l'estudi d'aquests ítems aplegats en el quadern de camp, podrem assolir un coneixement profund dels distints aspectes d'una manifestació esportiva com a fet cultural vinculat a una determinada societat. Per això, hem afegit als ítems alguns comentaris de processos o fenòmens que poden reclamar l'atenció de noves investigacions. Partint dels aspectes esportius més específics, aplicant conceptes de manuals esmentats, i de l'obra clàssica de Marvin Harris (1995), hem dissenyat el qüestionari següent:

- **Localització de l'activitat**
  - *País, província, lloc*

Si l'objecte d'estudi es realitza en una àrea o zona allunyada de punts de referència, com ciutats, poblacions rurals, muntanyes, etc., caldrà detallar-ne les coordenades geogràfiques i tots els altres elements de referència que facilitin la localització del lloc a posteriors investigadors.

- **Data de la investigació**
  - *Durada de l'estudi*

- **Temporització de l'activitat**
  - *Quan i cada quant temps es realitza*

Cal advertir de si la manifestació estudiada es realitza durant un període estacional (per exemple, l'esquí com a esport hivernal), anual (una temporada de competició), als caps de setmana (grups d'esport recreatiu), etc.

- **Descripció de l'esport o manifestació**
  - *Competitiu, recreatiu, ritual, festiu*

- **Tipus d'esport**
  - *Individual/col·lectiu*
  - *Oposició/cooperació*

En l'esport individual cada individu representa un interès i competeix exclusivament per ell mateix (per exemple, la natació) en contraposició a l'esport d'equip, en què les persones es troben agrupades defensant interessos comuns (bàsquet). Es denomina esport d'oposició el que enfronta individus o equips contra altres de la mateixa composició (per exemple, el tennis o el futbol), i esport de cooperació aquell en què l'equip no s'enfronta a un altre de similar, sinó a elements com ara el medi natural (una cordada d'alpinisme).

- **Grup o persona participant**
  - *Nombre de participants*
  - *Distribució sexual o lliure*
  - *Limitat per edats o lliure*
  - *Pertinença a un grup determinat o lliure*

Podem trobar activitats reglades on es limita l'accés a cada categoria atenent a diversos condicionants, com ara l'edat (infantil, sènior, veterà...), el sexe (masculí, femení, parelles mixtes –tennis–), el pes (judo, karate). En altres casos, la participació en unes certes modalitats esportives correspon, fora de regles escrites, a modes i tradicions (el rugbi, com a esport universitari, l'esquaix com a activitat esgotadora per a "yuppies", el pàdel com a nou esport d'empresaris i polítics).

- **Estructura grupal (si n'hi ha)**
  - *Estratificació social: grups i famílies*
  - *Jeràrquic o paritari. Estudi de l'estructura*
  - *Improvisat o reglamentat*

En especialitats com alguns esports tradicionals (sobretot de l'àmbit basc), la successió familiar és un element característic. A la pilota basca, per exemple, es formen les dinasties de jugadors amb el nom del cognom familiar. S'estudiaran afinitats entre modalitats esportives i grups socials (el polo, per exemple, com a esport de la noblesa i la classe benestant), equips d'empreses, etc.

- **Ocupació de l'espai de joc**
  - *Descripció del medi físic*
  - *Específicament esportiu o adaptat*
  - *Estable o canviant*
  - *Dificulteu i estat del medi. Classificació*
  - *Utilització i propietat del medi*

En aquest apartat detallarem una descripció de l'espai de joc, considerant factors com la seva funcionalitat (un camp de futbol és un espai específic esportiu, a diferència d'una paret del pavelló que s'ha convertit en rocòdrom). En el medi estable es juguen esports com el bàsquet o la natació; en un medi canviant els elements atmosfèrics, o espacials exigeixen una adaptació a la situació (per exemple, la mateixa pista d'esquí podem trobar-la amb neu dura, plaques de gel, banyeres o neu en pols).

L'espai de joc pot estar catalogat segons la forma en què es manifesta (pistes verdes, blaves, vermelles i negres en esquí; vent de força X en surf de vela; onades d'X metres o peus en surf) que indiquen dificultats graduals.

S'estudiaran possibles normes d'utilització i propietat: El lloguer d'una pista municipal, l'ocupació d'un camp segons la llei de "qui arriba primer", la llei del "rei de la pista", les normes de propietat de

l'ona en surf (el que primer s'aixeca sobre la taula n'adquireix la propietat).

- **L'energia utilitzada**
  - *La producció d'energia (*)*
  - *Influència del medi ambient (*.*
  - *Nivell de consum energètic(**) vital*

(*) Es detallaran les diverses fonts energètiques (muscular, energies lliures, motors d'explosió) així com la influència del vent en l'execució de la pràctica (un vent fort és ideal per a la pràctica del surf de vela però impossibilita el vol de l'ala de pendent).
(**) Cal reflectir la intensitat de joc amb què es practica l'activitat: si implica un consum regular i discret de l'energia corporal (com en els partits recreatius o "de costellada") o pel contrari exigeix un buidament absolut de les capacitats físiques de l'individu (com ara els desafiaments personals en diversos esports tradicionals bascos, o els intents per obtenir marques rècords).

- **Tècniques de vestit**
  - *Tipus de vestimenta*
  - *Possibles diferències estacionals*
  - *Primeres matèries elaboració*

Es descriuran des dels vestits específics de la pràctica esportiva (siguin o no reglamentats) als ornaments i elements de prestigi (l'anell de Campió de la Lliga de bàsquet americana NBA).

- **Estris i equipament**
  - *Descripció dels materials emprats.*
  - *Primeres matèries i elaboració.*
  - *Tècniques de transport i manteniment dels estris.*
  - *Tècniques d'ús (específicament esportives).*

- **Tècniques del cos**
  - *Tècniques de salutació*
  - *Tècniques de desplaçament i moviment*
  - *Posicions d'espera i repòs*
  - *Reaccions emocionals: efusió, mal, auxili*

En l'ampli ventall de tècniques corporals recollirem tant els gestos individuals, de persones estudiades, com els normalitzats pel grup: la salutació dels "motards" (la V de la victòria i les ràfegues), i dels surfistes, els cops de mans d'esports com el bàsquet i voleibol. En les tècniques de moviment estudiem les tècniques de correguda, salt, girs, caigudes, acrobàcies, ús prioritari d'un membre dels esports asimètrics (com l'handbol amb el braç dominant) o dels dos costats (saco). Introduïm en aquest apartat d'altres tècniques del cos, com ara les reaccions d'auxili i perill (per exemple, els surfistes de planxa o de vela), i les d'espera (un corredor de relleus esperant el testimoni, un tennista la recepció del servei).

- **Tècniques de comunicació**
  - *Trets específics formals i de contingut del llenguatge*
  - *Comunicació gestual i no verbal. Gestos i actituds*

Recollim els senyals de comunicació motriu visual i sonora (com les d'un base de bàsquet mostrant la jugada a realitzar), les contrasenyes tàctiques, l'argot de cada subcultura esportiva.

- **Alimentació**
  - *Tècniques d'adquisició i consum*
  - *Preferències i limitacions. Aliments prohibits*

L'adquisició i transport d'aliments per a una expedició d'aventura o de muntanya requereix enormes esforços. S'estudien les tècniques de transport dels aliments (per exemple, la butxaca del mallot i l'*aiguader* dels ciclistes).
Tradicionalment, els aixecadors de pedra bascos, igual com els qui practiquen l'halterofília, han mantingut una dieta preferent de proteïnes (sobretot animals). Els aliments rics en hidrats de carboni (com la pasta) són en l'actualitat la base de la dieta de tots els esportistes de resistència.
En esports com la gimnàstica rítmica, es considera tabú la ingestió de dolços i pastissos, i és severament perseguida pels entrenadors. La permissivitat o prohibició de l'ús de l'alcohol no han de ser oblidades en l'estudi.

Dibuix cortesia de Pedro Zorrilla Sanz.

- **Vida domèstica**
  - *Nuclis d'habitació: família, matrimoni*
  - *Les tradicions esportives familiars*
  - *Associacions no basades en el parentiu: companyonia, comunitat*
  - *Centres d'esportistes*

Als esports professionals com el futbol trobem de forma majoritària el nucli familiar establert com a unitat al voltant del futbolista; a partir d'aquell nucli es poden donar casos de segones generacions de futbolistes (Marquitos-Marcos, Cruyff-Jordi Cruyff).
Als esports radicals existeixen formes de convivència basades en el grup d'iguals, com ara escaladors i surfistes de vela. Per contra, l'estudi pot tractar sobre grups esportius que s'allotgin en centres especials dirigits per les autoritats com ho són els centres d'alt rendiment.

- **Vida sexual**
  - *Hàbits sexuals*

L'estudi recull la permissivitat o el control estricte dels hàbits sexuals dels esportistes i l'ambient social en què es desenvolupa aquest criteri (durant una concentració prèvia a un campionat regeix la vida monacal; en ambients surfistes, la promiscuïtat es percep com un factor de prestigi).

- **Estatus**
  - *El cicle vital. Etapes i cerimònies*
  - *Ritus d'iniciació, afirmació i passatge*

Existeixen diferents situacions susceptibles de la investigació etnogràfica, com ara la pedrera de joves jugadors, les innocentades als nous integrants de l'equip, o les proves de selecció com a fórmula de captació dels millors jugadors universitaris per als equips professionals americans. Cerimònies: del naixement a la mort.
Igualment, l'apartat dedicat al cicle vital aprofundirà en les activitats pròpies de cada cicle, i les diferències apreciables al voltant del joc o l'esport estudiat, i presentarà les característiques del cicle diari i estacional (son-vigília, activitats desenvolupades segons el moment diari, o el període de l'any).

- **Llei i ordre**
  - *Lideratges*
  - *Conflictes socials*
  - *Normes grupals*

En aquest apartat es contemplen les figures del líder representatiu (capità) i del líder carismàtic de l'equip, els seus possibles enfrontaments; els conflictes socials intragrupals, la formació de bàndols amb interessos contraposats, els grups de poder, les pautes de conducta (deures, obligacions, privilegis, etc.) d'individus i grups.

- **Esdeveniments socials**
  - *Festes i celebracions*
  - *Vida social i rutines*

Les festes com a fites dintre del cicle anual: el final de temporada, els àpats de confraternització, les concentracions d'esportistes. També s'hi recullen les dades més significatives de les rutines dels diferents col·lectius (les jornades simples o dobles d'entrenament, les recuperacions de les lesions, la jornada de l'escalador, les comprovacions rutinàries de l'equipament del practicant d'ala de pendent, etc.).

- **Pràctiques màgico-religioses**
  - *Culte i cerimònies*
  - *Supersticions i tabús*

Cerimònies practicades per al grup esportiu o per aquest: l'ofrena del títol a la Patrona de la localitat, missa d'acció de gràcies, oracions. Supersticions per dominar els factors de l'atzar del joc, penjolls, amulets, escenes rituals d'intimidació del contrari, com la dansa de l'equip de rugbi de Nova Zelanda Old Blacks abans del partit.

- **Art**
  - *Manifestacions artístiques*
  - *Tècniques d'exhibició i virtuosisme*

En aquest punt han de ser investigades diferents manifestacions artístiques tant sobre l'equipament (ornaments en motos o en planxes de surf de vela) com sobre les tècniques motrius realitzades amb simple objectiu artístic i no pas funcional esportiu: són les exhibicions de virtuosisme de cada esport com a mostra d'art efímer i espontani.

- **Personalitat i cultura**
  - *Educació infantil i personalitat*
  - *Transcendència nacional del fet esportiu-esport nacional*
  - *Societats automarginades*

En aquest punt es recollirà la inculcació d'uns certs valors socials i personals en els esportistes infantils per part d'entrenadors: el desenvolupament de l'esperit del defensor futbolista, o les tècniques de murrieria competitiva. Si la manifestació esportiva que estem estudiant es presenta en el grup amb unes connotacions similars a altres col·lectius del territori (allò que anomenem "l'esport nacional"), han de reflectir-se els seus elements definitoris.

- **Informants**

Es recullen les aportacions descrites pels informants, així com les seves dades i referències personals.

Aplicacions de l'etnografia de camp

Tractant d'assolir els objectius operatius i funcionals de la Ciència, volem indicar com a resum les aplicacions que considerem que poden tenir els estudis d'Etnografia de l'esport:

- Aquesta disciplina ens aporta el mètode i les tècniques necessàries per conèixer amb rigor el patrimoni material i espiritual que constitueix la cultura de l'esport, la més important manifestació social dels nostres dies.
- Podrem conèixer els elements que defineixen cadascun dels col·lectius, les seves senyes d'identitat, i els factors que mantenen la vinculació d'un grup a un altre de més extens. Així, accedim a la comprensió de les seves pautes de conducta, difícilment explicables des d'una posició externa al grup.
- Amb el coneixement íntim dels diferents grups s'obté una informació absolutament específica i original, que en anar evolucionant amb les noves tendències es perdria. L'esport, de la mateixa manera que la societat en què es desenvolupa, es troba sotmès a una evolució que no exclou grans canvis o revolucions produïdes per la inclusió de nous valors, tècniques o artefactes en la societat.
- Solament coneixent les escales de valors, i els aspectes animològics dels practicants i dels qui els envolten (com ara els espectadors) es podran crear estratègies adequades per enfrontar-se als problemes socials originats en els fenòmens esportius com per exemple la violència juvenil en els espectacles i l'alt nombre de sinistres entre els joves conductors de moto.
- Adquireixen importància científica sectors que tradicionalment no han suscitat l'interès per part dels investigadors més coneixedors dels aspectes particulars de les grans manifestacions esportives. L'etnògraf, mitjançant l'estudi, comprèn i domina les manifestacions socials marginals. Així pot valorar-les adequadament, i no segons els prejudicis negatius fruit del rebuig cap allò que es presenta com estrany a allò que és comú.
- El coneixement dels costums i les tècniques utilitzades en algunes noves activitats desenvolupades en el medi natural és condició indispensable per a l'elaboració de programes adreçats a pal·liar

aquest continu i progressiu deteriorament del medi.

- Com a científic, l'antropòleg ha de posar els seus coneixements al servei de la societat per tal de col·laborar en la construcció d'un món més just, tolerant i humà.

Si no som capaços d'inculcar a les pròximes generacions el respecte al medi natural, a l'altre individu o grup, encara que sigui l'adversari, i al nostre propi cos mitjançant la pràctica esportiva, haurem perdut l'essència dels valors humanístics de l'esport. S'ha fet palès el risc que l'esport esdevingui exclusivament un mitjà per a la cura física del cos, menyspreant els beneficis psicològics, ètics i morals que proporciona a l'individu l'esperit de superació i d'equip. En els programes educatius i de conscienciació es troba la clau de recuperar-lo com a un mitjà a través del qual s'enforteixi la dignitat de l'home i es millorin les relacions interpersonals. L'antropòleg de l'esport, com a científic, ha d'exercir una tasca de pont entre les realitats socials canviants i les accions institucionals (reglamentàries i legislatives), tot proposant estratègies per potenciar aquests valors. De la mateixa manera, juga un important paper social en assenyalar l'aparició i la causalitat d'elements conflictius i en contribuir, mitjançant el seu coneixement, a eradicar els factors perjudicials que puguin sorgir, per a la convivència, en el transcurs dels temps. Aquesta és la nostra responsabilitat.

Bibliografia

Aguirre Batzán, A. (1995), *Etnografía*. Editorial Boixaren Universitaria.

Bock, P. (1977), *Introducción a la moderna Antropología Cultural*. México: FCE.

Caro Baroja, J. (1951), "Sobre Psicología étnica". Revista de Dialectología y Tradiciones Populares. Tomo VII. *Cuaderno n.º 2*. Madrid: CSIC.

Caro Baroja, J. i Temprano, E. (1985), *Disquisiciones antropológicas*. Madrid: Itsmo.

Epstein, A. L. (1978), *Ethos and identity*. Londres: Tavistock.

Hammersley, M. i Atkinson, P. (1994), *Etnografía. Métodos de investigación*. Barcelona: Paidós Básica.

Harris, M. (1995), *Introducción a la antropología general*. Madrid: Alianza Editorial.

Kemp, W. (1975), "El flujo de energía en una sociedad de cazadores", *Introducción a la Antropología Biológica y Social*. Scientific American. Madrid: Hermann Blume.

Lowie, R. H. (1946), *Historia de la Etnología*. México: FCE.

Martínez, C. y Ojeda, M. (1989), *Cómo dominar la Antropología*. Madrid: Playor.

Mauss, M. (1966), "Les techniques du corps". *Sociologie et anthropologie*. París: PUF.

– (1967), *Introducción a la Etnografía*. Madrid: Itsmo.

Mead, M. (1971), *La Antropología y el Mundo Contemporáneo*. Buenos Aires: Siglo XX.

Pujadas, J. J. (1993), *Etnicidad, identidad cultural de los pueblos*. Madrid: Eudema.

Rhys Williams, T. (1973), *Métodos de campo en el estudio de la cultura*. Madrid: Taller Ediciones J.B.

Rossi, I. i O'Higgins, E. (1981), *Teorías de la Cultura y Métodos Antropológicos*. Anagrama. Barcelona.

Paraules clau
tècniques de relaxació, natació, psicologia, lesions, retirada esportiva

Efectes de l'aprenentatge de tècniques de relaxació en la pràctica de natació no competitiva*

Mònica Pintanel Bassets
Doctora en Psicologia. Mestra en Psicologia de l'activitat física i l'esport
Professora Facultat de Psicologia UAB

Abstract

In general, people who learn to relax obtain obvious benefits in all areas of their lives. This study will try to show if this learning also has effects in the field of physical activity and sport and, to be more exact, in the practice of non-competitive swimming. We have carried out one single case where we taught a series of psychological techniques of relaxation and body consciousness, and we have evaluated in what way its application in a sporting context has been affected. The results show differences at two moments: a) before knowing the relaxation techniques and b) after applying them. So, before applying them, the subject trained in a more competitive way, forcing himself beyond the limit, and maintained an attitude focused on the results. On the other hand, after applying them, he swims noticing more the body sensations, takes pleasure from the process and distinguishes which are the muscles involved in the sporting movement and which not. The conclusions show that the practice of relaxation can also help in areas such as the prevention of injuries and advice in the period of sporting retirement.

Resum

En general, les persones que aprenen a relaxar-se obtenen uns beneficis clars en totes les àrees de la seva vida. L'estudi present pretén comprovar si aquest aprenentatge també té efectes en el camp de l'activitat física i l'esport i, concretament, en la pràctica de natació no competitiva. S'ha dut a terme una intervenció de cas únic, on s'ensenyava un paquet de tècniques psicològiques de relaxació i conscienciació corporal i s'ha avaluat de quina manera l'aplicació d'aquestes tècniques ha afectat el context esportiu. Els resultats mostren diferències en dos moments: *a) abans de conèixer les tècniques de relaxació* i *b) després d'aplicar-les*. Així, *abans* d'aplicar-les, el subjecte entrenava d'una manera més competitiva, esforçant-se més enllà del que podia i mantenia una actitud centrada en els resultats. En canvi, *després d'aplicar-les*, quan neda s'adona més de les sensacions del cos, gaudeix del procés i distingeix quina és la musculatura implicada en el gest esportiu i quina no. Les conclusions assenyalen que la pràctica de relaxació també pot ajudar en àrees com la *prevenció de lesions* i l'assessorament en el període de la *retirada esportiva*.

Introducció

L'experiència de deu anys ensenyant tècniques de relaxació i conscienciació corporal mostra que les persones que aprenen a relaxar-se obtenen uns beneficis clars en totes les àrees de la seva vida personal (Pintanel *et al.* 1992; Pintanel *et al.* 1994; Pintanel,

* Una primera versió d'aquest treball va ser presentat com a cartell a les *XVI Jornades de l'Associació Catalana de Psicologia de l'Esport*. Barcelona, novembre de 1999.

Taula 1.
Registre d'observació utilitzat per anotar els aspectes conductuals, emocionals i cognitius que anaven canviant al llarg de les sessions de relaxació i conscienciació corporal.

Data	Núm. Sessió	Canvi Conductual	Canvi Emocional	Canvi Cognitiu

1999). En un context més específic, Roura (1999) exposa que l'ús de la respiració i la relaxació, com a continguts de programes d'activitat física, ajuden a prendre consciència i coneixement del propi cos, i això suposa que la pràctica d'un esport es realitza de forma més conscient i se'n pugui gaudir més. Segons la mateixa autora, el treball amb la relaxació és adequat per notar les sensacions del to muscular, per conscienciar-se del moviment i del propi cos. En aquesta mateixa línia, Payne (1998) comenta que es pot considerar la pràctica d'exercici físic com a una eina per reduir la tensió física i mental, per obtenir sensació de benestar i per reduir la fatiga, l'agressió, la depressió o l'insomni. També en el camp de l'esport, Hewitt (1986) diu que l'aplicació dels principis de la *"relaxació en acció"* (relaxació destinada a disminuir estats d'activació elevats durant l'entrenament o la competició) millora l'execució en qualsevol esport, joc o esdeveniment físic. Així, l'atleta que ha après a relaxar-se abans de portar a terme un gran esforç, o que, fins i tot, mostra cert grau de relaxació durant l'execució d'aquest, aprèn a evitar tota tensió muscular innecessària en aquell gest esportiu, i mostra un espectacle més coordinat, equilibrat i harmoniós.

En aquest sentit, sembla que l'aprenentatge de tècniques de relaxació pot tenir una incidència clara en la pràctica de diferents esports i activitats físiques. A nivell psicològic, aquestes tècniques fan modificar les actituds, aconsegueixen que l'esportista valori més els seus moments de satisfacció personal, millori la seva seguretat i autoconfiança i, en general, aprengui a motivar-se més pel mateix procés de participació en l'esport, que no pas pels resultats.

D'aquesta manera, seguint el marc conceptual descrit, l'estudi present és el resultat de la sistematització d'una experiència pràctica que es va dur a terme amb una dona esportista *amateur*, que actualment practica natació a nivell no competitiu. El punt de partida va ser entrenar aquesta dona en la pràctica de tècniques de relaxació, per tal que disminuís les seves tensions generals, tant físiques com psicològiques. Es pretenia que ella apliqués l'experiència d'aquestes tècniques en totes les àrees de la seva vida diària. En un segon moment, i com a resultat d'una entrevista en profunditat, es va veure que ella havia transferit els coneixements i les experiències de la relaxació a diferents situacions de la seva vida quotidiana i, concretament, a l'àmbit de l'esport i l'activitat física. Així, els resultats que es presenten recullen els aspectes físics, emocionals i cognitius que ella va canviar a nivell general i, també, a nivell esportiu, després de practicar les tècniques de relaxació.

Mètode

Subjectes

Es presenta un estudi de cas únic on va participar una dona de 22 anys, estudiant universitària de la llicenciatura d'econòmiques de la Universitat Autònoma de Barcelona. Actualment practica natació, tennis taula i esquí (a la temporada d'hivern) a un nivell no competitiu. Quant a la seva història esportiva, cal ressaltar que va iniciar-se en la pràctica de l'esport a la infantesa. A nivell competitiu va practicar bàdminton i basquetbol, i a nivell *amateur* va participar en patinatge sobre rodes, natació, tennis, tennis taula, esquí, i bicicleta. En el moment de ser seleccionada per a la investigació no tenia experiència en tècniques de relaxació i conscienciació corporal.

Instruments

Es van utilitzar dos tipus d'instruments:

- Registre d'observació d'aspectes conductuals, emocionals i cognitius, registrats de forma periòdica durant les sessions d'aprenentatge de tècniques de relaxació i que feien referència a actituds generals de la vida quotidiana del subjecte. Com s'observa a la Taula 1, en el registre s'anotava la data d'avaluació, el nombre de sessió, i les observacions realitzades per l'experimentador i el subjecte. A posteriori, la informació recopilada era classificada per l'experimentador en les tres categories de canvis: conductuals, emocionals i/o cognitius (un per columna).

- Autoinforme: entrevista personal. Aquesta entrevista constava de 5 preguntes obertes que donaven informació de la manera com els canvis d'actitud produïts en la seva vida personal, després d'aprendre la relaxació, també havien influït en la seva forma de practicar la natació.

Procediment

Per portar a terme la intervenció es va realitzar un estudi longitudinal del subjecte al llarg de 9 mesos. En el moment d'iniciar la investigació, el subjecte no executava cap esport a nivell competitiu, però sí que practicava natació pel seu compte. Des del mes d'octubre del 98 fins al juny del 99 va realitzar l'aprenentatge i l'aplicació de tècniques de relaxació i de conscienciació corporal, a raó d'una sessió setmanal de dues hores de durada. Aquestes sessions d'intervenció eren dirigides per una psicòloga, i aglutinaven el paquet de tècniques següents:

- *Tècnica de respiració.* S'ensenyaven 10 respiracions profundes a nivell abdominal, on l'expiració comprengués el doble de temps que la inspiració. L'objectiu era aconseguir que el subjecte esdevingués conscient de la pròpia respiració.

- *Tècnica de conscienciació corporal*. Consistia a notar els contactes del cos amb el terra i identificar les diferents zones corporals on s'acumulen les tensions. A més a més, es va treballar amb la conscienciació de tots els sentits (vista, oïda, tacte, olfacte, sensacions cinètiques).
- *Tècnica de relaxació profunda guiada* (relaxació tipus *Schultz*). El subjecte rebia unes instruccions de relaxació durant vint minuts, i després restava descansant profundament durant vint minuts més. Aquesta tècnica l'aprenia en diferents posicions del cos: estirada, asseguda i dempeus.
- *Tècnica de visualització*. Consistia a imaginar totes les zones del cos relaxades, o bé un paisatge en el qual es pogués sentir a gust i descansada.
- *Tècnica de pensaments positius*. El subjecte aprenia a incorporar al seu repertori cognitiu, frases del tipus "em sento a gust amb mi mateixa", "estic tranquil·la", "tot anirà bé". Aquests pensaments positius anaven acompanyats de la consciència de la respiració.

Amb l'aprenentatge d'aquestes tècniques es pretenia que el subjecte modifiqués les seves actituds generals i disminuís les seves tensions físiques i mentals en la seva vida quotidiana. De forma periòdica, es van anar registrant els canvis cognitius, conductuals i emocionals produïts *durant la sessió de relaxació* en el registre d'observació, i també s'anotaven els canvis que el subjecte hagués notat durant la setmana (vegeu la *Taula 1*). En finalitzar el període d'aprenentatge de 9 mesos, es va realitzar una entrevista personal per conèixer si aquests canvis d'actitud produïts en el subjecte, es podien extrapolar a la seva participació en la natació (practicada de forma no competitiva).

Resultats

En un primer apartat s'exposen els canvis generals observats al llarg dels 9 mesos d'aprenentatge de les tècniques de relaxació i conscienciació corporal i, en un segon apartat, s'expliquen les diferències en la forma de practicar la natació, abans i després d'aprendre les tècniques de relaxació.

Canvis d'actitud generals observats al llarg de les sessions

Mitjançant el registre d'observació (vegeu Taula 1), es van anar recollint els canvis conductuals, emocionals i cognitius produïts al llarg de les sessions de relaxació i conscienciació corporal. A la Taula 2 es poden veure resumits aquests canvis en tres àrees específiques: conductual, emocional i cognitiva. En primer lloc, els canvis produïts en l'àrea conductual engloben aspectes d'experimentació del cos (tant físicament com sensorialment), de reconeixement de zones musculars que abans no es tenien en compte i de consciència del propi ritme personal. En l'àrea emocional, hi va haver una millora de l'estat d'ànim general, de l'autoconfiança i l'autoestima i més satisfacció per la imatge corporal personal. En darrer lloc, en l'àrea cognitiva van canviar alguns valors i creences i, d'altra banda, alguna funció psicològica bàsica com ara l'atenció, la concentració i la percepció del temps. Com a resum, destacarem la importància que el subjecte fes conscients diferents parts del seu cos que abans no tenia presents, que aprengués a expressar amb més espontaneïtat les seves emocions i pensaments i que incorporés en la seva vida diària els descansos i "l'acte de parar" i estar atenta a la respiració.

Diferències en la forma de practicar la natació, abans i després d'aprendre tècniques de relaxació i conscienciació corporal

Centrant-nos en els canvis produïts en l'àrea esportiva, sembla que l'aprenentatge de tècniques de relaxació va tenir efectes positius en la forma de practicar la natació. Segons manifesta la subjecte en l'entrevista, la forma de nedar abans i després de conèixer les tècniques, va canviar substancialment. Aquestes diferències les veiem reflectides en els resultats en tres blocs: 1) canvis físics i conductuals en la pràctica de la natació; 2) canvis emocionals en la

Taula 2.
Canvis d'actitud generals del subjecte, produïts al llarg de les sessions d'aprenentatge de les tècniques de relaxació i conscienciació corporal. Els canvis es van donar en tres àrees específiques: conductual, emocional i cognitiva.

Àrees Específiques	Canvis actitudinals produïts al llarg de les sessions
Conductual	• Practicar la relaxació muscular i conèixer la diferència entre tensió i relaxació. • Experimentar els moviments articulars. • Adoptar un ritme personal propi en realitzar les coses (estudi, treball, descans, esport). • Experimentar sensorialment tot el cos (sobretot tacte, sensacions cinètiques, olor i oïda). • Millorar el ritme i la coordinació.
Emocional	• Millorar l'estat d'ànim general. • Sentir-se satisfet amb la imatge corporal pròpia. • Millorar l'autoconfiança. • Augmentar l'autoestima, tenir més optimisme i seguretat.
Cognitiva	• Millorar la capacitat d'atenció i concentració. • Ser conscient de la respiració. • Modificar la percepció del temps i l'orientació espacio-temporal. • Augmentar la capacitat creativa. • Escoltar més el cos i fer descansos. • Pensar en els beneficis de la relaxació. • Conèixer més les capacitats i limitacions d'un mateix.

Taula 3.
Canvis físics i conductuals en la pràctica de la natació influïts per l'aprenentatge de tècniques de relaxació.

Abans de practicar relaxació		Després de practicar relaxació
Rigidesa muscular/tensió	→	Flexibilitat muscular/relaxació
¡Esforçar-se al límit!	→	Nedar seguint el propi ritme esforçar-me fins on puc!
Començar l'exercici sense escalfar	→	Fer estiraments i escalfaments abans de començar a nedar
Tensar zones no implicades en el gest esportiu (implicació muscular àmplia)	→	Relaxar zones tenses no implicades en el gest esportiu (eliminació de tensió muscular innecessària)
Programa d'intensitat elevada	→	Programa d'intensitat moderada
No ser conscient de la respiració	→	Ser conscient de la respiració
No percebre el pes corporal	→	Notar el propi pes corporal
No tenir percepció de les tensions no implicades en el gest esportiu	→	Auto-percepció de les zones implicades en el gest esportiu i notar les sensacions del cos en contacte amb l'aigua.

pràctica de la natació; i 3) canvis cognitius en la pràctica de la natació.

Com s'observa a la *Taula 3*, els canvis físics i conductuals incideixen, en conjunt, en la pràctica de la natació de forma menys competitiva i exigent. Això es veu en el fet que "s'esforça fins on pot físicament" (i no per demanda d'uns resultats competitius), segueix un programa d'intensitat moderada, percep i diferencia les zones musculars rígides i les relaxades (tant les zones implicades en el gest esportiu com les que no), i pren més consciència del cos, tot notant el contacte d'aquest amb l'aigua i fent estiraments i escalfaments musculars. En conjunt, els resultats indiquen que ha pres més consciència del propi cos i dels gestos esportius implicats en la natació.

Quant als canvis emocionals (vegeu Taula 4), els sentiments globals que ha adquirit són els de gaudir més fent exercici (abans s'ho prenia com una obligació), sentir satisfacció i millorar l'autoestima i, prendre's la pràctica de la natació amb un sentit més lúdic.

A la Taula 5 s'observa com la subjecte ha après a elaborar cognicions i pensaments de forma més realista, i d'altra banda positivitza les situacions i té una mentalitat més àmplia. Un aspecte important és que ha disminuït la forma de comparar-se amb el rendiment d'altres esportistes o nedadors, ja que ara posa més atenció en la seva pròpia execució (pensem que quan es competeix, una condició inherent a la competició és comparar-se amb els resultats dels contrincants o adversaris, amb la conseqüent tensió que això comporta); d'altra banda, se centra més a escoltar el seu cos, a fer descansos, i a valorar més els beneficis de la pràctica esportiva.

Discussió i conclusions

Quant als efectes de la *pràctica de tècniques de relaxació i de conscienciació corporal* en la pràctica de la natació, aquests s'han produït en tres àrees específiques (conductual, emocional i cognitiva) i han suposat canvis importants en la forma de practicar l'esport: es realitza natació amb un sentit més lúdic, de diversió i de gaudi personal (contraposat a les exigències de la competició); s'ha augmentat la consciència corporal, i es reconeixen les tensions i les zones relaxades (contraposat als sobre-esforços i al fet d'*"arribar al límit"* competitius). En aquest punt és important aturar-se per considerar que el fet d'escoltar el cos i no fer esforços per damunt de les pròpies possibilitats obre un camí d'investigació en el camp de les lesions esportives. Ens referim al fet que quan una persona ja practica la natació de forma no competitiva, és important que redueixi els sobreesforços i les exigències més propis de la competició i de l'entrenament tècnic (Solé i Joven, 1997), i apliqui la relaxació per tal de disminuir la seva tendència a competir *al límit* amb l'alt risc de patir lesions. Tal com comenta Hewitt (1986, 1998), la consciència de la posició i dels moviments corporals ajuden a no fer esforços excessius i permet contraure només els músculs essencials d'una tasca determinada, i relaxar els músculs que no s'hi troben implicats. D'altra banda, Payne (1998) aconsella que el practicant d'activitat física o esport reconegui els signes de fatiga (mal al pit, mareig o desmais), i que no continuï exercitant-se si es nota al límit de les seves forces, ja que tot això previndrà possibles lesions o contractures musculars. En la mateixa línia, un altre camí de recerca interessant que es dibuixa és l'estudi de la interacció i percepció del medi aquàtic amb tots els sentits (vista, oïda, olfacte, tacte, sensacions cinètiques i, amb menys preponderància, el sentit del gust). Estem acostumats a percebre l'entorn de forma visual, excepte els individus amb discapacitats, i és apropiat ensenyar les persones a copsar la realitat esportiva, bo i ampliant-ne la percepció sensorial. Una experiència interessant d'experimentació i percepció amb tots els sentits en el medi aquàtic és la que presenta Martí (1996) en un treball amb un nen amb disminució visual i necessitats educatives especials. De la seva banda, Pintanel (1999) també mostra com la utilització més global dels sentits desenvolupa la capacitat creativa de les persones i les ajuda a sensibilitzar-se amb un altre tipus d'experiències.

Un altre camp on penso que també es pot aplicar la pràctica de tècniques de relaxació i de conscienciació postural és en el període de la retirada esportiva (moment cab-

dal en la història de l'esportista, perquè passa de practicar competitivament a entrenar-se a nivell *amateur*). Conèixer més les sensacions, el propi cos i els límits d'esforç on arribar, beneficien l'esportista ja que obté una actitud més ajustada a la seva nova realitat professional. A l'esportista que s'ha retirat del nivell de competició, li costa renunciar a la seva participació de tipus agonista i convé que s'interessi més per una pràctica lúdica i saludable (Blasco, 1994; Capdevila, 1999). Pensem que no és adequat que l'esportista continuï valorant-se segons les *marques* o els *temps rècord*. En aquest sentit, Madrid i Jiménez (1999) comenten que cal assessorar aquests esportistes i fer que substitueixin les activitats relacionades amb la competició, per activitats diferents que completin la seva identitat personal i que suposin menys nivell d'exigència.

Resumint, podem concloure que les variables bàsiques que el subjecte ha canviat després d'aprendre la relaxació han estat: *a*) tenir una actitud més realista i fer-se més conscient de la seva situació present de *no competició*; *b*) aprendre a participar en la natació amb la finalitat de divertir-se; *c*) donar importància al fet de mantenir-se en forma i d'obtenir salut, i *d*) motivar-se no tant pels resultats i les marques, sinó pel propi procés de participació i les pròpies sensacions corporals. Semblaria que la motivació és el *motor* per a continuar practicant (Pintanel i Capdevila, 1999), i la consciència és el *seny* per fer-ho de forma equilibrada.

Taula 4.
Canvis emocionals en la pràctica de la natació influïts per l'aprenentatge de tècniques de relaxació.

Abans de practicar relaxació		Després de practicar relaxació
Imatge corporal parcialitzada	→	Imatge corporal globalitzada
Nedar per competir!	→	Nedar per gaudir!
Confiança en el monitor	→	Autoconfiança i autoestima en un mateix
Em sento obligada a nedar	→	Em sento bé nedant: sentit lúdic de la natació

Taula 5.
Canvis cognitius en la pràctica de la natació influïts per l'aprenentatge de tècniques de relaxació.

Abans de practicar relaxació		Després de practicar relaxació
Distracció	→	Atenció i escolta conscient
Valoració del rendiment comparant-se amb els altres	→	Valoració del rendiment centrant-se en un mateix
Rigidesa mental	→	Flexibilitat i creativitat
Valorar el resultat: faré 1.000 metres!	→	Valorar el procés de nedar
Pensar que no es té temps per fer exercici	→	Organitzar-se millor el temps
Creure que no es pot descansar fins al final de l'objectiu esportiu (per ex.fer 1000 metres sense parar)	→	Escoltar el cos i fer descansos
Pensar que es fa esport per una qüestió estética o competitiva	→	Es fa esport per la salut i la forma física

Bibliografia

Blasco, T. (1994), *Actividad física y salud*. Barcelona: Martínez Roca.

Capdevila, L. (1999), *Actividad física y estilo de vida saludable*. Terrassa: Cardellach Còpies.

Hewitt, J. (1986-Edic.1996), *Aprende tu sólo relajación*. Madrid: Pirámide.

– (1998), *El gran libro de la relajación. Manual de técnicas orientales y occidentales*. Barcelona: Medici.

Madrid, A. J. i Jiménez, G. (1999), "Una aproximación al proceso de jubilación de los deportistas profesionales: pautas de intervención para el psicólogo del deporte". En G. Nieto, i E. J. Garcés de los Fayos, (coord.), *VII Congreso Nacional de Psicología de la actividad física y del deporte (volumen II)*, pàg. 610-616. Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la actividad física y el deporte.

Martí, C. (1996), "Un programa aquàtic: de la familiarització a l'autonomia en el medi aquàtic en un nen amb NEE". *Apunts. Educació Física i Esports 46*, pàg. 89-93.

Payne, R. A. (1998), *Técnicas de relajación. Guía práctica*. Barcelona: Paidotribo

Pintanel, M., Valiente, L., Capdevila, L. i Cruz, J. (1992). "Disseny i avaluació d'una tècnica d'entrenament psicològic en tir amb arc". *Apunts Medicina de l'Esport*, vol. XXIX, 99-114.

– (1994). "Aplicació d'un programa d'entrenament psicològic en tir amb arc". *Apunts Medicina de l'Esport*, vol. XXXI, pàg. 175-186.

Pintanel, M. (1999), "Efectes psicològics i socials de la relaxació ensenyada en grups de pràctica regular". *Full informatiu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya, 120*, pp. 6-7.

Pintanel, M. i Capdevila, L. (1999), "Una intervención motivacional para pasar del sedentarismo a la actividad física en mujeres universitarias". *Revista de Psicología del Deporte*, vol. 8, 1, pp. 53-66.

Roura, G. (1999), "Un programa d'activitat física per a dones adultes". *Apunts. Educació Física i Esports, 57*, pp. 100-104.

Solé, J. i Joven, A. (1997), "Planificació de l'entrenament tècnic de la natació competitiva". *Apunts. Educació Física i Esports 47*, pp. 88-95.

Paraules clau
motius pràctica esportiva, dimensions, adolescents, gènere, edat

Dimensions dels motius de pràctica esportiva dels adolescents valencians escolaritzats*

Isabel Castillo Fernández
Isabel Balaguer Solá
Unitat de Recerca de Psicologia de l'Esport.
Àrea de Psicologia Social. Universitat de València

Abstract

The object of our work was to study the motives that Valencian teenagers at school considered important for practising sport, identifying the dimensions of the motives of practice. At the same time we analysed if the motives for sports practice was different according to age and gender. The sample was made up of 1203 students between 11 and 18 years, representatives of the teenage word in the community of Valencia. The students filled out the Inventory of Health in Students translated in Spanish (Wold, 1995; Balaguer, 1999[a]). The results obtained went in the same direction as previous investigations (see Balaguer and Atienza, 1994) and showed that the most important motives for young people to participate in sport are: improve my health, amuse myself, be in good shape and make new friends. The least important are: to win, be a sporting star and please my parents. The motives of sports practice are structured in three stated dimensions: motives of social approval and demonstration of capacity, motives of health and motives of affiliation. The analysis of the differences in age and gender show that the boys inform in a higher degree than girls in every age group, that the motives of social approval and the demonstration of capacity are very important for sports practice. Additionally with the increase in age these motives are considered less important for teenagers of both sexes. Health motives are more important for 17-years-old girls that for boys of the same age. Finally, affiliation motives are considered more important for 13-years-old boys than girls of the same age group.

Resum

L'objectiu del nostre treball consisteix a estudiar els motius que els joves adolescents valencians escolaritzats consideren importants per practicar l'esport, tot identificant les dimensions dels motius de pràctica. També analitzem si els motius de pràctica esportiva difereixen d'acord amb el gènere i amb l'edat. La mostra la componen 1.203 estudiants d'entre 11 i 18 anys, representatius de l'univers d'adolescents de la Comunitat Valenciana. Els estudiants van emplenar l'Inventari de Salut a Escolars traduït al castellà (Wold, 1995; Balaguer, 1999a). Els resultats obtinguts es troben en la línia d'investigacions prèvies (Vegeu Balaguer i Atienza, 1994) i mostren que els motius més importants dels joves per practicar l'esport són: millorar la meva salut, divertir-me, estar en bona forma i fer nous amics. Els menys importants són: guanyar, ser com una estrella de l'esport i agradar als meus pares. Els motius de pràctica esportiva s'estructuren en tres dimensions, denominades: motius d'aprovació social i de demostració de capacitat, motius de salut i motius d'afiliació. L'anàlisi de diferències per gènere i per grups d'edat mostra que els nois informen en més alt grau que no pas les noies en tots els grups d'edat, que els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat són raons molt importants per practicar l'esport. A més a més, a mesura que augmenta l'edat, aquests motius són considerats menys importants pels adolescents, tant en el grup dels nois com

* Aquest treball ha estat realitzat amb el suport de: La Direcció General d'Ensenyaments Universitaris i Recerca. Conselleria de Cultura, Educació i Ciència. Comunitat Valenciana (GV - 2424 /94) i de la Direcció General de Recerca Científica i Tècnica. Ministeri d'Educació i Ciència (PB94 -1555).

en el grup de les noies. Pel que fa als motius de salut, per a les noies de 17 anys són més importants que per als nois d'aquest mateix grup d'edat. Finalment, en els motius d'afiliació són els nois de 13 anys els qui els consideren més importants que no pas les noies d'aquest mateix grup d'edat.

Dimensions dels motius de pràctica esportiva dels adolescents valencians escolaritzats

Els efectes beneficiosos que la pràctica regular d'activitat física posseeix tant per a la salut física com per a la salut psicològica són un fet àmpliament constatat en la literatura (Balaguer i en García-Merita, 1994; Biddle, 1993; Blasco, 1997; Castillo i Balaguer, 1998a; Garner i Wooley, 1991; Sallis i McKenzie, 1991; Young i Steinhardt, 1993) També hem trobat que a diferents països, tant europeus com americans, la pràctica d'exercici físic i/o esport dels nens i adolescents és inferior a allò que caldria per obtenir els beneficis esmentats i que, de fet, existeix un problema de sedentarisme o d'inactivitat física en la infància i en l'adolescència (Balaguer, 1999a; Biddle, 1993; Blasco, 1994; Castillo, 1995; Castillo i Balaguer, 1998b; García-Merita i Fuentes, 1998; Mendoza, Sagrera i Batista, 1994; Pastor, 1999; Roberts, 1991; USA, Department of Health and Human Services, 1996).

Dins del context de promoció de la salut, la pràctica de l'activitat física constitueix un factor clau en el canvi de comportaments que afecten la salut (USA. Department of Health and Human Services, 1996). Diversos estudis han indicat que la pràctica d'activitat física en el temps de lleure està positivament relacionada amb altres comportaments que milloren la salut, com ara l'alimentació saludable i una bona higiene dental, i associada negativament amb comportaments no saludables, com ara el consum de tabac, el consum d'alcohol i el consum d'aliments insans (Balaguer, 1999a; Balaguer, Castillo, Pastor, Atienza, i Llorens, 1997; Balaguer, Tomàs, Castillo, Martínez, Blasco, i Arango, 1994; Balaguer, Tomàs, Castillo, Pastor, Blasco, i Llorens, 1998; Balaguer, Valcárcel, Atienza, Pastor, Castillo, i Pons, 1998; Castillo, 1995; Castillo, Fuentes, Pastor, i Tomàs, 1997; García-Merita, i Fuentes, 1998; Pastor, 1999; Nutbeam, Smith, Moore, i Bauman, 1993).

Per tot plegat, i des d'una perspectiva de promoció de la salut, és important incrementar els nostres coneixements sobre com podem facilitar la participació dels joves en programes d'activitat física (Willis i Campbell, 1992). És a dir, necessitem conèixer quins són els factors de predisposició, facilitació i reforços associats amb la pràctica d'activitat física, amb l'objectiu que els joves adquireixin un estil de vida actiu i el mantinguin al llarg del cicle vital (Blasco, Atienza, i Castillo, 1999; Blasco, Castillo, i en García-Merita, 1999; Castillo i Balaguer, 1998a; Castillo, Balaguer, i Tomàs, 1997).

Els treballs que han estudiat els determinants de la pràctica d'activitat física han estructurat l'anàlisi entre factors personals, socials i ambientals (Sallis, Simons-Morton, Stone *et al.* 1992; Castillo *et al.*, 1997). Des del punt de vista dels factors personals s'ha trobat que, atributs personals com ara els motius dels joves per practicar alguna mena d'esport, exercici físic o activitat física, constitueixen un element important per comprendre com s'adopta i es manté la participació i adhesió a l'activitat física entre els nens i els adolescents (Balaguer i Atienza, 1994; Balaguer, Tomàs, Valcárcel, Castillo, Ortega, Ballester, Díaz, i Martínez, 1994; Castillo, Balaguer, i Duda, 1999; Wold i Kannas, 1993). Precisament aquest interès per conèixer els motius que porten els joves a practicar l'esport ha conduït al disseny de nombroses investigacions a fi i efecte d'identificar-los (Alderman i Wood, 1976; Balaguer i Atienza, 1994; Brodkin i Weiss, 1990; Gill, Gross, i Huddleston, 1983; Gould, Feltz, i Weiss, 1985; Gould i Petlichkoff, 1988; Llorens, Castillo, i Balaguer, 1999; Roberts, Kleiber, i Duda, 1981; Sutherland i Morris, 1997).

La majoria de les investigacions realitzades sobre els motius de pràctica de l'esport o de l'exercici físic ha revelat que els joves tenen motius similars per practicar diferents esports, tant nivell recreatiu com a nivell de competició, incloent entre els motius més importants la diversió i la millora de la salut (Balaguer i Atienza, 1994; Castillo, 1995; García Ferrando, 1997). Així mateix, en aquests estudis el gènere i l'edat han aparegut com a elements significativament diferenciadors en alguns dels motius de pràctica esportiva. En general, per als nois són més importants que no pas per a les noies els motius de resultat (per exemple: competició, reptes, recompenses), mentre que per a les noies semblen ser més importants els aspectes socials de l'esport (per exemple: fer amics, veure els amics). Pel que fa als més joves, sembla ser que aquests estan més motivats que els més grans per factors externs (per exemple: estar amb amics, satisfer els pares, les recompenses...), (Balaguer i Atienza, 1994; Eccles i Harold, 1991; Sutherland i Morris, 1997; Wold i Kannas, 1993).

Una altra característica comuna de les investigacions realitzades sobre els motius de la pràctica esportiva ha estat la interpretació d'aquests motius a nivell de factors o dimensions; s'hi han inclòs dimensions com ara Realització o Estatus, Salut/Forma física, Competència, Diversió i Afiliació (Balaguer i Atienza, 1994; Castillo, 1995; Gill *et al.*, 1983; Gould *et al.*, 1982; Telama i Silvennoinen, 1979; Wold i Kannas, 1993; Wold, 1989).

L'objectiu del nostre treball consisteix a estudiar els motius que els joves adolescents valencians consideren importants per practicar l'esport, tot identificant, si és possible, les dimensions dels motius de pràctica. Finalment, estudiarem les diferències per gènere en els motius de pràctica esportiva dels adolescents valencians escolaritzats i si es produeixen canvis en aquests motius de pràctica a mesura que augmenta l'edat, tot diferenciant-ne el gènere.

Mètode

Mostra

La mostra de la investigació present es compon de 1.203 estudiants adolescents representatius de l'univers dels adolescents de 6è i 8è d'EGB, de 2n de

Taula 1.
Distribució per gènere i per grup d'eda (n = 1203).

	11 anys	13 anys	15 anys	17 anys	Total
Nois	139	125	156	177	597
Noies	131	132	186	157	606
Total	**270**	**257**	**342**	**334**	**1.203**

BUP i de 2n d'FP-I i de COU i de 2n d'FP-II, de la Comunitat Valenciana, dels quals 597 són nois (Mitjana d'edat = 14.48, DT = 2.42) i 606 són noies (Mitjana d'edat = 14,43, DT = 2,30). La distribució per cursos és la següent: 270 alumnes pertanyen a 6è d'EGB (139 nois i 131 noies), 257 a 8è d'EGB (125 nois i 132 noies), 342 alumnes pertanyen a 2n de BUP (n = 232, 109 nois i 123 noies) i a 2n d'FP-I (n = 110, 47 nois i 63 noies) i 334 adolescents pertanyen a COU (n = 220, 113 nois i 107 noies) i a 2n d'FP-II (n = 114, 64 nois i 50 noies). Als centres on hi havia instaurada la reforma educativa es van seleccionar els cursos equivalents als anteriors en l'edat dels alumnes, és a dir, alumnes de 2n i de 4t de l'ESO. La mitjana d'edat de cada grup és de: 11,1; 13,1; 15,3 i 17,2 anys. Tots els casos es troben entre $\pm$ 0.5 anys de la mitjana. Els resultats de l'estudi es van mostrar per grup d'edat, arrodonint a 11, 13, 15 i 17 anys. La distribució dels adolescents per gènere i per grups d'edat es presenten a la Taula 1. La mostra va ser seleccionada mitjançant un procediment aleatori, estratificat i proporcional.

Instrument

Els motius de pràctica esportiva formen part de l'Inventari de Conductes de Salut a Escolars (HBSC - "Health Behavior School - Children: A WHO cross - national survey"; Wold, 1995), traduït al castellà (Balaguer, 1999a). La formulació d'aquest apartat indica el següent: "aquí hi ha un seguit de raons que alguns nois han donat per les quals els agrada l'esport. Per favor, llegeix-les totes i assenyala quina importància dónes tu a cadascuna". La llista de raons apareix a la Taula 2, i les categories de resposta van ser: "molt important", "força important" i "gens important".

Procediment

A les diferents escoles seleccionades els alumnes van omplir el qüestionari durant l'horari escolar en una sala de l'escola, en grups que no superaven mai els 5 alumnes. Durant l'administració del qüestionari els adolescents van rebre instruccions sobre la importància de la seva sinceritat en les respostes i se'ls va indicar que demanessin ajuda en cas que els calgués, per la qual cosa sempre hi havia, pel cap baix, un investigador present a l'aula. Cap dels subjectes de la mostra van informar de problemes a l'hora de contestar les preguntes. El procediment assegurava l'anonimat dels alumnes.

Anàlisi de les dades

Es van realitzar anàlisis factorials (anàlisi de components principals, rotació varimax) separadament per gènere i per grup d'edat. El criteri aplicat per decidir el nombre de factors a fer rodar es va basar en els factors amb un *eigenvalue* superior a 1. El nombre de factors superiors a 1 van ser tres. La solució de 3 factors fets rodar es presenta als resultats. A causa que els resultats de les anàlisis factorials van ser similars en tots els grups (gènere i edat), únicament es presentaran els resultats de l'anàlisi factorial de la mostra total (Taula 3).

Basant-nos en els resultats de l'anàlisi factorial i en investigacions prèvies (Castillo, 1995; Wold, 1989; Wold i Kannas, 1993), vam construir 3 índexs de motivacions. Aquests índexs van ser construïts sumant les variables que s'agrupaven a

Taula 2.
Percentatges d'alumnes que informen dels motius pels quals practiquen l'esport considerant-los com "molt important", "força important" o "gens important".

Motius pels quals practiquen l'esport	Molt important %			Força important %			Gens important %		
	Total	Nois	Noies	Total	Nois	Noies	Total	Nois	Noies
Millorar la meva salut	80,5	79,5	81,5	17,4	17,8	16,9	2,1	2,7	1,5
Divertir-me	68,6	72,8	64,5	29,3	25,9	32,7	2,1	1,3	2,8
Estar en bona forma	64,2	65,2	63,2	33,8	32,6	35,0	2,0	2,2	1,8
Fer nous amics	62,1	61,1	63,0	34,3	34,5	34,0	3,7	4,4	3,0
Veure els meus amics	41,6	45,9	37,4	45,4	43,7	47,1	13,0	10,5	15,6
Tenir bon aspecte	33,8	33,3	34,2	46,4	44,1	48,6	19,9	22,6	17,2
Ser bo en l'esport	28,3	32,3	24,3	44,7	42,4	46,9	27,0	25,3	28,8
Agradar als meus pares	24,8	26,7	23,0	24,5	22,3	26,6	50,7	51,0	50,4
Ser com a estrella esportiva	8,6	13,6	3,7	19,4	25,4	13,9	72,0	61,5	82,4
Guanyar	8,3	13,2	3,4	28,8	37,4	20,2	63,0	49,4	76,5

cada factor. Cada variable posseeix 3 valors: 1: gens important; 2: força important; 3: molt important. Per il·lustrar com ho vam realitzar, descriurem com a exemple l'índex de motius d'aprovació social i de demostració de la capacitat. Vam utilitzar els resultats de l'anàlisi factorial com una eina per identificar els motius que constitueixen el factor que descriu els motius d'aprovació social i de demostració de la capacitat. Van saturar 4 dels motius de pràctica esportiva. Aquests quatre motius es van sumar per formar l'índex de motius d'aprovació social i de demostració de la capacitat i, en conseqüència, el rang d'aquest índex oscil·la entre 4 i 12 punts. Els altres dos índexs es troben compostos cadascun per tres motius i, doncs, els rangs oscil·len entre 3 i 9 punts.

D'altra banda vam calcular les diferències de les mitjanes dels tres índexs de motivacions per gènere i per grup d'edat mitjançant una anàlisi de variància (*one-way*, F-test).

Taula 3.
Anàlisi factorial dels motius pels quals els adolescents practiquen l'esport.

	Factor 1 Motius d'aprovació social / demostració capacitat	Factor 2 Motius de salut	Factor 3 Motius d'afiliació
Ser com una estrella	,80		
Guanyar	,75		
Ser bo en l'esport	,73		
Agradar als meus pares	,50		
Estar en bona forma		,76	
Millorar la meva salut		,73	
Tenir bon aspecte		,58	
Veure els meus amics			,72
Fer nous amics			,69
Divertir-me			,61
Eigenvalues	**2,5**	**1,4**	**1,3**
% variància	**24,6**	**14,4**	**12,9**
% variància acumulada	**24,6**	**39,0**	**51,9**
Alpha de Cronbach	**,67**	**,64**	**,60**

Resultats

Motius de pràctica esportiva

El 80 % dels adolescents sotmesos a enquesta van informar que el motiu de salut "millorar la meva salut" és una raó molt important per a la pràctica esportiva (Taula 2). Més del 60 % dels adolescents sotmesos a enquesta van informar que motius d'afiliació com ara "divertir-me" i "fer nous amics" eren molt importants, un percentatge més petit (el 41 %) van considerar com a molt important el motiu d'afiliació "veure els amics". Els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat van ser considerats com els menys importants pels adolescents escolaritzats valencians, i un 8 % dels alumnes van considerar molt importants els motius "guanyar" i "ser com una estrella de l'esport".

Dimensions de la motivació esportiva

A la Taula 3 es presenten els resultats de l'anàlisi factorial (anàlisi de components principals, rotació varimax) de les 10 variables que mesuren els motius de pràctica esportiva. Basant-nos en els resultats del *scree test*, es va decidir que una solució de tres factors era la representació més apropiada de les dades. Les variables relatives a l'aprovació social i a la demostració de capacitat es van agrupar en un factor que va incloure les respostes "ser com una estrella de l'esport", "guanyar", "ser bo en l'esport" i "agradar als meus pares". El segon factor va agrupar els motius relacionats amb la salut: "estar en bona forma", "millorar la salut" i "tenir bon aspecte". Finalment, el tercer factor va agrupar les variables relacionades amb motius d'afiliació com ara "veure els amics", "fer nous amics" i també va introduir el motiu "divertir-me".

En el seu conjunt les tres dimensions o escales de motivació expliquen el 52 % de la variància.

La fiabilitat de les escales de motivació (índexs) va oferir un nivell satisfactori (Vegeu taula 3)

Diferències per gènere i per edat en la motivació esportiva

Basant-nos en els resultats de l'anàlisi factorial i en resultats previs en aquest camp, vam construir tres índexs de motivació sumant les variables que conformen cada factor.

En els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat, els nois informen en més grau que no pas les noies que aquestes són raons molt importants per practicar l'esport (Taula 4); les diferències per gènere són significatives. A més a més, a mesura que augmenta l'edat, aquests motius són considerats menys importants pels adolescents, tant en el grup dels nois com en el grup de les noies. La figura 1 ens il·lustra aquest resultat.

Respecte dels motius de salut no han aparegut diferències significatives ni per gènere ni entre els grups d'11, 13 i 15 anys (Taula 5). Tanmateix, sí que han aparegut diferències significatives en el grup d'adolescents de 17 anys, i són les noies les que tendeixen a puntuar més alt que no pas els nois en aquest índex.

Finalment, en els motius d'afiliació els nois de 13 anys consideren més important que les noies d'aquest mateix grup d'edat practicar l'esport per motius

Taula 4.
Mitjanes de l'índex de motius d'aprovació social i de demostració de capacitat per gènere i per grup d'edat

	Mitjana	Nois D.T.	n	Mitjana	Noies D.T.	n	Signif. gènere
11 anys	8,17	2,19	138	7,28	1,89	129	***
13 anys	7,43	2,36	122	6,43	1,92	126	***
15 anys	6,70	1,93	152	5,87	1,39	181	***
17 anys	5,95	1,76	175	5,28	1,19	151	***
Significació edat		*			*		

* p < ,05; *** p < ,001

Taula 5.
Mitjanes de l'índex de motius de salut per gènere i per grup d'edat.

	Mitjana	Nois D.T.	n	Mitjana	Noies D.T.	n	Signif. gènere
11 anys	7,69	1,17	134	7,52	1,12	122	ns
13 anys	7,45	1,35	121	7,46	1,26	125	ns
15 anys	7,48	1,28	152	7,60	1,14	180	ns
17 anys	7,47	1,28	174	7,75	1,09	151	*
Significació edat		ns			ns		

* p < ,05; ns = no significatiu.

d'afiliació (Taula 6). En els grups d'11, 15 i 17 anys no han aparegut diferències significatives per gènere pel que fa als motius d'afiliació; tanmateix, els grups dels nois puntuen lleugerament més alt que no pas els grups de les noies. Ultra això, aquesta dimensió de motius de pràctica esportiva decreix significativament en el grup dels nois a mesura que augmenta l'edat, mentre que això no passa en el grup de les noies, que romanen estables durant l'adolescència. Una anàlisi més detallada de les variables que componen el factor motius d'afiliació ens mostra que els motius "veure els meus amics" i "fer nous amics" són cada vegada menys importants per als adolescents a mesura que augmenta l'edat; això no s'esdevé amb el motiu "divertir-me", que és considerat cada vegada més important pels nois a mesura que augmenta l'edat, mentre que en el grup de les noies el motiu de diversió es manté estable durant l'adolescència (Vegeu figura 2), cosa que ens fa pensar que la motivació intrínseca és la que té més força en l'adhesió a l'exercici.

Discussió

Els resultats d'aquest estudi informen que per als adolescents valencians els motius més importants per a la pràctica esportiva són: "millorar la salut", "divertir-me", "estar en bona forma" i "fer nous amics". Els motius menys importants per a la pràctica esportiva han estat: "guanyar", "ser com una estrella de l'esport" i "agradar als meus pares". Aquests resultats van en la línia dels obtinguts en estudis previs (Vegeu Balaguer i Atienza, 1994), en els quals es mostra que, des d'un punt de vista descriptiu, els joves tenen motius similars per practicar diferents esports tant nivell recreatiu com a nivell de competició.

El motiu considerat com a més important pels adolescents valencians escolaritzats per practicar l'esport ha estat "millorar la salut", fins i tot entre els més petits (11 anys). Aquest resultat és similar al trobat en estudis previs (Castillo, 1995; Wold i Kannas, 1993). Tanmateix, volem ressaltar que seria molt difícil saber si aquest resultat reflecteix realment la preocupació per la pròpia salut o més aviat és una resposta que reflecteix allò que és desitjable socialment, és a dir, un simple reflex del que socialment es considera que proporciona l'esport. En futures investigacions seria interessant preguntar si realment els nens i els adolescents es preocupen per la salut a l'hora de participar en activitats físicoesportives.

Els resultats de l'anàlisi factorial suggereixen que els motius de pràctica esportiva mesurats en aquest estudi s'estructuren en tres dimensions o factors, denominats: motius d'aprovació social i de demostració de capacitat, motius de salut i motius d'afiliació. Aquests resultats s'han mantingut consistents a través del gènere i dels diferents grups d'edat que componen la mostra objecte d'estudi i, en conse-

qüència, indiquen la identificació de dimensions de motius de pràctica esportiva en els adolescents valencians escolaritzats. Aquestes dimensions també han estat observades en un estudi realitzat per Wold i Kannas (1993) amb 10.107 adolescents escandinaus; així com en un estudi pilot realitzat per Castillo (1995) amb 283 adolescents valencians. En aquests estudis les dimensions van ser denominades: motius de resultat, motius de salut i motius socials.

Els nois adolescents valencians escolaritzats consideren, en un percentatge superior que no pas el de les noies, que els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat són molt importants per practicar l'esport. Aquests motius competitius com ara guanyar o ser com una estrella de l'esport decreixen en importància a mesura que augmenta l'edat, tant per als nois com per a les noies. Aquest resultat és similar al que s'ha trobat en estudis previs (Balaguer i Atienza, 1994; Wold i Kannas, 1993), on es va mostrar que són els més petits els qui concedeixen més importància a motius com ara sentir-se importants i populars, guanyar o ser com una estrella de l'esport.

D'altra banda, les noies adolescents de 17 anys consideren en un percentatge més gran que no pas els nois d'aquesta mateixa edat, que els motius de salut són molt importants per a practicar l'esport. Aquest resultat va d'acord amb l'obtingut en estudis previs, on es va trobar que les diferències en els motius de salut només eren significatives en el grup dels adolescents de més edat i amb una puntuació més gran en el grup de les noies (Wold i Kannas, 1993).

Finalment, en el nostre estudi, així com en estudis previs, als adolescents valencians la pràctica esportiva també els ofereix experiències positives perquè coneixen altres persones i veuen els amics. Aquests motius socials i la diversió es troben entrellaçats en el mateix factor o dimensió, com ens indica el resultat de l'anàlisi factorial. Aquesta dimensió ha estat denominada Motius d'afiliació. Els nois de 13 anys han considerat aquests motius d'afiliació molt importants en més gran percentatge que no pas les noies d'aquesta mateixa edat. Motius d'afiliació com ara fer nous amics i veure els amics disminueixen en importància a mesura que augmenta l'edat en els grups dels nois, mentre que en aquests mateixos grups de nois el motiu diversió creix en importància a mesura que augmenta l'edat. Als grups de les noies els motius d'afiliació es mantenen estables al llarg de l'adolescència.

Aquestes diferències per gènere podrien ser explicades com a resultat dels patrons

Taula 6.
Mitjanes de l'índex de motius d'afiliació per gènere i per grup d'edat.

	Mitjana	Nois D.T.	n	Mitjana	Noies D.T.	n	Signif. gènere
11 anys	7,81	1,14	137	7,52	1,29	126	ns
13 anys	7,79	1,15	123	7,42	1,33	128	*
15 anys	7,60	1,13	154	7,51	1,13	183	ns
17 anys	7,41	1,20	176	7,31	1,31	156	ns
Significació edat		**			ns		

* p < ,05; ** p < ,01; ns = no significatiu.

Figura 1.
Percentatge d'adolescents que informen que "ser bo en l'esport" és un motiu molt important per practicar l'esport.

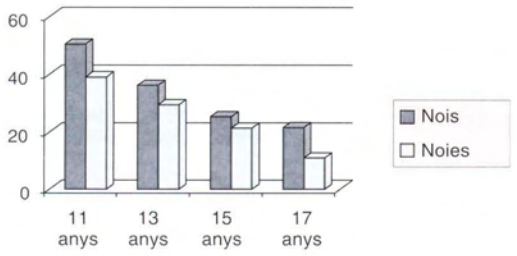
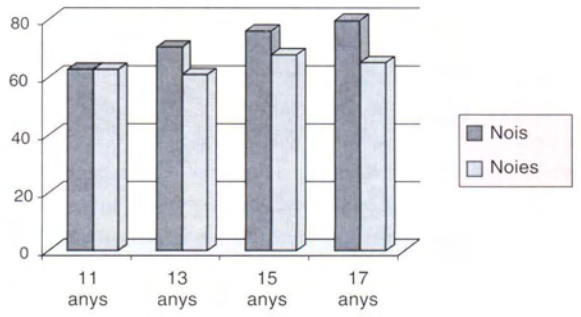


Figura 2.
Percentatge d'adolescents que informen que "divertir-me" és un motiu molt important per practicar l'esport.



de rols de la nostra societat (Castillo, 1995; Castillo i Balaguer, 1998b; Mendoza *et al.* 1994; Vázquez, 1993). Els nois i les noies són socialitzats en diferents rols i aprenen a una edat molt primerenca que la participació en els esports és valorada més positivament en els homes que no pas en les dones (Balaguer, 1999b; García Ferrando, 1997; Harris, 1981; Vázquez, 1993). A més a més, aprenen que les expectatives associades amb el rol d'"els esportistes" són molt diferents de les associades amb el rol de "les esportistes". En correspondència amb aquestes expectatives de rol els nois se sentiran més atrets per la competició i pels resultats que les noies, i aquestes se sentiran més atretes pels aspectes socials i de diversió de l'esport que els nois. Tanmateix, quan estenem l'àmbit d'estudi dels motius de pràctica esportiva a la població espanyola en general, observem que els homes s'acosten a l'esport més per motius de diversió i de relació social, mentre que les dones informen d'una preocupació més gran per la salut i per tractar de millorar l'aspecte físic a l'hora de fer alguna mena d'esport o d'exercici físic (García Ferrando, 1997). Això últim aniria d'acord amb allò que hem trobat en el nostre estudi, és a dir, els adolescents barons a mesura que augmenten d'edat informen en un percentatge més gran que el motiu de diversió és molt important per a la pràctica esportiva, i són les adolescents dones d'edat superior les que informen en més percentatge que el motiu de millorar la salut és molt important per practicar l'esport.

D'altra banda, que la importància dels motius relacionats amb la competició, com ara guanyar o ser com una estrella de l'esport, decreixin a mesura que augmenta l'edat podria ser una explicació de per què es produeix en l'adolescència el percentatge més gran d'abandonaments esportius. És curiós que, malgrat que la competició i els resultats perden importància per als adolescents a mesura que augmenten d'edat, els esports que els són oferts en general creixen en importància competitiva alhora que els adolescents es fan adults. En la població espanyola solament un reduït grup del 4 % assenyala el gust per la competició com un motiu per fer esport, resultat que està d'acord amb els que han estat obtinguts en estudis anteriors, cosa que revela que l'afany competitiu és minoritari entre els practicants d'esport (García Ferrando, 1997).

Es pot assenyalar que en el nostre estudi els resultats mostren que als adolescents més joves (tant els nens com les nenes), els interessen els aspectes competitius de la pràctica esportiva, com ara guanyar o ser com una estrella de l'esport, però que aquests aspectes perden la seva importància a mesura que augmenta l'edat, per tal com els més grans busquen la diversió en la pràctica esportiva. Caldria tenir present aquest a l'hora de dissenyar programes esportius per promocionar la pràctica esportiva en els adolescents o per evitar que abandonin la pràctica esmentada. Les activitats esportives tradicionals haurien de ser modificades, perquè permetessin més la cooperació, les relacions socials i, doncs, la diversió, cosa que sembla ser més atractiva per als nois i noies adolescents, que no pas l'oferta esportiva actual, que posa l'èmfasi en els aspectes competitius i de resultats, tan poc atractius per als adolescents.

Finalment, volem assenyalar que estudis com el que presentem aquí, en el qual l'interès recau principalment a descriure què és el que porta els adolescents a practicar l'esport, té els seus avantatges i les seves limitacions. Pel que fa als avantatges, aquesta mena d'estudi ens permet conèixer els aspectes de l'esport que són importants per als diferents segments de la població que s'estudia, així com veure la seva evolució al llarg dels diferents cicles vitals. També ens permet d'interpretar les respostes sobre els motius de pràctica esportiva a nivell de dimensions o categories generals (factors), en lloc de raons específiques de pràctica esportiva (ítems). Un altre dels avantatges de conèixer els motius de la pràctica esportiva consisteix en el fet que els entrenadors i monitors, així com els promotors de la salut, poden utilitzar aquesta informació per dissenyar programes esportius que cobreixin les necessitats dels joves i contribuir a l'adquisició o manteniment d'un estil de vida actiu. Finalment, disposar d'un material a nivell de freqüències resulta d'interès per relacionar els motius de pràctica esportiva amb altres variables, tant de salut com de motivacions.

Pel que fa a les limitacions dels estudis descriptius hem d'assenyalar que no n'hi ha prou a descriure els motius de la pràctica esportiva, sinó que el més important és comptar amb teories que ens permetin predir tant l'inici com l'adhesió i l'abandonament esportiu, ja que des d'aquí podrem treballar a nivell preventiu sobre el possible abandonament així com potenciar, en contrapartida, la promoció de l'exercici i l'augment de l'adhesió. Com assenyala Rejeski (1995), l'absència de perspectives o de models teòrics ha estat el problema més seriós registrat en la investigació sobre la motivació esportiva i és per això que cada vegada es defensa amb més insistència la necessitat d'un marc conceptual des d'on interpretar els resultats, plantejar hipòtesis de treball i agrupar les troballes de la investigació. Necessitem teories o models explicatius que ens ajudin a entendre les vies i processos per les quals els joves participen en programes d'activitat física o per què els abandonen. Les teories cognitivo-socials ofereixen un bon marc en aquest sentit. Tant la teoria cognitivosocial de Bandura (Balaguer, 1997, Balaguer, Escartí, i Villamarín, 1995) com la teoria de les perspectives de meta (Duda i Whitehead, 1998; Roberts, 1995) estan oferint molt bons resultats en aquesta direcció.

Bibliografia

Alderman, R. B. i Wood, N. L. (1976), "An analysis of incentive motivation in young Canadian athletes", *Canadian Journal of Applied Sport Sciencies, 1* (7), pàg. 169-176.

Balaguer, I. (1997), "La autoeficacia en el deporte y en el ejercicio: Áreas de aplicación y campos de aplicación". En *XII-XIII Jornades de Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport* (pàg. 114-138). Generalitat de Catalunya: Secretaria General de l'Esport.

- (1999a), *Estilo de vida de los adolescentes de la Comunidad Valenciana: Un estudio de la socialización para estilos de vida saludable*. DGICYT (PB94-1555).
- (1999b), Género y deporte. *Conferencia impartida en la Universiada 99*. Mallorca.

Balaguer, I. i Atienza, F. L. (1994), "Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis", *Apunts*, Vol. XXXI, pàg. 285-299.

Balaguer, I.; García-Merita, M. (1994), "Exercici físic i benestar psicològic", *Anuari de Psicologia*. Vol. 1, pàg. 3-26.

Balaguer, I.; Castillo, I.; Pastor, Y.; Atienza, F. i Llorens, A. (1997), Healthy lifestyles and physical activity in spanish adolescents. A R. Lidor i M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress of Sport Psychology: Part I* (pàg. 91-93). Netanya, Israel: Ministry of Education, Culture and Sport.

Balaguer, I.; Escartl, A. i Villamarin, F. (1995) "Autoeficacia en el deporte y en la actividad física: estado actual de la investigación", *Revista de Psicología General y Aplicada, 48*, 139-149.

Balaguer, I.; Tomas, I.; Castillo, I.; Pastor, Y.; Blasco, P. i Llorens, A. (1998) Direct and indirect effects of sport participation on perceived health: A study of adolescents. *The 12th Conference of the European Health Psychology Society. Prevention and Intervention*. Vienna. Austria.

Balaguer, I.; Tomas, I.; Valcárcel, P.; Castillo, I.; Ortega, P.; Ballester, A.; Díaz, J. i Martínez, I. (1994), "Health motivation: Sports as the pathway to good health". *8th Conference of the European Health Psychology Society*. Alicante.

Balaguer, I.; Valcárcel, P.; Atienza, F.; Pastor, Y.; Castillo, I. i Pons, D. (1998), "Health behaviors in Spanish older adolescents". *The 12th Conference of the European Health Psychology Society. Prevention and Intervention*. Vienna. Austria.

Balaguer, I.; Tomas, I.; Castillo, I.; Martínez, V.; Blasco, I. i Arango, C. (1994), "Healthy lifestyles and physical activity". *8th Conference of the European Health Psychology Society*. Alicante.

Biddle, S. (1993), "Psychological benefits of exercise and physical activity", *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 99-106.

Blasco, P. (1997), *Beneficios psicológicos de la práctica deportiva en estudiantes universitarios valencianos*. Tesis Doctoral. Facultat Psicologia. Universitat de València.

Blasco, P.; Atienza, F. L. i Castillo, I. (1999), Determinantes personales y sociales de la práctica deportiva en universitarios valencianos. *I Congreso sobre la Actividad Física y el Deporte en la Universidad*. Valencia.

Blasco, P.; Castillo, I. i García-Merita, M. L. (1999), Variables psicológicas predictoras de la práctica de deporte de competición en universitarios valencianos. *I Congreso sobre la Actividad Física y el Deporte en la Universidad*. Valencia.

Blasco, T. (1994), *Actividad física y salud*. Martínez Roca.

Brodkin, P. i Weiss, M. (1990), "Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming", *Journal of Sport and Exercise Psychology, 12*, pàg. 248-263.

Castillo, I. (1995), *Socialización de los estilos de vida y de la actividad física: Un estudio piloto con jóvenes valencianos*. Tesis de Llicenciatura. Universitat de València.

Castillo, I. i Balaguer, I. (1998a), "Relaciones entre la salud percibida y el ejercicio físico", *Informació Psicológica,* pàg. 67, 22-27.

– (1998b), "Patrones de actividades físicas en niños y adolescentes", *Apunts, Educación física y deportes, 54*, pàg. 22-29.

Castillo, I.; Balaguer, I. i Duda, J. L. (1999), "Goal orientations and their relationship to sport participation motivation among spanish adolescents", *AAASP Conference* (p. 64). Banff. Canada.

Castillo, I.; Balaguer, I. i Tomas, I. (1997), "Predictores de la práctica de actividad física en niños y adolescentes", *Anales de Psicología, 13*, nº 2, pàg. 189-200.

Castillo, I.; Fuentes, I.; Pastor, Y. i Tomás, I. (1997), "Ejercicio físico como determinante del consumo de tabaco y alcohol". *XII y XIII Jornades de Psicología de l'Activitat física i de l'Esport* (pàg. 157). Barcelona: Generalitat de Catalunya.

Duda, J. L. i Whitehead, J. (1998), "Measurement of goal perspectives in physical domain". A J.L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measures* pàg. 21-48. Morgantown, WV: FIT Press.

Eccles, J. S. i Harold, R. D. (1991), "Gender differences in sport involvement: Applying the Eccle's expectancy-value model", *Journal of Apply Sport Psychology, 3*, pàg. 7-35.

García Ferrando, M. (1997), *Los españoles y el deporte, 1980-1995 (Un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores).* Consejo Superior de Deportes. Tirant lo blanch.

García-Merita, M. L. i Fuentes, I. (1998), *Un estudio de los estilos de vida de los estudiantes valencianos de BUP, COU y FP.* Generalitat Valenciana. GV94-2424.

Garner, D. M.; Wooley, S. C. (1991), "Confronting the failure of behavioral and dietary treatments for obesity", *Clinical Psychology Review*, 11, pàg. 729-780.

Gill, D. L.; Gross, J. B. i Huddleston, S. (1983), "Participation Motivation in Youth Sports", *International Journal of Sport Psychology, 14*, pàg. 1-14.

Gould, D.; Fetz, D. i Weiss, M. (1985), "Motives for participation in competitive youth swimming" *International Journal of Sport Psychology, 16*, pàg. 126-140.

Goluld, D. i Petlichkoff, L. (1988), Participation Motivation in young athletes. A F.L. Smoll, R. A. Magill y M.J. Ash (Eds.), *Children in sport* (3a Ed.) (161-178). Champaign, IL: Human Kinetics.

Harris, D. V. (1981), "Women in society and their participation in sport", *Olimpic Review, 161*, pàg. 163-168.

Llorens, A.; Castillo, I. i Balaguer, I. (1999), "Motivos de práctica deportiva de las chicas adolescentes: Análisis de las diferencias según la edad y la participación en competiciones". A I. Balaguer i Y. Moreno (Coord.), *Rendimiento y Bienestar en los Deportistas de Elite. Resúmenes*, pàg. 33-34. Valencia: Cristóbal Serrano.

Mendoza, R.; Sagrera, M. R. y Batista, J. M. (1994), *Conductas de los Escolares Españoles relacionadas con la salud (1986-1990)*. CSIC.

Nutbeam, D.; Smith, C.; Moore, L. y Bauman, A. (1993), "Warning! Schools can damage your health: Alineation from school and its impact on health behaviour", *Journal of Pediatrics and child health, 20,* (1), 25-30.

Pastor, Y. (1999), *Un estudio de la influencia del autoconcepto multidimensional sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia media*. Tesis Doctoral. Universitat de València.

Roberts, G. C. (1991), "La motivación en el deporte infantil", *Revista de Psicología Social Aplicada, 1*, 1, 7-24.

– (1995), "Motivación en el deporte y el ejercicio: Limitaciones y convergencias conceptuales". A G. C. Roberts (Ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio,* pàg. 27-55. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Roberts, G. C.; Kleiber, D. i Duda, J. L. (1981), "An analisis of motivation in children's sport: The role of perceived competence in participation", *Journal of Sport Psychology, 3,* pàg. 206-216.

Sallis, J. F. y McKenzie, T. L. (1991), "Physical education's role in public health", *Research Quarterly for Exercise and Sport* 62 (2). 124-137.

Sallis, J. F.; Simons-Mortons, B. G.; Stone, E. J.; Corbin, C. B.; Epstein, L. H.; Faucette, N.; Iannotti, R. J.; Killen, J. D.; Klesges, R. C.; Petray, C. K.; Rowland, T. W. i Taylor, W. C. (1992) "Determinants of physical activity and interventions in youth", *Medicine and Science in Sports and Exercise, 24*, 6, S248-S257.

Sutherland, G. y Morris, T. (1997), "Gender and participation motivation in 13 to 15 year old adolescents". A R. Lidor y M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress of Sport Psychology: Part II* (pàg. 676-678). Netanya, Israel: Ministry of Education, Culture and Sport.

US Departament of Health and Human services (1996), *Psysical Activity and Health: A Report of the Surgeon General*. Atlanta, GA.

Vázquez, B. (1993), *Actitudes de la mujer hacia la práctica deportiva*. Instituto de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales.

Willis, J. D. i Campbell, L. F. (1992), *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetic Publishers.

Wold, B. (1989), *Lifestyles and Physical Activity*. Thesis for the degree. Norway: University of Bergen.

– (1995), *Health behavior in school children: A WHO cross-national survey. Resorce Package of Questions 1993-94*. Norway: University of Bergen.

Wold, B. i Kannas, L. (1993), "Sport motivation among young adolescents in Finland, Norway and Sweden", *Scandinavian Journal of Medicine Science Sports, 3*, 283-291.

Young, D. R. i Steinhardt, M. A. (1993), "The importance of physical fitness versus physical activity for coronary artery disease risk factors: A cross-sectional analysis". *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64(4), pàg. 377-384.

Paraules clau
gestió, esport, edat escolar, estratègies d'anàlisi

Estratègies d'anàlisi de l'esport en edat escolar a la província de Huelva

Alberto Nuviala Nuviala
Llicenciat en Educació Física i professor associat de la Universitatde Huelva

Pedro Sáenz-López Buñuel
Doctor en Ciències de l'Educació.
Llicenciat en EF. Professor titular de la Universitat de Huelva.
Director del Servei d'Esports

Abstract

School age sports signifies huge numbers of boys and girls and means an important investment of the administrations in the educative values that this cultural activity implies. The Hueva local government, worried by these facts and with the idea of improving its programs aimed at the school population, organized a school sporting seminary that studied the situation in the province and made various suggestions for its improvement.
In the present article we comment on the methodology that has been followed in carrying out this work, the dynamics of the seminary and also discuss the more meaningful results about the reality of school sport in Huelva province and the proposals for improvement. the analysis as well as the methodology and the results could be useful in other contexts.

Resum

L'esport en edat escolar mobilitza una gran quantitat de nois i noies i suposa una important inversió de les administracions pels valors educatius que té aquesta activitat cultural. La Diputació Provincial de Huelva, preocupada per aquestes dades i per tal de millorar els seus programes orientats a la població escolar, va organitzar un seminari d'esport escolar que va estudiar la situació de la província i va plantejar propostes de millora.

En l'article present comentem la metodologia que hem seguit en la realització d'aquest treball i la dinàmica del seminari, i discutim els resultats més significatius sobre la realitat de l'esport escolar a la província de Huelva i les propostes de millora. Tant l'anàlisi com la metodologia i els resultats podrien ser útils en altres contextos.

Introducció

L'esport és una realitat social de gran rellevància, no solament en la seva faceta d'espectacle, sinó també per la gran acceptació que té l'anomenat "esport per tothom". Les administracions confirmen l'opinió de nombrosos autors que valoren la importància de la pràctica esportiva, no solament per l'adquisició d'unes certes habilitats i destreses, sinó per l'enorme influència que aquesta activitat té en la formació d'hàbits i en la creació de valors. La inversió en instal·lacions i programes esportius és cada vegada més gran per part d'ajuntaments, diputacions i comunitats autònomes. En l'estudi que presentem, ens centrem en l'esport en edat escolar que es desenvolupa a la província de Huelva, per la qual cosa començarem per definir el concepte.

El Manifest sobre l'esport en l'edat escolar (1992), el defineix com totes aquelles activitats físicoesportives de caràcter recreatiu o competitiu, que es desenvolupen en horari no lectiu, independentment de qui les organitza i del lloc on es realitzen, adreçades a la població en edat escolar, en el marc de l'ocupació del temps lliure i, per tant, de participa-

ció voluntària. D'altra banda, a Andalusia, amb la Llei 6/1998, de 14 de desembre, Llei de l'Esport, es defineix l'Esport en l'edat escolar, com aquelles activitats físicoesportives que es desenvolupen en l'horari no lectiu, adreçades a la població en edat escolar i de participació voluntària.

Per a Bláquez (1995), igual que per a Añó (1997), l'esport escolar ens acosta, primer de tot, a l'activitat física i a l'esport que es desenvolupa en el marc de l'escola. Es tracta, doncs, de l'activitat o competició que es realitza a l'escola o mitjançant aquesta. Posteriorment, i més concretament des dels anys 80, ens acostem a una altra concepció, aquella mena d'activitat física que es desenvolupa durant el període escolar, al marge de les classes obligatòries d'EF i com a complement d'aquestes.

Actualment està més estesa la segona opció, ja que segons Bláquez (1995) l'esport com a fenomen social ha superat la frontera dels centres escolars per inserir-se dins el teixit social. Gómez i García (1993), citats per Bláquez (1995), entenen l'esport escolar com a *"tota activitat físicoesportiva realitzada per nens/es i joves en edat escolar, dintre i fora del centre educatiu, també la desenvolupada en l'àmbit dels clubs o d'altres entitats públiques o privades, considerant, per tant, esport escolar com a sinònim d'esport en l'edat escolar"*.

El grup d'experts que van formar el Seminari de l'Esport escolar a la província de Huelva, que més endavant explicarem, van entendre aquest esport com a: "tota activitat físicoesportiva realitzada per escolars, en període no lectiu, des de la seva incorporació al sistema educatiu fins que entren a la universitat".

Les escoles esportives de caràcter municipal o les escoles esportives de clubs i federacions, es consideren també com a part d'aquest esport escolar. Añó (1997) considera que la participació com a tals dels centres escolars, amb els seus propis alumnes, ja no es dóna, i l'actual organització de l'esport escolar permet la participació per col·legis (amb alumnes d'altres centres), clubs o municipis, i també la participació en Campionats d'Espanya per seleccions autonòmiques.

Añó (1997) opina que els conceptes de participació i competició van molt units, i fins i tot s'introdueix un nou element, com ho són els Centres d'Iniciació Tècnica. Continua afirmant que el canvi que es produeix és molt significatiu en introduir sota el mateix epígraf les competicions federades, i dividir l'esport escolar en dos:

- Esport escolar participatiu.
- Esport escolar competitiu.

Tanmateix, per a Bláquez(1995) la pràctica més habitual que s'ofereix sota aquesta terminologia és la competitiva, jocs esportius escolars o jocs escolars, és a dir, la recerca d'un "rendiment".

Una de les més grans dificultats, segons Bláquez (1995), per a les institucions és la d'acotar o estructurar l'esport escolar en diferents categories (benjamí, aleví, infantil i cadet). Per a Blázquez això té una importància relativa, atès que des d'un punt de vista biològic i pedagògic és difícil d'establir fronteres. Nosaltres, a la nostra província, no hem d'oblidar el descens de la natalitat i la migració de la població rural cap a les ciutats, amb la conseqüent minva del nombre total de nens/es en el món rural, cosa que provoca més dificultats per delimitar les categories, o la necessitat d'unir nens i nenes en la mateixa disciplina competitiva.

Amb relació a les característiques de l'esport a l'edat escolar, Delgado (1995) cita un estudi de 1988, del Ministeri de Sanitat i Consum, realitzat a nens/es de 6è a 8è d'EGB, sobre conductes saludables; en destaca les dades següents.

- Una pràctica habitual esportiva la realitzen un 29 %.
- El 49 % no practica cap esport organitzat fora de l'àmbit escolar.
- El 53 % participa en competicions des de l'escola, però, d'aquests, un alt percentatge (2 de cada 3) ho fa de forma esporàdica.
- A més a més, solament 3 de cada 10 són noies.
- El 33 % dels nois pertanyen a algun club privat o federat, però, d'aquests, el 12% no hi participen activament i es detecta que pertanyen a sectors més afavorits.

Factors importants a tenir en compte són l'augment de l'edat de l'ensenyament obligatori, cosa que produeix un canvi de programes i actuacions en aquesta població. Un altre factor a considerar, són les actuacions que en els últims anys han anat desenvolupant les Institucions Públiques en el camp de les infraestructures i els programes d'activitats.

Totes aquestes qüestions i d'altres que puguin haver influït en l'actitud i en les accions de l'evolució esportiva de la població jove, cal que siguin referents de les possibles actuacions i propostes de futur que es produeixin en aquest àmbit.

Tota aquesta complexitat social de l'esport en l'edat escolar va encoratjar la Diputació Provincial de Huelva a estudiar la realitat d'aquesta província, per tal d'establir propostes de millora del servei que ofereixen els municipis. Com ara explicarem, es va crear un Seminari Provincial permanent sobre l'Esport en l'Edat Escolar, on es va analitzar la situació actual.

Objectius

L'objectiu fonamental d'aquest Seminari era el disseny d'una proposta de futur que esdevingués un compromís d'actuació i de posada en marxa a tota la província. Més concretament, els objectius que ens vam plantejar en aquest projecte van ser:

- Analitzar la realitat de l'esport en l'edat escolar a la nostra província.
- Conèixer experiències del foment de l'esport en l'edat escolar.
- Proposar mesures i actuacions per millorar el desenvolupament de l'esport municipal a l'edat escolar.
- Aprofundir en els resultats i intervencions efectuades en la promoció de l'esport a l'edat escolar, a la nostra província i fora d'aquesta.

Metodologia

Les investigacions de les ciències socials, durant la primera meitat del passat segle, han utilitzat els denominats mètodes quantitatius, l'objectiu dels quals és tractar d'establir lleis universals des de l'estudi de la realitat que se suposa simple i fragmentable. El rigor en la presa de dades i en l'anàlisi no permet a l'investigador emetre cap valoració subjectiva o personal. En les últimes dècades, les investigacions quantitatives estan sent fortament qüestionades, per ser considerades poc realistes i no tenir en compte el caràcter social i subjectiu de la situació objecte d'estudi.

D'altra banda, Erickson (1989) assegura que, dintre de les ciències socials, els orígens de l'enfocament qualitatiu es remunten al segle XVIII, però que no s'implanta com a model d'investigació, alternatiu al corrent positivista, fins a la dècada dels 60 a Anglaterra i dels 70 a d'altres països. Per a Colás i Buendía (1994, pàg. 49), el postulat bàsic és que *"la ciència no és quelcom d'abstracte i aïllat del món, sinó que depèn del context social"*. D'altra banda, la conducta humana no pot explicar-se com d'altres fenòmens de les ciències naturals, perquè és més complexa i diferent que en d'altres éssers vius. Per tant, aquest model d'investigació relativitza les teories i qüestiona la universalitat i objectivitat, ja que cada societat té els seus valors i aquests canvien amb el temps.

A diferència del model positivista, l'investigador no es manté al marge, sinó que s'implica en el procés de relacions humanes que comporta la investigació, cosa que fa que s'hi produeixin constants interaccions i influències. Biddle i Anderson (1989) afirmen que, en submergir-se en la dinàmica d'una entitat social, l'investigador pot descobrir fets o processos que possiblement passarien inapercebuts si utilitzés d'altres mètodes més superficials o estandarditzats. El gran problema d'aquest model és que no se'n poden generalitzar els resultats.

Una crítica a aquest model és de quina manera garantir les condicions de legitimitat. Aquest problema es resol, seguint Zabalza (1988), amb una correcta fonamentació teòrica, amb una adequada utilització de diversos instruments (diaris, entrevistes, grups de discussió, etc.) i amb la triangulació de les dades. Per a Marcelo (1994b, pàg. 39), la triangulació pot definir-se com *"la combinació de mètodes en l'estudi del mateix fenomen"*. Per aquesta raó, la tendència actual és combinar instruments quantitatius i qualitatius i comparar-ne els resultats. En aquest estudi, hem utilitzat un qüestionari (quantitatiu) i un grup de discussió (qualitatiu), encara que, per problemes d'espai, en aquest article presentem la part qualitativa i les conclusions més significatives.

Grups de discussió

Es tracta, com afirma Benedito (1977), d'un intercanvi d'idees i opinions d'un grup reduït de persones, que tenen un interès comú per discutir sobre un tema. *"Els membres d'un grup de discussió interaccionen i comparteixen una informació que possiblement no podríem obtenir mitjançant entrevistes individuals, qüestionari o d'altres tècniques de recollida de dades"* (Krueger, 1991, pàg. 46). Aquesta estratègia col·laborativa d'interacció entre col·legues ha de desenvolupar-se en un ambient no problemàtic i fora de l'horari de treball (Rodríguez, 1997).

Les característiques d'un grup de discussió les sintetitza Medina Casaubón (1995, pàg. 80) en les següents:

- Ha de tenir un mínim d'**homogeneïtat** per mantenir la simetria de la relació dels components del grup.
- Ha de tenir un mínim d'**heterogeneïtat** per assegurar la diferència necessària en tot procés de parla.
- El grup ha de ser **reduït**, normalment entre 5 i 10.
- Afavorir un **clima** relaxat, de confiança, no hostil.
- Han de recollir-se les **dades qualitatives** per a la seva anàlisi posterior.
- S'obtindran les **conclusions** més o menys consensuades al final de la reunió.
- Permet que la **responsabilitat** sigui compartida per tots els que formen part del grup.

Els avantatges d'aquesta formació en grup són, segons exposa el MEC, les següents:

- És més enriquidora, ja que es contrasten opinions, s'intercanvien coneixements i experiències i s'aporten suggeriments.
- Produeix cohesió entre els membres.

Pot ser el motor per engegar d'altres experiències educatives.

- Permet aprofitar millor els recursos disponibles.
- Necessita un coordinador.
- Exigeix que els membres de l'equip s'impliquin.
- Exigeix que les aportacions siguin constructives.
- És més eficaç.
- Fomenta la reflexió i la connexió teoria-pràctica.

Les sessions del seminari s'han desenvolupat com a grup de discussió que, segons Benedito (1977), ha de tenir: *a*) un tema de discussió que estigui previst, *b*) que l'intercanvi d'idees segueixi un cert ordre, i *c*) que es designi un professor coordinador. Medina Casaubón (1995) afegeix que el local ha de ser adequat, que s'han d'extreure unes conclusions per consens i que s'enregistrarà en cinta magnetofònica. Howey i Zimpher (1989) i González (1988) desenvolupen un disseny similar, en el qual, després de la presentació breu d'un tema, es discuteix en petits grups i se suggereixen solucions. Prenent com a base aquestes investigacions, la proposta de l'esquema general de cada sessió, amb la flexibilitat que la pròpia dinàmica exigeixi, era:

- Breu presentació del tema a tractar per part de l'encarregat de diputació o dels coordinadors o directors. Es començava la sessió exposant les dades més rellevants que la diputació volia aportar i seleccionant les dades del qüestionari més significatives.

Taula 1.
Perfil dels components del seminari.

	Monitor	Mestre	Llic. EF	Psicòleg	Humanitats	Gestors			DxT	Polític	Costa	Camp	Muntanya
						Diput.	Ajunt.	U.H.U.					
Juan Rodríguez Pérez	●				●				●				●
Pilar Martín García				●					●			●	
José Carrasco Carrasco	●										●		
J. Antonio Ferández Susino		●					●			●	●		
F. Antonio Martín Martín	●	●					●		●	●		●	
Alberto Gálvez Saracíbar			●			●			●				
Pedro Sáenz-López Buñuel			●					●	●				
Antonio B. La O Leñero						●			●				
Jorge Puente Delgado		●				●			●				
Oscar Plaza Pérez		●				●			●				
Alberto Nuviala Nuviala			●					●	●				

- Torn de paraula de cada participant, perquè donés la seva opinió.
- A partir dels temes que anaven sorgint, s'obria un debat moderat pel coordinador.
- S'orientava el debat intentant analitzar els aspectes positius i negatius de la realitat estudiada i es proposaven solucions alternatives.
- Elaboració d'una acta de la sessió per part del secretari i d'unes conclusions del tema tractat per part dels coordinadors, que eren consensuades amb la resta de participants en la sessió següent.

Composició del seminari

En el desenvolupament del seminari hem procurat crear un ambient actiu i participatiu en què tots els membres se sentin lliures per opinar i investigar. D'altra banda, la composició ha estat interdisciplinària; hom ha buscat persones coneixedores de l'esport provincial, que tinguin una formació diferent, perquè les opinions siguin més enriquidores.

En la composició del seminari s'incloïa un representant de l'Àrea d'Esports de la Diputació, els dos directors, professors de la Universitat de Huelva, representants de municipis petits i grans, algun gestor esportiu, un representant del sector educatiu escolar, del món federat, tots ells amb diferent formació inicial. Un altre factor que vam fer servir és la representació de les diferents comarques de la província de Huelva. El grup es va completar amb un secretari que va aportar l'Àrea d'Esports de la Diputació. A la taula 1, podem veure la composició final del seminari.

Resultats i discussió

Grup de discussió

Instal·lacions

Les conclusions del seminari, en relació a les instal·lacions de la província de Huelva, el debat de les quals va ocupar dues sessions, van ser:

- **Instal·lacions mínimes a cada municipi**. Gràcies a l'avenç que s'ha produït en els últims anys, podem considerar que existeixen unes instal·lacions esportives mínimes a tots els municipis de la província de Huelva.
- **Pla director**. Es va considerar necessari concretar un pla director de les instal·lacions mínimes per municipi i per comarca. Aquest Pla Provincial recolliria les instal·lacions mínimes, d'acord amb diverses variables, com ara el nombre d'habitants, la situació geogràfica, el nombre d'usuaris, etc. D'altra banda, es podria aportar un seguit de recomanacions pràctiques que han de complir les instal·lacions.
- **D'altres Instal·lacions a construir**. D'acord amb aquest Pla Director, els propers projectes se centraran a augmentar la qualitat dels espais existents i a construir noves grans instal·lacions (nous pavellons coberts, piscines cobertes i pistes d'atletisme). D'acord amb l'estudi realitzat per la Diputació Provincial de Huelva i de la demanda dels municipis, s'ha d'anar abordant la construcció d'aquestes instal·lacions esportives, o d'altres, que garanteixin un equilibri mínim entre comarques, especialment en grans instal·lacions com ara piscines cobertes o pistes d'atletisme.
- **Instal·lacions no convencionals**. Davant la demanda de pràctiques físicoesportives, especialment de tipus recreatiu, cal conscienciar els municipis de la importància de construir instal·lacions d'esports no convencionals; en destaquem dos:
  - Parcs infantils. La població de 0 a 8 anys no practica esports convencionals, però sí que desenvolupa nombrosos jocs adaptats a la seva edat.

- Terrenys d'aventures. L'entorn de molts municipis de Huelva i l'auge de les activitats esportives en el medi natural inviten a construir-hi instal·lacions naturals adaptades.

- **Utilitzar d'altres instal·lacions**. Alguns municipis han aprofitat instal·lacions culturals o d'exposicions, per a ús esportiu. Aquests espais multifuncionals són recomanables en determinats contextos, especialment per a algunes especialitats, com ara el tennis de taula, els escacs, els esports de lluita, el bàdminton, etc.
- **Ubicació**. La ubicació dels espais esportius ha de situar-se al més a prop possible del centre escolar, per afavorir-ne l'ús en horari lectiu i extraescolar.
- **Manteniment**. Tot espai esportiu ha de dissenyar-se amb un pla d'ús i manteniment de les instal·lacions. Una instal·lació té un cost periòdic de neteja, personal, avaries, etc. El municipi ha de ser conscient d'aquestes despeses, que es veuran recompensades si la instal·lació té una alta rendibilitat social.
- **Instal·lacions esportives escolars**. La utilització de les instal·lacions escolars en horari no lectiu és una realitat a quasi tota la província; recomanem que continuï millorant a tots els centres educatius i municipis.
- **Programa de dotació**. La Diputació respon a la demanda dels municipis en relació a la dotació de materials inventariables, després de realitzar un estudi de les necessitats reals. Aquest programa funciona bé, encara que cal destacar l'escassa demanda i dotació de materials relacionats amb esports reduïts, com ara cistelles de minibàsquet, porteries de futbol 7, d'handbol 5, etc.
- **Programa de material fungible**. La Diputació envia pilotes de diferents esports als municipis on hi ha monitors subvencionats per aquesta institució. Fins ara no hi ha hagut peticions d'altres menes de materials, com ara cèrcols, piques, cons, cordes, etc.

Tècnics

- Formació inicial. La titulació acadèmica o esportiva dels monitors de les escoles esportives ha sofert un canvi important en els últims anys, ja que ha augmentat el nivell de la formació inicial de les persones dedicades a entrenar els nens i nenes. Considerem molt important l'interès dels responsables polítics per contractar monitors i gestors qualificats.
- **Mestres especialistes en EF**. La incorporació dels diplomats en magisteri en l'especialitat d'Educació Física ha estat espectacular els darrers anys. La qualitat del procés d'ensenyament/aprenentatge i l'aplicació d'una metodologia on l'educació del nen està per damunt de tot, ha millorat significativament, i encoratgem a aconseguir que continuï gràcies a la incorporació d'aquest col·lectiu. Malgrat tot, cal reconèixer que la formació esportiva d'aquests diplomats és insuficient. Cal que la vagin adquirint mitjançant els cursos de les federacions i del programa de formació de la Diputació.
- **Tècnics Esportius**. La majoria de monitors de les escoles té alguna titulació esportiva, i això és important i necessari. Als que no en tinguin, caldria facilitar-los que es treguin el títol de la seva especialitat esportiva. Aquest col·lectiu acostuma a tenir una bona preparació específica, però, en ocasions, manca d'una formació psicopedagògica, la qual caldria facilitar-los mitjançant el programa de formació.
- **Altres titulacions universitàries**. Hi ha un percentatge minoritari de monitors amb titulació universitària que, si aconsegueixen el títol esportiu, esdevenen un col·lectiu d'interès ja que, a grans trets, hem de considerar el pas per la Universitat com una aportació personal molt positiva per a la seva actitud amb els nens i amb la receptivitat cap a la seva formació.
- **Formació permanent**. En qualsevol ocupació, cal que existeixin possibilitats d'actualització dels treballadors. Per tant, malgrat els avenços en la formació inicial dels monitors de les escoles esportives, considerem d'enorme interès mantenir i millorar el programa de formació permanent que ofereix la Diputació des de fa uns quants anys.
- **Programa de formació**. Aquest programa ha sofert canvis al llarg de la seva posada en pràctica. Després de l'experiència, recomanem acostar la formació als municipis, utilitzant diverses estratègies de formació com ara:
  - cursos de perfeccionament genèrics i per esports,
  - organitzar supervisions d'experts individuals o en grup,
  - fomentar el treball en equip de diversos monitors al voltant d'algun entrenament,
  - facilitar publicacions,
  - etc.

  Una altra aportació que hem recollit és la diferència en la formació de cada col·lectiu:
  - Per exemple, els mestres necessiten més especialització esportiva, mentre que els titulats esportius necessiten més formació psicopedagògica.
  - Convé sistematitzar la formació permanent; una altra aportació podria ser realitzar cursos per nivells, d'acord amb els anys que portin treballant (nivell d'iniciació, nivell mitjà o nivell avançat).

Per programar d'acord amb la demanda, recomanem sol·licitar als municipis i escoles esportives que expressin les necessitats i carències en formació, tenint en compte l'especialitat esportiva. També és recomanable que els cursos es facin en horari que no interfereixi en el treball.

- **Continuïtat**. La manca de continuïtat dels tècnics és un dels problemes més grans. La principal causa n'és l'escassa remuneració, que provoca que molts abandonin quan troben treball, especialment els monitors amb més titulació. Entre les possibles solucions a aquest problema, de difícil solució, es van apuntar el foment de l'associacionisme esportiu, la contractació d'empreses de serveis o mancomunar serveis esportius per augmentar la remuneració. Com que en molts casos és inevitable, es recomana tenir una planificació amb les línies de treball, perquè el canvi de monitors no suposi una transformació dràstica en la metodologia de treball.

- Finalment, es denota una falta de publicitat en els concursos públics de monitors, cosa que facilitaria que hi accedís personal més qualificat.

Activitats

Les conclusions sobre els diferents programes de la Diputació Provincial orientats a l'edat escolar podem sintetitzar-los en:

- **La província en joc**. Aquest programa és una competició que organitza la Diputació, per a nois i noies en edat escolar, dels esports més populars.
  Entre els aspectes positius d'aquesta competició podem destacar:
  - És adient perquè tots els nens que ho desitgin puguin competir.
  - La seva filosofia de participació per damunt de la competició.
  - La subvenció de la Diputació per als desplaçaments i per als arbitratges.
  - El caràcter obert, que permet competir a escoles esportives municipals i clubs.
  - L'amplitud de les categories.

Els problemes que es van comentar van ser:

- Els partits entre setmana.
- La formació i seriositat dels àrbitres.
- L'existència d'un sol tècnic que ha de portar diversos equips.
- La durada de la competició, que és molt curta.
- La poca varietat d'esports i la desproporció d'equips de futbol sala.
- La desigualtat en el nivell entre alguns equips.

Algunes propostes que es van sospesar per solucionar aquests problemes van ser:

- Realitzar les competicions per concentracions de municipis d'una mateixa comarca, permetent que els mateixos responsables dels ajuntaments siguin els qui les organitzin.
- Fomentar competicions multiesportives, admetent que un nen jugui en diversos esports o que en alevins els equips puguin ser mixtos.
- Continuar formant àrbitres i proposar que surtin dels clubs esportius.
- Desenvolupar una activitat formativa dels implicats a cada comarca on, a més a més de col·laborar en la formació tècnica, es posin d'acord en les regles i amb els àrbitres que portaran la competició.

Circuit de vòlei platja

Es va comentar en què consistia i se'n va valorar l'organització. Per exemple, que la competició dels nens es realitzés en un sol dia, el fet d'intentar que les parelles juguin el major nombre de partits, o el fet que hi hagi pistes recreatives per als qui vulguin practicar.

Programa d'escoles esportives

Es va valorar molt positivament el programa, tant la subvenció als tècnics, com l'aportació de materials (balons).
Es va suggerir la possibilitat que apareguessin escoles multiesportives en les edats d'iniciació, 8-10 anys.
També es va recalcar la necessitat que els tècnics siguin de la màxima qualificació, encara que cal reconèixer que, en determinats contextos, no n'hi ha possibilitat.
D'altra banda, es va indicar la possibilitat d'organitzar escoles esportives d'estiu.
L'atenció a discapacitats en edat escolar també va ser motiu de reflexió.

Campanya de natació

L'aspecte més positiu és que, teòricament, tots els nens de la província de Huelva poden entrar en el programa i aprendre a nedar.
Entre els aspectes millorables podem esmentar:

- Les poques piscines existents, com ja hem indicat a l'apartat d'instal·lacions.
- Pocs tècnics amb relació amb el nombre de nens que es mouen.

Tècnica DAFO

Per tal de fer aquesta valoració més aclaridora, hem utilitzat un altre instrument: la tècnica DAFO (debilitats, amenaces, fortaleses i oportunitats), que consisteix a analitzar els punts forts i febles que té aquesta situació a nivell intern i extern.
L'esport en edat escolar presenta unes debilitats i fortaleses que són de caràcter intern, és a dir, que tenim capacitat de modificar o de mantenir. D'altra banda, té unes amenaces i unes oportunitats que són de caràcter extern; no depenen directament de nosaltres, però hem de tenir-les presents i, si s'escau, aprofitar-ne els avantatges.
Les DEBILITATS, que cal corregir, són les carències o limitacions en quantitat o qualitat dels recursos interns sobre els quals no es pot recolzar la consecució dels d'objectius proposats.
Les AMENACES, que cal afrontar, són un factor extern que posa en perill l'aprofitament d'alguna fortalesa o aprofundeix una debilitat.
Les FORTALESES, que cal mantenir, són els elements interns favorables en què podem basar l'estratègia plantejada de què es disposa en quantitat i qualitat.
Les OPORTUNITATS, que cal explotar, són situacions externes, presents o futures, que permeten l'aprofitament d'algun recurs o fortalesa interna.
La Matriu DAFO la vam presentar en la taula següent (Taula 2).

Propostes de millora

Després de l'exposició dels resultats i de l'anàlisi de la situació real, vam arribar al punt de més interès: les propostes per millorar. La tècnica DAFO ampliaria aquesta part de l'informe, ja que ens va caldre respondre a: com aprofitar les oportunitats, com mantenir les fortaleses, com afrontar les amenaces i com corregir les debilitats.
Una síntesi d'aquest treball podria ser la que ve a continuació i que hem dividit en tres parts: instal·lacions, programes d'activitats i formació.

Instal·lacions

Una instal·lació esportiva és una inversió massa important com per no tenir en compte una sèrie d'aspectes com els que es descriuen a continuació. En primer lloc, cal aprofitar el pla director d'instal·lacions per orientar i donar suport a cada municipi o comarca pel que fa a les necessitats que tenen. Mentre que les necessitats d'instal·lacions convencionals a

Taula 2.
Matriu DAFO de l'Esport en Edat Escolar a la província de Huelva.

DEBILITATS

- Importants limitacions econòmiques dels Ajuntaments, especialment els d'escassa població.
- Excessiu protagonisme de les institucions públiques (supramunicipals) amb competències en aquesta matèria.
- Massa dependència de les subvencions i ajuts públics.
- Preocupants condicions de salut en què es desenvolupen les activitats esportives (reconeixements mèdics, atenció mèdica, assegurances, etc.).
- Poques piscines i pistes d'atletisme i mal repartides.
- Escassa atenció al manteniment de les instal·lacions.
- Instal·lacions municipals lluny dels col·legis.
- Manca d'instal·lacions infantils.
- Insuficient aprofitament d'instal·lacions esportives naturals (bicicleta de muntanya, escalada, orientació, circuits).
- Formació incompleta dels tècnics dedicats a la iniciació esportiva. El doble vessant: educatiu i esportiu, requereix professors preparats en tots dos camps.
- Pocs tècnics.
- Falta de continuïtat dels tècnics per l'escassa consideració i remuneració.
- Especialització precoç dels esportistes.
- Dèficit de tècnics de gestió o coordinació esportiva.
- Escassa formació dels gestors.
- Nul·la atenció a la formació de pares.
- Insuficient relació col·legi-Escola Esportiva.
- Excés d'oferta d'activitats als escolars (culturals, idioma, informàtica i fins i tot esportives).
- Poca atenció a esports minoritaris a les escoles esportives.
- Manca d'activitats que busquin l'adhesió del nen vers l'activitat física.
- Escassa vinculació dels clubs amb l'esport escolar.

FORTALESES

- Voluntat política d'intervenir en l'esport escolar, tant pel que fa a instal·lacions esportives com en programes d'activitats.
- Instal·lacions poliesportives convencionals suficients a tots els municipis.
- Augment del nombre d'instal·lacions cobertes en els últims anys.
- Increment de titulats universitaris entre els tècnics de les escoles esportives.
- Consolidació de programes de la Diputació (escoles esportives, província en joc, material esportiu, circuit de vòlei platja, campanya de natació, etc.).

AMENACES

- Manca de coordinació entre institucions públiques que gestionen l'esport, tant en instal·lacions com en programes.
- Repartiment desproporcionat en la província.
- Retard en el desenvolupament del Reial Decret de Titulacions Esportives.
- Menys compromís dels nens en la pràctica d'esport continuat.
- Dependència d'una persona als municipis petits.
- Manca de suport dels pares.
- No hi ha cultura esportiva sobre la importància de l'esport en els joves, ja que d'altres activitats formatives es paguen i l'esport no (anglès, informàtica).
- Escassa intervenció de professors i centres en l'esport en edat escolar (APAs, activitats extraescolars).
- Inexistència d'un centre d'Ensenyament no universitari que imparteixi algun dels títols de formació específica sobre activitats físiques i esportives.
- Desigualtat socioeconòmica entre les diferents comarques de Huelva.

OPORTUNITATS

- Aprovació de la Llei de l'esport a Andalusia, amb especial menció a l'esport a edat escolar.
- Programes de la Junta d'Andalusia (material, instal·lacions).
- Pla director d'instal·lacions de la Junta d'Andalusia.
- Existència de la Universitat de Huelva, que aporta mestres d'EF, coneixement i investigació.
- Oferta formativa de l'IAD per a tècnics i professionals de l'EF.
- Clima mediterrani suau, amb moltes hores de llum solar, i poques pluges.
- Espais naturals com ara platja, rius o muntanya, per a practiques d'esports a l'aire lliure.
- Buscar recursos en les empreses privades, l'aportació de les quals és quasi nul·la. Cal anar amb compte amb utilitzar tabac o alcohol.
- Disposició d'alguns responsables municipals per a col·laborar.
- Organització comarcal o per mancomunitats que ofereixen d'altres serveis.

la província es troben cobertes, el repte següent és dotar-les d'il·luminació, cobrir-les i construir-ne d'altres, com ara pistes d'atletisme, gimnasos, frontó, piscines o llocs d'activitats esportives en el medi natural. També és deficitari el nombre de parcs infantils (amb jocs per a nens) que tenen una gran demanda, o instal·lacions per a adults com ara pistes de petanca o de bitlles.

D'altra banda, cal fer un estudi de la utilització d'aquest espai esportiu per comprovar-ne la rendibilitat social, així com la viabilitat econòmica per part de l'Ajuntament, per al manteniment i la gestió.

Sempre que sigui possible, les instal·lacions esportives de nova creació haurien de situar-se prop dels centres educatius del municipi.

Programes d'activitats esportives

Vam partir de la base que la Diputació manté uns programes d'activitats molt consolidats i necessaris, com ara les escoles esportives, la província en joc, la campanya de natació o el circuit de vòlei platja. Com que tot és millorable, durant el seminari han sorgit algunes propostes que recordem a continuació.

Cal fomentar la gestió descentralitzada o per comarques, i donar suport als municipis que funcionen bé, perquè col·laborin en l'organització d'alguns programes, com per exemple, la província en joc. Es podria crear la figura de tècnics mancomunats, amb la missió d'oferir un servei a aquelles localitats que no es poden permetre aquesta despesa.

D'altra banda, cal augmentar les relacions amb els centres educatius, ja que tots els nens del municipi són allà. A més a més de la col·laboració en la captació, es poden utilitzar les instal·lacions dels centres, el seu material esportiu i es pot estudiar la possibilitat d'implicar-hi les APAs i els centres en les escoles esportives, com a activitat extraescolar.

També cal conscienciar els municipis i donar-los suport, perquè la qualitat de les activitats esportives sigui superior. En aquest sentit, les deficiències més grans se centren en la manca de reconeixements mèdics, o d'assegurança de responsabilitat civil. També és una queixa generalitzada l'escassa retribució dels tècnics, cosa que dificulta la seva continuïtat.

Sempre que sigui possible, hem de promocionar activitats esportives minoritàries, com ara l'atletisme, els escacs o el tennis de taula. En aquesta línia, podem aprofitar millor l'entorn de cada municipi, és a dir, el mar, els rius o la muntanya, per realitzar activitats esportives a la natura.

La coordinació és un altre aspecte millorable. D'una banda, aprofitant activitats d'un municipi per als del seu entorn, com s'esdevé amb la campanya de natació. D'una altra, a nivell intern dins cada Ajuntament, perquè les activitats esportives no coincideixin amb altres ofertes culturals (música, idiomes, informàtica) o d'un altre tipus (catequesi).

Programes de Formació

Segons que hem analitzat, una de les deficiències més grans és la formació de tècnics, gestors i pares i, en conseqüència, és imprescindible continuar, millorar o iniciar (segons el cas), programes de formació.

Els programes de formació de tècnics haurien de tenir les característiques aportades per Marcelo i d'altres (1995):

- Continuïtat.
- **Centrada** en l'activitat quotidiana de l'**aula**.
- Connectar amb les **característiques específiques** del lloc de treball de cada docent.
- Treballar en "**equips docents**".
- Ser **participativa**.
- Ser **flexible** i diversa en les ofertes i en els instruments a emprar.

Els tècnics de les escoles esportives se situen en un d'aquests dos blocs: entrenadors amb bona formació tècnica i escassos coneixements psicopedagògics, i mestres als quals els acostuma a succeir just al contrari. Per tant, s'haurien de dissenyar cursos de formació permanent més tècnics, orientats als mestres, i d'altres de més pedagògics orientats als entrenadors. Així mateix, és hora que existeixin diversos nivells, per a inicial, mitjà i avançat, perquè cada monitor triï d'acord amb els seus coneixements i experiència.

Aquesta inversió en formació ha d'anar paral·lela a una tasca de seguiment i avaluació de l'activitat, que es podrà realitzar de forma interna (pel mateix Ajuntament) i externa (a través de la Diputació). La qualitat d'aquesta avaluació podria repercutir en un augment o una disminució de les ajudes de la Diputació per al programa en qüestió.

D'altra banda, cal continuar amb la formació de gestors esportius, que també hauria de tenir unes característiques similars pel que fa a la continuïtat, contextualització, flexibilitat i treball en equip.

També caldria programar activitats de formació amb els pares i implicar-los d'alguna forma en els programes esportius. És necessari propiciar més trobades entre gestors, tècnics i pares, per millorar la coordinació i la qualitat dels programes.

Conclusions

Limitacions de la investigació

Qualsevol projecte que es porta a terme està exposat a problemes de molt diversos tipus, que condicionen el desenvolupament del treball. Aquest seminari no ha estat exempt de dificultats, cosa que hem de reconèixer per ètica i per valorar en la seva justa mesura els resultats d'aquesta experiència.

En primer lloc, la composició del seminari no ha estat ideal, ja que hi ha hagut alguns participants que no hi han assistit amb la continuïtat que exigia el treball plantejat i, en conseqüència, algunes reunions no han estat tan enriquidores com esperàvem. L'assistència, l'experiència i la formació dels membres del seminari són fonamentals per extreure conclusions més interessants amb vista a pròxims fòrums de debat que puguin crear-se.

La falta de costum de participar en grups de discussió ha provocat que, en ocasions, alguns participants acaparessin el debat en excés, amb la permissivitat dels directors, i que d'altres membres participessin molt poc.

Finalment, aquesta metodologia de treball (seminari), encara que la considerem d'interès, és insuficient per conèixer la

realitat de l'esport en edat escolar de la província. Només acostant-nos als municipis, per observar i preguntar en el mateix lloc de treball, obtindríem dades més fiables i contextualitzades.
Malgrat aquestes limitacions, considerem que el treball realitzat ha aportat dades d'interès, que hem analitzat i que sintetitzem en les conclusions.

Conclusions

Repassarem els objectius que ens plantejàvem en començar la investigació per comprovar si s'han complert.
En primer lloc, volíem analitzar la realitat de l'esport a l'edat escolar a la nostra província. Entre les dades d'un qüestionari que vam realitzar al començament, els documents lliurats pels representants de la Diputació i les aportacions dels membres del Seminari, creiem que hem fet una repassada per l'esport municipal en edat escolar a la província de Huelva; n'hem destacat els aspectes més positius i hem proposat millores a cada programa.
Un altre objectiu era conèixer experiències en el foment de l'esport a l'edat escolar. Entre els documents lliurats pels representants de la Diputació Provincial s'incloïen experiències d'altres entorns en relació al desenvolupament de l'esport en edat escolar.
D'altra banda, volíem proposar mesures i actuacions per millorar el desenvolupament de l'esport municipal a l'edat escolar. En l'apartat de resultats, hem exposat les propostes que han anat sorgint en el Seminari, per tal d'augmentar la qualitat dels programes d'esport municipal.
Finalment, pretenïem aprofundir en els resultats i en les intervencions efectuades en la promoció de l'esport a l'edat escolar, a la nostra província i fora d'aquesta.

Investigacions futures

Considerem interessant mantenir un fòrum de debat sobre l'esport en edat escolar en forma de Seminari com el que s'ha iniciat aquest any. Malgrat tot, hi ha d'altres temes que són motiu d'estudi, com ara l'esport en poblacions menys ateses (dones, discapacitats, tercera edat), l'esport sènior, etc. Aquesta experiència pilot ha de servir per rectificar els errors que hem analitzat i que sintetitzaríem en:

- Realitzar, amb temps, un qüestionari més simple i més contextualitzat.
- Completar la composició del Seminari i garantir l'assistència i la participació de tots els seus components.
- Permetre que tingui una durada, com a mínim, d'un curs escolar complet, perquè doni temps d'analitzar les dades que s'utilitzin, aplegar-les i reflexionar-hi.

Perquè aquesta informació sigui més real i contextualitzada, cal incloure-hi estudis de camp més concrets, per poder analitzar aspectes com ara:

- Conèixer el grau de satisfacció dels alumnes en relació al monitor (titulació, anys que porta en el grup, edat, sexe), al nombre d'hores setmanals, a la qualitat de la instal·lació, etc.
- Analitzar el nivell d'activitats físicoesportives dels nens a les classes d'EF i a les escoles esportives, i encreuar les dades per buscar-hi alguna relació.
- Etc.

Bibliografia

AA.VV. (1993), "El deporte en la edad escolar". *Actas de las VII Jornadas de Deporte y Corporaciones Locales*. F.E.M.P. Madrid.

Añó, V. (1997), *Planificación y organización del entrenamiento juvenil*. Madrid: Gymnos.

Benedito, A. (1977), *Temas didácticos. Dinámica de grupos*. Barcelona: Círculo Editor Universo.

Biddle, B. J. y Anderson, D. S. (1989), "Teoría, métodos, conocimiento e investigación sobre la enseñanza". A Wittrock, M. C. (Coord.), *La investigación de la enseñanza, I. Enfoques, teorías y métodos*. Barcelona: Paidós Educador. MEC.

Blázquez, D. (1995), *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.

Colás, P. y Buendía, L. (1992), *Investigación educativa*. Sevilla: Alfar.

Delgado, M. (1995), "Actividad física para la salud en Educación Primaria". A Romero, C.; Linares, D.; De La Torre, E. (coord.). *Estrategias metodológicas para el aprendizaje de los contenidos de la E.F.* Escolar. Promeco. Universidad de Granada, pàg. 137-146.

Erickson, F. (1989), "Métodos cualitativos de investigación sobre la enseñanza". A Wittrock, M. C. (Coord.). *La investigación de la enseñanza, II. Métodos cualitativos y de observación.* Paidós Educador. M.E.C. Barcelona.

FEMP (1992). "Manifiesto sobre el Deporte en la edad escolar". A FEMP *El Deporte en la edad escolar*. Madrid: Edita FEMP.

González, J. L. (1988), "Investigación etnográfica sobre el pensamiento de los maestros en periodo de formación inicial: Una experiencia didáctica en el aula mediante una estrategia de cambio conceptual". A Marcelo, C. (editor). *Avances en el estudio del pensamiento de los profesores*. Servicio Publicaciones. Universidad de Sevilla.

Howey, K. R. y Zimpher, N. L. (1989), "Presevice Teacher Educators' Role in Programs for Beginning Teachers". *The Elementary School Journal*, vol. 89, n.º 4, University of Chicago.

Krueger, R. A. (1991), *El grupo de discusión. Guía práctica para la investigación aplicada*. Madrid: Pirámide.

Ley 6/1988, de 14 de Diciembre, Ley del Deporte de Andalucía.

MEC (1989), *Plan de investigación educativa y de formación del profesorado*. Madrid: MEC y CIDE.

Marcelo, C. (1994), "Estrategias de análisis de datos en investigación educativa". A Villar, L. M. (Coord.), *Manual de entrenamiento: evaluación de procesos y actividades educativas,* pàg. 39-62. Barcelona: PPU.

Medina Casaubón, J. (1995), "Influencia de un entrenamiento docente basado en el trabajo en grupo durante la formación inicial del profesorado de Educación Física. Un estudio preliminar". Tesis Doctoral inédita. Universidad de Granada.

Merino, A. (Coord.) (1995), "Apuntes del I Seminario Andaluz del Deporte Base". Málaga: IAD.

Rodríguez, J. Mª. (1994), "Las prácticas de enseñanza en la formación inicial de los profesores". Tesis Doctoral. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Sevilla.

– (1997). *Bases y Estrategias de Formación Permanente del Profesorado.* Huelva: Hergué.

Zabalza, M. (1988), "Condiciones metodológicas en el estudio del pensamiento de los profesores. Los autoinformes". A Marcelo, C. (editor). *Avances en el estudio del pensamiento de los profesores*. Servicio Publicaciones. Universidad de Sevilla.

Paraules clau
fiabilitat, salt vertical, velocitat, força, nens

Fiabilitat de les proves de força en salt vertical i velocitat de cursa en escolars de 6 a 8 anys

Rafael Martín Acero
Doctor en Educació Física. Professor Titular de l'INEF de Galícia, Universitat de la Corunya.

Miguel Fernández del Olmo
Llicenciat en Educació Física.
Professor de l'INEF de Galícia, Universitat de la Corunya

José Vicente Veiga Doldán
Llicenciat en Educació Física.
Professor d'Ensenyament Primari i Secundari

Xosé Luis Otero Cepeda
Doctor en Matemàtiques
Professor Titular del Departament de Bioestadística i Mètodes de Recerca,
Universitat de Santiago de Compostel·la.

Ferran A. Rodríguez Guisado
Doctor en Medicina i Cirurgia.
Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport.
Professor Titular de l'INEF de Catalunya, Universitat de Barcelona

Abstract

The object of this study was to determine the reliability of different tests in vertical jumping and race speed in 6-8 year old children.
Fifty-six students of both sexes (30 girls and 26 boys) took part, between 6 and 8 years old, chosen at random from among children of the same school, to whom we gave a series of tests of strength in vertical jumping on a contact platform (SJ, CMJ. CMJA and 1RJ) and race speed (30 m) on two occasions (T1 and T2) with a week's test between both. We studied the recurrence between repetitions (intraindividual variability) for each of the two sessions of valuation (T1, T2), and the temporal variability (between T1 and T2) by means of the estimate of different statistics (co-efficient of variation, CU; co-efficient of intraclass correlation, CCI, methodical error, EM) and its statistical significance. The recurrence between repetitions of the vertical jumping tests CMJ and 1RJ proved to be high (CCI 0,95) in both sessions. In the second evaluation session, also high was the recurrence of SJ while CMJA remained at unacceptable levels (CCI = 0,69-0,80). the variability between subjects was quite a lot higher than in adult PE students (CV = 8,3-11,8%)
The temporal recurrence (day to day between two sessions with a week's interval inbetween) of the test can be considered to be questionable in general terms, observing a high methodical error (EM = 9,9-15,1%) and a significant worsening of the results in the second session of the jumping tests with contramovement (CMJ and CMJA) and the fast race of 30 m (p0,05).

Resum

L'objectiu del present estudi va ser determinar la fiabilitat de diverses proves de salt vertical i de cursa ràpida en escolars de 6 a 8 anys.

Van participar 56 subjectes de tots dos sexes (30 nenes i 26 nens), d'edats compreses entre 6 i 8 anys, seleccionats aleatòriament entre els d'un mateix centre escolar, als quals es va administrar una bateria de proves de força de salt vertical sobre plataforma de contactes (SJ, CMJ, CMJA i 1RJ) i de cursa ràpida (30 m) en dues ocasions (T1 i T2), amb una setmana d'interval entre totes dues. Es va estudiar la reproductibilitat entre repeticions (variabilitat intraindividual) per a cada una de les dues sessions de valoració (T1, T2) i la variabilitat temporal (entre T1 i T2), mitjançant el càlcul de diferents estadístics (coeficient de variació, CV; coeficient de correlació intraclasse, CCI; error metòdic, EM) i de la seva significació estadística.

La reproductibilitat entre repeticions de les proves de salt vertical CMJ i 1RJ es va demostrar elevada (CCI ≥ 0,95) en ambdues sessions. En la segona sessió de valoració també ho va ser la reproductibilitat d'SJ, mentre que CMJA es va mantenir a nivells inacceptables (CCI = 0,69-0,80). La variabilitat entre subjectes es va mostrar força més elevada que en estudiants d'educació física adults (CV = 8,3–11,8%).

La reproductibilitat temporal (dia a dia, entre dues sessions separades per una setmana) de les proves pot considerar-se qüestionable en termes generals; s'hi observa un elevat error metòdic (EM = 9,9-15,1%) i un empitjorament significatiu dels resultats en la segona sessió en les proves de salt amb contramoviment (CMJ i CMJA) i de cursa ràpida de 30 m ($p \leq 0,05$).

D'acord amb els resultats, es proposen algunes mesures conduents a la millora de la fiabilitat de les proves.

Introducció

La valoració de la capacitat de salt i de cursa ràpida, emmarcada en l'estudi del constructe força-velocitat, constitueix un aspecte rellevant de la valoració de la condició física. El seu desenvolupament metodològic i aplicatiu s'ha produït, fonamentalment, en l'àmbit del rendiment. Malgrat tot, la valoració de les capacitats motrius esmentades té també un gran interès des de la perspectiva de la valoració condicional en l'àmbit de l'educació física escolar i planteja nombrosos problemes específics des del punt de vista metodològic (Martín Acero, 1999).

La fiabilitat és una característica qualitativa fonamental de les proves de valoració en general, fins al punt de considerar que una prova no té validesa si no és fiable. Pot definir-se com el grau de repetició o de reproductibi- litat d'un mesurament, és a dir, el grau en què els mesuraments repetits donen resultats similars. Les possibles fonts de variabilitat en el resultat de les proves, que en comprometen, doncs, la fiabilitat, poden ser els subjectes, els examinadors, els instruments i els protocols de les proves. Des del punt de vista de constància dels resultats d'una prova, poden donar-se les variacions següents: *a*) entre subjectes (variació interindividual); *b*) entre repeticions (variació intraindividual); *c*) entre examinadors (variació interobservador); *d*) entre diversos mesuraments d'un mateix examinador (variació intraobservador); *e*) d'un dia a un altre (variació temporal). Acostuma a anomenar-se objectivitat la constància dels resultats entre diferents examinadors obtinguts en els mateixos subjectes, i estabilitat la constància entre diversos mesuraments repetits en els mateixos subjectes (Rodríguez, 1999).

Des de la popularització, en la dècada dels vuitanta, de les bateries de valoració de la força mitjançant salts verticals, utilitzant una plataforma de contactes (per a una revisió actualitzada de la metodologia vegeu Bosco 1992 i 1994), s'han realitzat alguns estudis sobre la seva fiabilitat en subjectes adults, estudiants d'educació física (Viitasalo, 1985, 1988; López *et al.*, 1998) i en joves d'entre 10 i 15 anys (Viitasalo 1988); no s'ha registrat cap estudi en subjectes d'edats inferiors. Passa el mateix amb la prova de cursa ràpida de 30 m. Des del punt de vista teòric, és possible plantejar la hipòtesi que la fiabilitat de les proves de força i de velocitat, l'execució de les quals presenta un component tècnic i coordinatiu notable, disminueix en subjectes més joves, especialment en etapa prepuberal. La hipòtesi esmentada es confirma en l'estudi de Viitasalo (1988), en el qual s'observa una progressiva disminució, amb l'edat, de la variabilitat de les proves de salt amb contramoviment, entre els 10 i els 15 anys.

En conseqüència, l'objectiu de l'estudi present va ser determinar la fiabilitat de diverses proves de salt vertical sobre plataforma de contactes i de cursa ràpida de 30 m en escolars de 6 a 8 anys, tot observant els efectes d'una pràctica puntual de tempteig i ajustament coordinatiu i tècnic sobre els resultats de les proves en una valoració posterior. Els aspectes de la fiabilitat estudiats van ser la reproductibilitat entre repeticions en cada una de les dues sessions separades de valoració (variació entre repeticions a T1 i T2) i la reproductibilitat temporal entre ambdues sessions (variació dia a dia entre T1 i T2).

Material i mètode

Subjectes

Van participar en l'estudi 56 subjectes de tots dos sexes (30 nenes i 26 nens), d'edats compreses entre 6 i 8 anys (mitjana ± s = 7,30 ± 0,71 anys) seleccionats aleatòriament entre els d'un mateix centre escolar gallec.

Material

Per a la realització dels salts verticals es van utilitzar quatre sistemes de plataforma de contacte (ErgoJump Bosco System) i microprocessadors Psion (Datapak 32K amb programa informàtic). La sensibilitat de les plataformes va ser calibrada mitjançant l'ús d'un pes de 10 kg, que va activar cada una de les plataformes en tots els casos (Aguado *et al.*, 1995).

El temps total de la cursa de 30 m es va registrar mitjançant: *a*) una plataforma de contacte com a mecanisme d'inici de cronometratge; el cronòmetre electrònic s'activava en el moment en què el peu més endarrerit del subjecte perdia contacte amb el terra; *b*) un circuit de fotocèl·lules

Taula 1.
Estadística descriptiva dels resultats obtinguts pel conjunt dels subjectes de la mostra (n = 56), a totes dues sessions de valoració (T1 i T2). S'engloben els resultats de les quatre repeticions de cada una de les proves de salt (SJ, CMJ, CMJA i 1RJ) i l'única repetició de la prova de cursa ràpida (30 m).

	T1				T2			
	$\bar{x}$	s	màxim	mínim	$\bar{x}$	s	màxim	mínim
SJ (cm)	13,00	2,82	17,85	7,90	12,96	2,93	20,85	7,60
CMJ (cm)	16,06	3,56	25,00	7,80	14,10	2,80	19,53	7,70
CMJA (cm)	17,85	3,43	25,75	11,17	16,95	3,04	24,18	11,60
1RJ (cm)	14,05	3,52	23,26	7,66	13,55	3,15	21,71	6,68
30 m (s)	6,83	0,62	8,71	5,83	6,94	0,67	9,07	5,78

infraroges amb regulació de bloqueig entre impulsos de 1/100 s fins 2 s (Heuer, model HL2-11); i *c*) cronòmetre Chronoprinter 500 (precisió: ± 0,0004% a 20°C; definició: 0,001 s).

Mètodes

Les proves de valoració administrades van ser les següents:

a) Proves de salt vertical (Bosco 1992, 1994):
- Squat Jump (SJ): salt des de flexió de genolls de 90° i des d'aturat (sense contramoviment).
- Counter Mouvement Jump (CMJ): salt amb flexió/extensió (contramoviment), amb les mans al maluc.
- Counter Mouvement Jump with Arms (CMJA): salt amb contramoviment amb acció de braços, similar a l'anterior, però partint amb els braços en extensió i abducció a l'alçada de les espatlles i amb acció lliure de braços en saltar (adaptat d'Abalakov).
- 1 Reactive Jump (1RJ, adaptat de Vittori-Bosco): salts reactius progressius durant 5 s, sense flexió de genolls; per a la valoració s'escull el salt de més alçada.

b) Cursa de velocitat de 30 metres, partint amb un peu endarrerit.

Procediment

La bateria completa de proves (SJ, CMJ, CMJA, 1RJ i 30 m) es va administrar en dues ocasions (sessions T1 i T2), en l'interval d'una setmana. En cadascuna de les ocasions els subjectes van realitzar les proves en condicions similars de lloc, hora i temperatura, i van executar quatre intents de cada salt i una sola cursa.

Les proves van ser administrades per un mateix equip d'observadors, constituït per llicenciats en ciències de l'activitat física i de l'esport, prèviament entrenats en l'aplicació de les proves durant un període de tres anys, en què van administrar la bateria a una població de 1.200 nens de 6 a 17 anys.

Els subjectes no coneixien, amb antelació a la primera sessió de valoració (T1), cap de les proves que els serien administrades. Es va considerar com a criteri d'exclusió la manifestació, per part del subjecte, en ser interrogat sobre aquest tema, que el seu estat de salut o d'ànim fos anormal, o diferent al del primer dia. Durant el període comprès entre totes dues sessions de valoració (T1, T2) els subjectes no van realitzar cap assaig, ni cap activitat física de caràcter diferent a l'habitual en cada un d'ells.

Anàlisi estadística

La variabilitat intraindividual entre repeticions (reproductibilitat de mesuraments repetits) a cadascuna de les dues sessions de valoració (T1 i T2) es va determinar mitjançant el càlcul de la desviació (s), el coeficient de variació de Pearson (CV,%) i el coeficient de correlació intraclasse (CCI). S'indiquen, a més a més, la mitjana aritmètica ($\bar{x}$) i els valors extrems (mínim i màxim). La significació de les diferències entre valors obtinguts entre les quatre repeticions de cada prova en una sessió es va valorar mitjançant l'anàlisi de la variància (ANOVA) per a mesures repetides.

La variabilitat temporal (reproductibilitat temporal o dia a dia) entre totes dues sessions (variació diària entre T1 i T2) es va determinar mitjançant el càlcul del coeficient de correlació de Pearson (r), el coeficient de correlació intraclasse (CCI) i l'error metòdic (EM,%). La significació de les diferències entre els valors mitjans (no els més elevats) obtinguts en cada sessió es va valorar mitjançant la prova t de Student per a mostres relacionades.

En les proves comparatives, les diferències es van considerar significatives per a un nivell de confiança del 5% (grau de significació, $p \leq 0,05$).

Resultats

A la taula 1 es presenta l'estadística descriptiva dels resultats obtinguts en les dues sessions de valoració (T1 i T2) per a cada una de les proves administrades. Els subjectes van obtenir resultats mitjans significativament millors en la segona sessió (T2) a CMJ, CMJA i 30 m ($p \leq 0,05$), mentre que les diferències a SJ i 1RJ no van ser significatives (vegeu taula 3).

A la taula 2 es mostren els resultats de reproductibilitat en les quatre repeticions de les proves de salt, en cada una de les dues sessions de valoració (T1 i T2). No es van observar diferències significatives ($p \leq 0,05$) entre els valors dels quatre intents realitzats per tots els subjectes a cada

prova de salt, en cap de les dues sessions de valoració. Es va observar una major reproductibilitat de totes les proves de salt en la segona valoració (T2), evidenciada per coeficients de variació una mica més baixos a T2 (CV = 7,9-11,6%) que a T1 (CV = 8,3-11,8%), així com per valors més elevats del coeficient de correlació intraclasse a T2 (CCI = 0.80-0.99) que no pas a T1 (CCI = 0,69-0,96).

A la taula 3 es mostren els resultats de reproductibilitat temporal, expressada com a variabilitat dia a dia entre les dues sessions de valoració (entre T1 i T2). Es va constatar que els subjectes van obtenir resultats mitjans significativament millors en la segona sessió (T2) a CMJ, CMJA i 30 m ($p \leq 0,05$). Totes les proves van presentar una baixa reproductibilitat temporal, amb valors discrets de CCI (0,70-0,87) i de r (0,70-0,93) a totes les proves, excepte a la de 30 m (r = 0,93), que va presentar també un valor molt inferior d'EM (2,7%) respecte a les altres (9,9-15,1%).

Discussió

En el disseny de l'estudi es van prendre un seguit de mesures amb el propòsit de minimitzar totes les possibles fonts d'error en la realització de les proves. El protocol va ser rigorosament estandarditzat, de manera que: *a*) tots els nens van realitzar el mateix nombre d'intents; *b*) ambdues sessions de valoració (T1 i T2) es van portar a terme el mateix dia de la setmana, a la mateixa hora, a la mateixa instal·lació i amb una temperatura ambient similar; *c*) els examinadors van aplicar, cadascun, una única prova, i, doncs, la variabilitat interobservador va quedar descartada com a font d'error; *d*) els examinadors coneixien la prova i en tenien una àmplia experiència en l'administració a nens. En conseqüència, sense descartar-ne completament d'altres, es podria interpretar que les fonts de variació van ser, fonamentalment, la variabilitat biològica dels subjectes sotmesos al test (fatiga, motivació, concentració, aprenentatge al llarg d'una sessió, etc.), i l'eventual existència d'una predisposició sistemàtica lligada a l'aprenentatge entre ambdues sessions de valoració.

Reproductibilitat entre repeticions

La manca de significació de les diferències entre les quatre repeticions de cada salt i per a cada una de les dues sessions separadament, suggereix l'absència d'una tendència o font de variabilitat sistemàtica significativa; la variació és atribuïble, doncs, a variabilitat de tipus aleatori (Zatsiorski 1989; Rodríguez 1999).

Un CCI elevat suggereix una reproductibilitat elevada dels resultats mitjans de cada subjecte quan realitza diversos intents en una mateixa sessió, és a dir, sobre la reproductibilitat intrasubjecte de la prova en qüestió. Les proves de salt que van presentar una reproductibilitat elevada (CCI = 0,90; Vincent 1994; Atkinson i Nevill 1998) entre repeticions ja en la primera sessió de valoració (T1) van ser 1RJ i CMJ (CCI = 0,96 i 0,95, respectivament), mentre que la de CMJA pot considerar-se qüestionable (0,69). En la segona sessió (T2), la reproductibilitat d'SJ, CMJ i 1RJ va ser elevada; CMJA es va mantenir com a la prova menys reproduïble. La més gran reproductibilitat de totes les proves de salt, en la segona valoració (T2), és molt suggestiva d'un cert efecte d'aprenentatge, que es tradueix en una més gran estabilitat dels resultats obtinguts en les diverses repeticions.

El CV informa sobre la variabilitat d'una prova en el conjunt dels subjectes. En aquest sentit, totes les proves de salt van presentar una variabilitat elevada

Taula 2.

Reproductibilitat de les proves de salt vertical, expressada com a variabilitat en quatre repeticions de cada una de les proves, en cadascuna de les dues sessions de valoració (T1 i T2). S'indica el grau de significació (p) de les diferències (ANOVA per a mesures repetides) entre els valors dels quatre intents realitzats per tots els subjectes a cada prova (n = 53) i els valors del coeficient de correlació intraclasse (CCI) i el coeficient de variació (CV) per a cada prova.

	T1			T2		
	p	CCI	CV (%)	p	CCC	CV (%)
SJ	ns	0,83	11,02	ns	0,99	9,19
CMJ	ns	0,95	8,72	ns	0,99	8,48
CMJA	ns	0,69	8,30	ns	0,80	7,92
1RJ	ns	0,96	11,78	ns	0,96	11,57

ns = diferència no significativa ($p \leq 0,05$).

Taula 3.

Reproductibilitat temporal de les proves de salt vertical i de cursa ràpida, expressada com a variabilitat, dia a dia, entre les dues sessions de valoració (entre T1 i T2). S'hi indica el grau de significació (p) de les diferències (t de Student per a mostres relacionades) entre els resultats mitjans obtinguts en ambdues sessions per tots els subjectes a cada prova (n = 53), els valors del coeficient de correlació intraclasse (CCI) i el coeficient de correlació de Pearson (r) entre els resultats de totes dues proves, així com l'error metòdic (EM,%) per a cada prova.

	Variació entre T1 i T2			
	p	CCI	r	EM (%)
SJ	ns	0,70	0,60	15,07
CMJ	≤ 0,001	0,86	0,78	9,86
CMJA	≤ 0,01	0,76	0,65	12,32
1RJ	ns	0,85	0,70	12,34
30 m	≤ 0,05	0,87	0,93	2,67

ns = diferència no significativa ($p \leq 0,05$).

Taula 4.
Reproductibilitat entre repeticions en una mateixa sessió de valoració de la prova de salt amb contramoviment, (CMJ) en diferents edats i poblacions.

Edat (anys)	Mostra	CV (%)	Referència
18-24	Estudiants d'educació física	4,3	Viitasalo 1985
19-24	Estudiants d'educació física	3,03	López *et al.* 1998
15	Gimnàstica, lluita lliure	5,05	Viitasalo 1988
14	Esquí, curses d'orientació, atletisme, lluita lliure	7,05	Viitasalo 1988
13	Esquí, curses d'orientació, hoquei gel, gimnàstica, atletisme, lluita lliure	7,06	Viitasalo 1988
12	Esquí, curses d'orientació, gimnàstic, bàsquet, atletisme, lluita lliure	7,80	Viitasalo 1988
11	Esquí, bàsquet, gimnàstica, atletisme, lluita lliure	8,62	Viitasalo 1988
10	Esquí, curses d'orientació, atletisme, lluita lliure	13,65	Viitasalo 1988
6-8	**Escolars**	**8,72**	**Present estudi**
		8,48	**(T1 i T2)**

(CV = 8,30-11,78), tant en la primera sessió (T1) com en la segona (T2), encara que tendeix a ser una mica més petita en la segona sessió.

En termes generals, la reproductibilitat d'SJ i CMJ en els subjectes en edat escolar estudiats (6 - 8 anys) és comparable a l'observada en subjectes adults, estudiants d'educació física (Viitasalo 1985; López *et al.* 1998) i en escolars de 10 a 15 anys (Viitasalo 1988), encara que s'observa una variabilitat entre subjectes notablement superior en comparació amb els adults (taula 4).

Per a Viitasalo (1988), el salt vertical (CMJ) en plataforma aporta resultats fiables des dels 11-12 anys d'edat i assoleixen nivells similars als dels jugadors de voleibol adults, en esportistes a partir dels 15 anys. Els resultats del nostre estudi suggereixen que la prova esmentada també és fiable en subjectes de 6 a 8 anys, ja que presenten una reproductibilitat similar. El mateix es pot afirmar per a 1RJ. En canvi, en una primera sessió de valoració, SJ i, especialment, CMJA, no poden considerar-se proves reproduïbles. Malgrat tot, després d'una sessió de familiarització i aprenentatge, solament CMJA es revela com a poc reproduïble. En qualsevol cas, la variabilitat entre subjectes és força més elevada que en adults, si més no, pel que fa a estudiants d'educació física.

En conseqüència, els resultats obtinguts suggereixen l'existència d'un efecte aprenentatge i/o ajustament tècnic de tipus aleatori (assaig-error a cada repetició successiva) en cadascuna de les sessions, cosa que confirma la conveniència d'efectuar diverses repeticions d'una mateixa prova per tal d'incrementar les possibilitats d'execució òptima i la consecució del millor resultat possible per a cada subjecte.

Reproductibilitat temporal (dia a dia)

L'existència de diferències significatives entre els resultats mitjans de CMJ, CMJA i 30 m, entre totes dues sessions de valoració, permet suposar l'existència d'una tendència o font de variabilitat sistemàtica. Teòricament, una tendència positiva (millora entre T1 i T2) podria atribuir-se a l'efecte aprenentatge (Atkinson i Nevill 1998), però de fet succeeix tot el contrari: els resultats empitjoren en la segona sessió (vegeu taules 1 i 3). Aquesta observació té una explicació difícil; es pot plantejar la hipòtesi, en absència de fonts d'error sistemàtic relacionades amb l'utillatge i amb els observadors (que considerem improbables), de l'existència d'algun factor de variabilitat psicobiològica (intrasubjecte), com, per exemple, la manca de motivació davant una segona valoració o un estat de més activació psicològica i de pèrdua de concentració respecte de l'execució de les proves, en habituar-se a l'entorn físic i ambiental en la segona sessió de valoració. Tanmateix, l'efecte aprenentatge no és completament rebutjable, atès que es va observar una millora de la consistència de les mitjanes (taula 2). A SJ i 1RJ no es van observar diferències significatives entre T1 i T2, cosa atribuïble a una més gran variabilitat entre les quatre repeticions en totes dues proves (taula 2).

D'altra banda, segons la categorització de Vincent (1994), la reproductibilitat temporal de CMJ, 1RJ i 30 m pot considerar-se acceptable (CCI = 0,80-0,90), mentre que la d'SJ i CMJA pot considerar-se qüestionable (CCI = 0,70-0,80). Malgrat tot, l'elevat EM de totes les proves de salt (EM = 9,9-15,1) i l'existència de diferències significatives en les proves amb contramoviment, tal i com s'ha comentat, permeten qüestionar-ne globalment la reproductibilitat temporal.

A més a més, la reproductibilitat temporal (dia a dia) de les proves de salt, en els escolars de 6 a 8 anys estudiats (r = 0,60-0,78), va resultar molt inferior a l'observada en subjectes adults, estudiants d'educació física (r = 0,84-0,99; Viitasalo, 1985; López *et al.*, 1998). Malgrat tot, r pot ser considerat només com a un indicatiu relatiu de la fiabilitat, ultra estar fortament influït pel rang dels valors (valors extrems) i per l'heterogeneïtat de la mostra i, a més a més, no pren en consideració el nombre de repeticions (MacDougall *et al.*, 1995). Per això, trobem més adequat valorar la fiabilitat mitjançant el coeficient de corre-

lació intraclasse (CCI), tal com argumenta Baumgartner (a Safrit i Wood, 1989).

Conclusions

La reproductibilitat entre repeticions de les proves de salt vertical CMJ i 1RJ es va demostrar elevada en escolars de 6 a 8 anys d'edat. En una segona sessió de valoració al cap d'una setmana, també ho va ser la reproductibilitat d'SJ, mentre que CMJA es va mantenir a nivells inacceptables. La variabilitat entre subjectes es va mostrar força més elevada que en estudiants d'educació física adults.

La reproductibilitat temporal de les proves (dia a dia, entre dues sessions separades per una setmana) pot considerar-se qüestionable en termes generals; s'hi observa un elevat error metòdic i un empitjorament significatiu dels resultats en la segona sessió en les proves de salt amb contramoviment (CMJ i CMJA) i de cursa ràpida (30 m).

D'acord amb els resultats obtinguts, cal plantejar-se algunes mesures conduents a la millora de la fiabilitat de les proves. Per exemple: 1) efectuar diverses repeticions de cada prova per assegurar-ne un aprenentatge mínim i incrementar-ne les possibilitats d'execució òptima; 2) realitzar més d'una sessió de familiarització i aprenentatge (no avaluativa) prèvia a la valoració efectiva; 3) mantenir els subjectes relativament aïllats i concentrats en les tasques a realitzar al llarg de cada sessió de valoració.

Bibliografia

Aguado, X.; González, J. L. (1996), "La capacidad de salto problemas de medición y soluciones". *Revista de Entrenamiento Deportivo*, vol. IX, 4: 17-23.

Aguado, X.; Izquierdo, M. i González, J. L. (1995), "Medición y control de la validez, fiabilidad y especificidad de test de salto realizados sobre la plataforma de contactos". A: *Prácticas de Biomecánica*, capítol 9. León: Universidad de León.

Atkinson, G. i Nevill, A. (1998), "Statistical methods for assessing measurement error (reliability) in variables relevant to sports medicine". Sports Medicine, 26(4): 217-238.

Baumgarter, T. A. (1989), "Norm-referenced measurament: reliability". A: Safrit, J., Wood, M.: *Measurement concepts in physical education and exercise science*, pàg. 45-72. Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Bosco, C. (1992), "La valutazione della forza con il test di Bosco". Roma: Societá Stampa Sportiva.

– (1994), *La valoración de la fuerza con el test de Bosco*. Barcelona: Paidotribo.

López, J. L.; Grande, I.; Meana, M. i Aguado, X. (1998), "Análisis de la reproducibilidad en tests de saltos". A Aguado, X. (ed.), *Biomecánica aplicada al deporte I*, pàg. 207-220. León: Universidad de León.

MacDougall, J. D., Wenger, H. A. i Green, H. J., (eds.) (1995): *Evaluación fisiológica del deportista*. Barcelona: Paidotribo.

Martín Acero, R. (1999), "Capacidad de salto y carrera rápida en escolares". Tesis doctoral. Universidade da Coruña.

Rodríguez, F. A. (1999), "Bases metodológicas de la valoración funcional". A González-Iturri, J. J., Villegas, J. A. (coord.): *Valoración del deportista. Aspectos biomédicos y funcionales*. Monografia FEMEDE, núm. 6, pàg. 229-271. Pamplona: Federación Española de Medicina del Deporte.

Safrit, J., Wood, M. (1989), *Measurement concepts in physical education and exercise science*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Vincent, J. (1994), *Statistics in Kinesiology*. Champaign, Ilinois: Human Kinetics.

Viitasalo, J. T. (1985), "Measurement of force-velocity characteristics for sportmen in field conditions". A: Winter, D. A., Norman, R. W., Wells, R. P., Hayes, K. C. i Patla, A. E., *Biomechanics IX-A*, pàg. 96-101. Champaign, Illinois: Human Kinetics.

– (1988): "Evaluation of explosive strength for young and adult athletes". *Research Quarterly for Exercise and Sport*, vol. 59, 1: 9-13.

Zatziorski, V. (1989), *Metrología Deportiva*. La Habana, Moscú: Planeta i Progreso.

Paraules clau
futbol, entrenament, valoració funcional, qualitats físiques

Influència de l'entrenament de pretemporada en la força explosiva i la velocitat d'un equip professional i d'un altre d'amateur d'un mateix club de futbol

Juan García-López
Llicenciat en Educació Física. Becari de l'Institut de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (INCAFD) de Castella i Lleó i Àrea d'Educació Física de la Universitat de Lleó

José Gerardo Villa Vicente
Doctor en Medicina.
Especialista en Medicina Deportiva.
Professor de Fisiologia de l'Exercici i Avaluació de l'Alt Rendiment en l'INCAFD de Castella i Lleó i Àrea d'Educació Física de la Universitat de Lleó

Juan Carlos Morante Rábago
Llicenciat en Educació Física.
Professor de Futbol i Models Tècnics de l'Alt Rendiment Esportiu a l'INCAFD de Castella i Lleó

Carlos Moreno Pascual
Llicenciat en Medicina.
Metge del Club de Futbol Salamanca, SAD.
Professor de l'EU de Fisioteràpia de la Universitat de Salamanca

Abstract

The object of this present work is to evaluate the influence of the football pre-seasons in different ways in the explosive force and velocity of players, both professional and amateur. In consequence, before and after the pre-season different methods of the vertical jump and a speed race between 38 football players of the same club –20 professionals and 18 amateurs- were measured. The two teams improved their results, and the professional group more so in the vertical jumps, although no differences were found between either group at the beginning and end of the pre-season. Therefore, the improvements of all the players in general were significant in V0-20 and V0-50 (pointing out that the V0-50 is better thanks to V0-20) as in all the vertical jump methods, being "few" compared with the results of other studies. In conclusion, the lack of difference between professional and amateur players combined with the tiny increases in the heights of the jump indicate a deficit in the introduction and planning of the explosive force work. Similarly, it stands out that the protocols more sensitive to training have been ABK, RJ15 and V0-20, and less sensitive SJ, DJ40, V0-50 and V_{max}.

Resum

El treball present té com a objecte avaluar la influència d'una pretemporada de futbol, en diferents manifestacions de la força explosiva i la velocitat de jugadors professionals i amateurs. Per fer-ho, es van mesurar, abans i després de la pretemporada, diverses modalitats de salt vertical i una cursa de velocitat a 38 futbolistes d'un mateix club: 20 de professionals i 18 d'amateurs.

Els dos equips van millorar els seus resultats, i més el grup de professionals en els protocols de salt vertical, encara que no es van trobar diferències entre els futbolistes professionals i els amateurs a l'inici i al final de la pretemporada. Per tant, les millores de tots els futbolistes en general van ser significatives a V0-20 i V0-50 (destaca que la V 0-50 millora gràcies a la V0-20), igual com en totes les modalitats de salt vertical, on són "escasses" comparades amb els resultats d'altres estudis.

En conclusió, la no existència de diferències entre jugadors professionals i amateurs, junt amb els escassos augments en les alçades de salt, indiquen un dèficit en la introducció i planificació del treball de força explosiva. De la mateixa manera, es destaca que els protocols més sensibles a l'entrenament han estat ABK, RJ15 i V0-20, i els menys sensibles SJ, DJ40, V0-50 i $V_{màx}$.

Introducció

Són molts els esports de competició, individuals i col·lectius, on la capacitat d'executar un gest a la màxima velocitat (córrer ràpid, llançar molt lluny, saltar alt o llarg, copejar fortament, etc.) és determinant en el rendiment (C. Bosco, 1996; A. Delgado i cols., 1992; J. García i cols., 1997; J. M. García i J. A. Ruiz, 1998; K. L. Keskinen, i cols., 1992; P. López, 1993). En el futbol, el bàsquet, el voleibol... s'ha descrit una tendència a realitzar més quantitat i qualitat de gests ràpids i explosius, i una evolució cap a un joc més ràpid, cosa que exigeix més intensitat en les accions físiques pròpies del joc, a més a més de la capacitat de repetir-les el major nombre de vegades possible (R. Colli i M. Faina, 1987; J. Cuadrado, 1996; P. López, 1993; J. Pérez i cols., 1990; A. Selinger i J. Ackermann-Blount, 1992).

En els esports en general (S. E. Beckenholdt i J. L. Mayhew, 1998; J. A. López i cols., 1997; J. Porta i cols., 1996; M. Vélez, 1992) i en el futbol en particular (J. García i cols., 1997; J. Portolés, 1994; D. M. Tumility i R. A. Smith, 1992), existeix una gran relació entre les diferents manifestacions de la força explosiva i la velocitat i la rapidesa amb què els esportistes realitzen les accions físiques pròpies de cada esport; en aquest sentit, Vittori (1990) considera que la velocitat solament seria una "capacitat derivada" de la força, mentre que la força, com a "qualitat pura", és la que determina la velocitat que adquireixen els cossos en desplaçar-se (C. Vittori, 1990).

Encara que existeixen treballs que versen sobre la influència de la força en les disciplines atlètiques, on la velocitat és un factor important (C. Delecluse, 1992; T. Hortobágyi i cols., 1993; K. L. Keskinen, i cols., 1992; W. Young, 1993), n'hi ha pocs que descriguin la influència esmentada en els esports col·lectius (C. Bosco, 1991; E. Navarro i cols., 1997; J. Portolés, 1994). Això pot ser degut al fet que encara s'associa l'entrenament de la força amb la pèrdua de rapidesa (C. Bosco, 1991; Zurita i cols.), o bé a la poca disponibilitat de temps i d'instal·lacions per part dels entrenadors (J. Portolés, 1994 i J. Portolés, 1996), o, també, a la brevetat dels períodes preparatoris respecte al llarg període competitiu, on se succeeixen de manera ininterrompuda les competicions, fet referit per Peter Tschiene (1988), per als esports col·lectius en general (J. Satori i P. Tschiene, 1998; P. Tschiene, 1996), i per Carmelo Bosco (1991) per al futbol en particular (C. Bosco, 1991). En definitiva, la pretemporada es qualifica com un període temporal escàs per treballar adequadament els continguts tècnics, tàctics i físics, i, dins d'aquests, la resistència, la força, la velocitat...

Encara que s'ha definit la força com a "qualitat física bàsica, necessària per a la millora del rendiment en el futbol" (J. Portolés, 1996), són escassos els estudis que versen sobre la influència que té una planificació de l'entrenament de la força en aquest esport, o que, al contrari, tractin dels efectes que la pràctica d'aquest esport té en les diverses manifestacions de la força, així com l'evolució d'aquesta en les diferents etapes de formació (J. L. Andersen i cols., 1992; M. Trolle i cols., 1992).

El nostre treball té com a objectiu avaluar i comparar, en dos equips de diferent nivell competitiu que pertanyen a un mateix club de futbol, la influència de la pretemporada en les diferents manifestacions de la força i la velocitat, que són estimades a partir del salt vertical i de la cursa de velocitat.

Material i mètode

Van formar part de la mostra un total de 38 jugadors de futbol pertanyents a la Unió Esportiva Salamanca, SAD. Van completar els tests de pretemporada i temporada (1997-98) un total de 20 jugadors professionals, pertanyents al primer equip, que militava en la 1a Divisió del futbol espanyol (26,9 ± 0,6 anys; 77,7 ± 1,4 kg; 180,0 ± 1 cm; IP de 42,4 ± 0,2; IMC de 23,8 ± 0,3 i 17 ± 1,2), i 18 jugadors "amateurs" del segon equip, que militava en la 3a Divisió del futbol espanyol (20,1 ± 0,4 anys; 74,7 ± 2,4 kg i 176,8 ± 1,8 cm; IP de 42,0 ± 0,3; IMC de 23,8 ± 0,5 i 9 ± 0,7 anys de pràctica).

En una mateixa sessió d'entrenament i en el mateix ordre que es presenten, es va sotmetre els futbolistes a la realització de tests d'avaluació de força explosiva i velocitat, cada un dels quals va ser realitzat 3 vegades, després d'una explicació i simulació:

1. Test de Bosco: Squat Jump (SJ), Counter Movement Jump (CMJ), Drop Jump des de 40 cm (DJ40) i Repeat Jump a 15 segons (RJ15).
2. Test d'Abalakov (ABK) sobre plataforma de contacte.
3. Test de cursa de 50m amb sortida dempeus, un metre abans del primer parell de cèl·lules fotoelèctriques. El test va ser realitzat en el mateix camp de futbol i amb les botes de cada jugador, posant

cura específicament en les condicions del terreny i en la col·locació de les cèl·lules. Es van prendre temps als 20-30-40 i 50 metres, encara que els resultats del test de 50m s'expressen en velocitat (m/s) per qüestions de tractament gràfic; V0-20 és la velocitat mitjana als 20 m, V0-50 als 50 m i $V_{màx}$ és la velocitat màxima individual en qualsevol dels parcials de 10m.

Els futbolistes van ser avaluats durant la primera setmana de pretemporada i la segona setmana d'inici de la temporada, amb la qual cosa, el temps total transcorregut va ser de 8 setmanes. Els tests es van realitzar el mateix dia de la setmana (dimarts els professionals i dimecres els amateurs) i després d'una jornada de descans, amb una distància mínima, en qualsevol cas, de 48 hores respecte de la competició.

Es van prendre com a valors de salt (Tests 1 i 2) la mitjana de les tres alçades de salt registrades, a diferència d'altres autors, que utilitzen el millor dels tres resultats (P. Luhtanen, 1984); vam optar per aquesta metodologia a causa de la variabilitat del càlcul de l'alçada del salt en base a fenòmens gravitacionals (J. L. González, 1996). Es van prendre com a valors en la cursa els parcials corresponents al millor assaig sobre 50 m (M. T. Chiang i cols., 1991).

Es van utilitzar els següents instruments de mesura: Plataforma de contacte Ergo Jump Bosco/System (plataforma mecànica, microordinador Psion XP de precisió 1/1000 segons i una interfície que els uneix tots dos). Equip de 5 parells de cèl·lules fotoelèctriques AFR Systems (interconnectades a un comptador de temps Seiko System Stop Watch S129, de precisió 1/100 segons).

S'han calculat els índexs següents: d'elasticitat (IE) i de resistència a la força ràpida (IRFR), utilitzats per Bosco (1991), i l'índex d'aprofitament dels braços (IAB) durant el salt, utilitzat per altres autors (C. Vittori, 1990).

El mesurament de l'alçada del salt en el Test de Bosco i en el Test d'Abalakov s'ha basat en càlculs gravitacionals que estimen la distància d'elevació del centre de gravetat (Dcg) a partir del temps de vol (Tv), amb la fórmula: $Dcg = Tv^2 \times g/8$ (gravetat = g, el seu valor és de 9,81).

Taula 1.

Anàlisi dels canvis percentuals (%) i de les diferències en els resultats dels tests de Pretemporada i de Temporada de futbolistes professionals de 1a Divisió Nacional.

Futbolistes professionals	Pretemporada	Temporada	Canvis (%)	N. de Signif. (p)
SJ (cm)	34,0 ± 0,5	35,7 ± 0,9	5,0	*
CMJ (cm)	36,7 ± 0,8	38,9 ± 0,9	6,0	***
RJ 15 (cm)	30,5 ± 0,8	34,3 ± 0,8	12,5	***
DJ 40 (cm)	36,5 ± 0,7	38,6 ± 0,9	5,8	**
ABK (cm)	41,9 ± 0,9	46,0 ± 0,9	9,8	***
T 0-50 (seg)	6,37 ± 0,06	6,22 ± 0,06	2,4	*
V 0-50 (m/seg)	7,86 ± 0,07	8,05 ± 0,08	2,4	*
T 0-20 (seg)	2,85 ± 0,03	2,74 ± 0,02	3,9	**
V 0-20 (m/seg)	7,03 ± 0,09	7,31 ± 0,07	3,9	**
$V_{màx}$ (m/seg)	8,67 ± 0,09	8,80 ± 0,11	1,5	ns
I.E. (%)	8,1 ± 1,7	8,4 ± 0,9	0,3	ns
I.A.B. (%)	14,4 ± 1,6	18,2 ± 1,5	3,8	*
I.R.F.R. (%)	83,0 ± 2,0	87,5 ± 2,6	4,5	*

Nivells de significació de (p): ns = no significativa; * = $p < 0,05$; * = $p < 0,01$; *** = $p < 0,001$.

Les diferències entre l'abans (A) i el després (D) de la pretemporada es van calcular en valors absoluts, independentment del protocol analitzat, i van ser expressades tant en la unitat de mesura (U) com en percentatges (%):

$$\text{Diferència (U)} = D-A \qquad \text{Diferència (\%)} = (D-A) \times 100/A$$

Els resultats es presenten com a mitjana i error estàndard de la mitjana (EEM). El tractament gràfic es va dur a terme en el Full de Càlcul Excel V7,0 per a Windows i el tractament estadístic en el paquet Statistica V4,5 per a Windows. Per a l'estudi de les diferències entre mitjanes, dels dos grups de futbolistes, es va realitzar una anàlisi de la variància (ANOVA), utilitzant la prova de Neuman-Keuls. Havent comprovat que totes les variables registrades en un mateix grup seguien una distribució normal (Lilliefors), l'estudi de les diferències abans i després de la pretemporada es va dur a terme mitjançant proves paramètriques (t-Student per a variables dependents). Els nivells de significació "p" s'identifiquen per: ns = no significativa ó $p > 0,05$; * = $p < 0,05$; ** = $p < 0,01$; *** = $p < 0,001$.

Resultats

Influència de la pretemporada en el perfil de força explosivai velocitat tant en futbolistes professionals com en amateurs

Els resultats del Test de Bosco, Test d'Abalakov i Test de 50 m llisos dels jugadors professionals (Primera Divisió) en la pretemporada i en la segona setmana de la temporada, es reflecteixen a la Taula I; s'hi observen millores significatives en les alçades de tots els protocols de salt, i són més grans en l'ABK i l'RJ15 que no pas en el DJ40, CMJ i SJ: 1,7 cm en SJ (5%), 2,2 cm en CMJ (6%), 3,8 cm en RJ15 (12%), 2,1 cm en DJ40 (6%), i 4,1 cm en ABK (10%). També mostren millores els índexs analitzats: IAB (3,8%) i IRFR (4,5%). En el test de 50 m amb sortida dempeus s'observen millores significatives de 0,11s ó 0,28 m/s. En el parcial 0-20 m (4%) i de 0,15 s ó 0,19 m/s en el parcial 0-50 m (2,4%), però no en la velocitat màxima que solament augmenta 0,13 m/s

Taula 2.
Anàlisi dels canvis percentuals (%) i de les diferències en els resultats dels tests de Pretemporada i de Temporada de futbolistes amateurs de 3a Divisió Nacional.

Futbolistes amateurs	Pretemporada	Temporada	Canvis (%)	N. de Signif. (p)
SJ (cm)	33,1 ± 0,7	33,7 ± 0,8	1,8	ns
CMJ (cm)	37,1 ± 0,9	39,0 ± 0,9	5,1	*
RJ 15 (cm)	30,1 ± 0,8	32,8 ± 0,9	9,0	***
DJ 40 (cm)	37,1 ± 1,0	37,5 ± 0,9	1,1	ns
ABK (cm)	43,8 ± 1,2	45,0 ± 1,1	2,7	ns
T 0-50 (seg)	6,41 ± 0,05	6,27 ± 0,03	2,1	**
V 0-50 (m/seg)	7,81 ± 0,06	7,97 ± 0,05	2,1	**
T 0-20 (seg)	2,89 ± 0,02	2,75 ± 0,02	4,9	***
V 0-20 (m/seg)	6,94 ± 0,06	7,28 ± 0,04	4,9	***
$V_{màx}$ (m/seg)	8,61 ± 0,07	8,63 ± 0,07	0,2	ns
I.E. (%)	12,4 ± 2,2	15,5 ± 1,2	3,1	ns
I.A.B. (%)	18,0 ± 1,4	15,6 ± 1,5	2,4	ns
I.R.F.R. (%)	81,3 ± 1,1	84,5 ± 2,4	3,2	ns

Nivells de significació de (p): ns = no significativa; * = p < 0,05; * = p < 0,01; *** = p < 0,001.

Taula 3.
Anàlisi dels canvis percentuals (%) i de les diferències en els resultats dels tests de força explosiva i de velocitat en Pretemporada i en Temporada en futbolistes professionals i amateurs.

Anàlisi del 1r i 2n equip	Pretemporada	Temporada	Canvis (%)	N. de Signif. (p)
SJ (cm)	33,6 ± 0,5	34,9 ± 0,7	3,9	*
CMJ (cm)	36,9 ± 0,7	38,9 ± 0,9	5,4	***
RJ 15 (cm)	30,3 ± 0,6	33,6 ± 0,7	10,9	***
DJ 40 (cm)	36,8 ± 0,7	38,6 ± 0,8	4,9	**
ABK (cm)	42,8 ± 0,8	45,5 ± 0,8	6,3	***
T 0-50 (seg)	6,39 ± 0,04	6,24 ± 0,04	2,3	***
V 0-50 (m/seg)	7,84 ± 0,05	8,02 ± 0,05	2,3	***
T 0-20 (seg)	2,87 ± 0,02	2,75 ± 0,02	4,2	***
V 0-20 (m/seg)	6,99 ± 0,06	7,29 ± 0,04	4,2	***
$V_{màx}$ (m/seg)	8,65 ± 0,06	8,73 ± 0,07	0,9	ns
I.E. (%)	10,0 ± 1,1	11,6 ± 1,0	1,6	ns
I.A.B. (%)	16,0 ± 1,2	17,0 ± 1,2	1,0	ns
I.R.F.R. (%)	82,2 ± 0,9	86,2 ± 1,3	4,0	**

Nivells de significació de (p): ns = no significativa; * = p < 0,05; * = p < 0,01; *** = p < 0,001.

(1,5%). Destaquem que la millora en el parcial 0-50 m (0,15 s) és deguda, principalment, a la millora en 0-20 m (0,11 s).

A la Taula II es mostren els resultats dels jugadors amateurs (Tercera Divisió) a l'inici i al final de la pretemporada. Els augments en les alçades dels diferents tipus de salt vertical són menors que en el primer equip; només són significativament millors en l'RJ15 (9%), i en menys mesura en el CMJ (5,1%). Els índexs no registren modificacions significatives: IE (3,1%), IRFR (3,2%), i disminueix l'IAB (2,4%). En el test de 50m, amb sortida dempeus, s'hi observen millores significatives de 0,14s o 0,34 m/s en el parcial 0-20 m(5%) i de 0,14s o 0,18 m/s en el parcial 0-50 m (2,2%), però no en la velocitat màxima (0,2% i p = ns), que solament augmenta 0,02 m/s. Igualment, destaquem que la millora en el parcial 0-50 m (0,14 s) és deguda, principalment, a la millora en el 0-20 m (0,14 s).

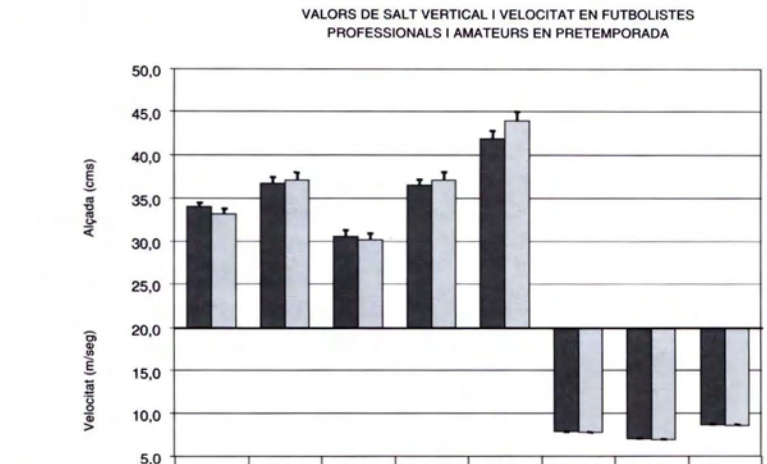
Diferències a l'inici i al final de la pretemporada entre el perfil de força explosiva i velocitat dels dos equips de futbol: professionals i amateurs

Com es mostra a la Figura 1, els resultats de salt vertical i velocitat, en iniciar-se la pretemporada no són diferents, estadísticament, entre el primer equip i el segon. L'SJ (2,7%) i l'RJ15 (1,3%) són lleugerament superiors en el primer equip, mentre el CMJ (1,1%), el DJ40 (1,6%) i l'ABK (4,5%) són més grans en el segon equip; el primer equip presenta millors valors de V 0-50, V 0-20 i $V_{màx}$ que no pas el segon equip (0,6%, 1,3% i 0,7%, respectivament).

A la Figura 2 es pot observar la comparació entre el primer equip i el segon, un cop finalitzada la pretemporada o l'inici de temporada. Els futbolistes professionals presenten millors resultats en gairebé tots els tipus de salt vertical, encara que les diferències amb els amateurs tampoc no són significatives per a cap protocol: SJ (5,9%), RJ15 (4,6%), DJ40 (2,9%), ABK (2,2%); el CMJ és més gran en els jugadors amateurs (1,1%). De la mateixa manera que en la pretemporada, els jugadors professionals obtenen millors resultats de V 0-50, V 0-20 i $V_{màx}$ que no pas els amateurs (0,8%, 0,5% i 1,9%, respectivament), sense arribar a ser significatius en cap cas.

Com que no es troben diferències entre els dos equips (professionals i amateurs), a l'inici i al final de la pretemporada, a la Taula 3 es realitza una anàlisi conjunta dels efectes de la pretemporada en les diferents manifestacions de la força explosiva i la velocitat per als dos grups; s'observen millores molt significatives en les alçades de tots els protocols de salt: 1,3 cm en SJ (4%), 18 cm en DJ40 (5%), 2 cm en CMJ (5%),

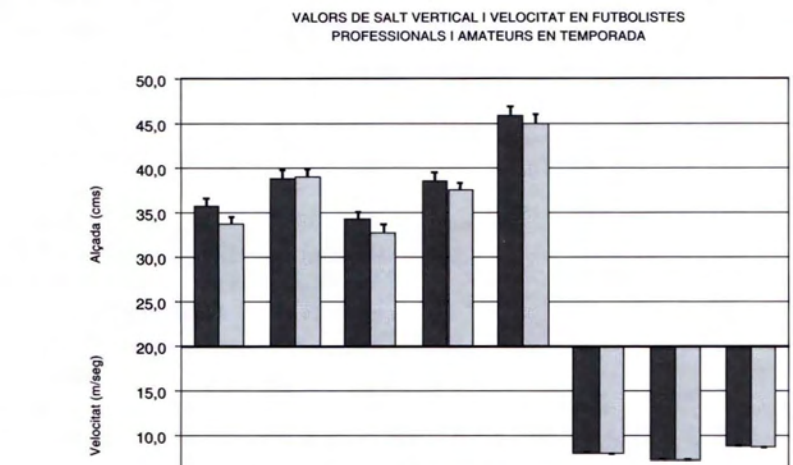
Figura 1.
Resultats de Pretemporada en el Test de Bosco i en la Cursa de Velocitat sobre 50 m en els futbolistes professionals i amateurs.



	SJ	CMJ	RJ 15	DJ 40	ABK	V 0-50	V 0-20	V_{max}
PROFESSIONALS	34,0±0,5	36,7±0,8	30,5±0,8	36,5±0,7	41,9±0,9	7,86±0,07	7,03±0,09	8,67±0,09
AMATEURS	33,1 ±0,7	37,1±0,9	30,1±0,8	37,1±1,0	43,8±1,2	7,81±0,06	6,94±0,06	8,61±0,07

Nivells de significació de (p): * = p < 0,05.

Figura 2.
Resultats de Temporada en el Test de Bosco i en la Cursa de Velocitat sobre 50 m en els futbolistes professionals i amateurs.



	SJ	CMJ	RJ 15	DJ 40	ABK	V 0-50	V 0-20	V_{max}
PROFESSIONALS	35,7±0,9	38,9±0,9	34,3±0,8	38,6±0,9	46,0±0,9	8,05±0,08	7,31±0,07	8,80±0,11
AMATEURS	33,7±0,8	39,0±0,9	32,8±0,9	37,5±0,9	45,0±1,1	7,97±0,05	7,28±0,04	8,63±0,07

Nivells de significació de (p): * = p < 0,05.

3,3 cm en l'alçada mitjana de l'RJ15 (11%), i 2,7 cm en ABK (6,3%), i també millora l'IRFR (4%). En el test de 50m amb sortida dempeus, s'hi observen millores significatives de 0,12s o 0,30m/s en el parcial 0-20 m (4,2%) i de 0,15s o 0,18 m/s en el parcial 0-50 m (1,7%), però no en la velocitat màxima (0,9%), que solament augmenta 0,08 m/s. Destaquem que la millora en el parcial 0-50 m (0,15 s) és deguda, principalment, a la millora en el 0-20 m (0,12 s).

Discussió

Per avaluar els canvis induïts per la pretemporada, en les diferents manifestacions de la força i la velocitat, es van escollir el Test de Bosco, el Test d'Abalakov i el Test de cursa en 50m, perquè són tests prou validats en l'àmbit de la investigació en general, i en la investigació en futbol en particular (C. Delecluse i cols., 1992; E. Navarro i cols., 1997), a més a més de ser tests força específics per a aquest esport, atès que la majoria de les accions d'un partit són combinacions de salts i curses, sense cap més càrrega addicional que la del propi pes corporal (C. Bosco, 1991; J. Rico-Sanz, 1997). Tanmateix, no es calcula l'índex de Reactivitat (C. Bosco, 1991), perquè es troben valors menors de DJ40 que no pas de CMJ, a causa, potser, d'una estandardització inadequada d'una alçada de caiguda que no és ideal per a tots els futbolistes (J. J. González i E. Gorostiaga, 1995), o a causa de la poca reactivitat dels subjectes estudiats, que entrenen i competeixen sobre un paviment amb una gran capacitat d'amortiment: la gespa.

Els resultats en els diferents protocols de salt vertical i les variables de la cursa de velocitat indiquen que hi ha millores en tots ells, induïdes per l'entrenament de pretemporada, i que són superiors en el primer equip respecte del segon equip, en l'apartat dels salts verticals, i solament lleugerament superiors en el segon equip en l'apartat de la velocitat. En els dos equips, els augments de la velocitat en el parcial de 0-50 m són deguts a les millores en el parcial 0-20 m, fet que podria estar justificat per l'especificitat d'aquest test, ja que la majoria dels esprints realitzats durant un partit de futbol són de 8 a 13m (J. Bangsbo, 1994).

Tanmateix, cap dels dos equips no presenta diferències significatives en els seus perfils de força explosiva i de velocitat, ni al començament de la pretemporada ni al final, fet que contrasta amb les comparacions realitzades per altres autors, que van estudiar diferents categories del futbol (J. H. W. Alofs i cols., 1992; J. Brewer i J. A. Davis, 1992; J. Garganta i cols., 1992; J. A. López i cols., 1997) i diferents nivells de pràctica en les disci-

plines d'atletisme (C. Vittori, 1990), voleibol (D. J. Smith i cols., 1992), ciclisme (H. Tanaka, i cols., 1993)... on els perfils esmentats tenien rellevància.

En l'apartat de la força explosiva, les millores, amb l'entrenament de pretemporada, no han superat els 4,1 cm (ABK en futbolistes professionals); en general, es troben, per als dos grups, entre 1,3 cm per a l'SJ i 3,3 cm per a l'RJ15; d'altra banda, el protocol d'SJ ha estat el que presenta els increments més petits (si no es té en compte el DJ40 per la seva possible manca d'especificitat), mentre que els protocols d'ABK i RJ15 han estat els que més han augmentat. Destaquem que l'SJ ha estat un protocol de salt tradicionalment relacionat amb la força màxima, mentre que l'ABK i l'RJ15 s'han relacionat, en més gran mesura, amb les manifestacions elàstiques i reactives de la força, més concretament, de la força explosiva (J. Portolés, 1994; J. Portolés, 1996; M. Vélez, 1992; C. Vittori, 1990; C. Zurita i cols., 1995). Comparant els nostres resultats en futbolistes, amb estudis en altres esports, es constata que els efectes de la pretemporada de futbol, en les diferents manifestacions de la força explosiva estudiades, han estat petits en comparació amb els obtinguts per Navarro i cols., després d'un treball de força amb exercicis olímpics en jugadors de bàsquet nacionals, al llarg de 15 setmanes i amb una freqüència de 3 cops per setmana, els quals van observar augments de 4,2 i 8,2 cm en l'SJ i l'ABK, respectivament, (E. Navarro i cols., 1997); també Bosco i Pittera van quantificar guanys d'11,5 i 9,5 cm per a l'SJ i el CMJ, després d'un entrenament pliomètric 3 vegades per setmana i d'una durada de 8 setmanes, en jugadors de l'equip nacional italià de voleibol (G. Cometti, 1997); i González i cols. de 8,1cm a 11,7cm en el DJ, en una recopilació dels efectes de l'entrenament pliomètric d'una durada d'entre 6-8 setmanes i una freqüència d'entre 2 i 5 dies setmanals (J. J. González i E. Gorostiaga, 1995).

Al·ludint a la relació entre l'SJ i la força màxima, alguns estudis sobre la força en general (J. J. González i E. Gorostiaga, 1995; M. Vélez, 1992), i en particular en esports col·lectius i futbol (C. Bosco, 1991), indiquen que l'entrenament de la força màxima ha de realitzar-se amb càrregues elevades, superiors al 70% de la força per a una repetició màxima, cosa que, en principi i per als esports col·lectius, on és important la rapidesa, podria suposar una pèrdua d'elasticitat muscular (C. Bosco, 1996); tanmateix, d'altres estudis han demostrat que, per transferir la força màxima a força explosiva, aquesta mena d'entrenament podria combinar-se amb càrregues més lleugeres, i fins i tot, amb autocàrregues (G. Cometti, 1997; J. J. González i E. Gorostiaga, 1995; E. Navarro i cols., 1997); així s'aconseguirien més beneficis que amb l'entrenament amb càrregues lleugeres o elevades exclusivament (K. Adams i cols., 1992; G. Cometti, 1997; W. Young, 1993).

Aplicat al futbol espanyol, és possible que "l'escassa durada" de la pretemporada (menys de 8 setmanes), conjuntament amb l'elevat nombre de partits de preparació a disputar, afegit al tràfec o traspàs de jugadors (que comporta una dificultat per planificar a llarg termini i per controlar els períodes de transició entre temporades) suposi que la majoria dels continguts de força introduïts durant la pretemporada, sense fer diferència del nivell de pràctica, es basin més aviat en l'ús de càrregues lleugeres (autocàrregues, ròssecs, llasts, multisalts...), en detriment del treball amb càrregues més grans (màquines, gimnàs...). A més a més, el nombre de sessions per setmana que es dediquen a l'entrenament de la força en un període tan concentrat, acostuma a ser força baix (inferior a 3 i fins i tot a 2 sessions). Totes dues circumstàncies podrien justificar els migrats augments en les diverses manifestacions de la força explosiva analitzades i la inexistència de diferències, tant en força explosiva com en velocitat, entre dos equips de categories competitives i anys de pràctica tan diferents.

Conclusions

En els dos equips de futbol d'un mateix club estudiats, la pretemporada va produir millores, tant en el perfil de força explosiva com en el de velocitat, dels seus jugadors respectius.

La no existència de diferències, en els valors dels perfils esmentats, entre jugadors professionals i amateurs, per als protocols analitzats, unida als escassos (professionals) o nuls (amateurs) increments en l'SJ del test de Bosco i a les pobres millores en la resta de protocols, indica un dèficit en la introducció i la planificació del treball de força màxima, a causa de la seva relació amb la força explosiva.

Els protocols més sensibles als efectes de l'entrenament de pretemporada sobre la força explosiva són l'ABK i l'RJ15, mentre que per a la velocitat és el V 0-20m; els menys sensibles han estat l'SJ i el DJ40, així com el V 0-50 m i $V_{màx}$, respectivament.

Bibliografia

Adams, K.; O'Shea, J. P.; O'Shea, K. L. i Climstein, M. (1992), "The effect of six weeks of squat, plyometric and squat-plyometric training on power production". *Journal of Applied Sport Science Research*; Vol. 6. Núm. 1, pàg. 36-41.

Alofs, J. H. W.; Bovens, A. M. P. M.; Dusseldorp, W.; Van, L. L. J. M. i Verstappen, F. T. J. (1992), "Isokinetic torque of the quadriceps and hamstring muscles and their relatioship with performance of Sargent's jump, kicking and sprinting in young soccer players of different standards". *Journal of Sports Sciences*, 10: 173.

Andersen, J. L.; Bansgbo, J.; Klitgaard, H. i Saltin, B. (1992), "Changes in short-term performance and muscle fibre composition by strength training of elite soccer players". *Journal of Sports Sciences*, 10: 162-163.

Bangsbo, J. (1994), "The physiology of soccer". *Acta Physiologica Scandinavica*; Vol. 151. Suplement 619: 91-116.

Beckenholdt, S. E. i Mayhew, J. L. (1983), "Specifity among anaerobic power tests in male athletes". *Journal of Sports Medicine*, 23: 326-332.

Bosco, C. (1991), "Aspectos fisiológicos de la preparación física del futbolista". Barcelona: Ed. Paidotribo.

– (1996), "Aspetti fisiologici dell`allenamento della forza esplosiva negli sport di squadra". *Atletica Studi*; 1: 27-32.

Brewer, J. i Davis, J. A. (1992), "A physiological comparison of English professional and semi-professional soccer players". *Journal of Sports Sciences*; 10: 146-147.

Chiang, M. T.; Latorre, P.; Zapata, E. i Olmos, A. (1991), "Predicció de la potència anaeròbica màxima en escolars a través de la cursa de

30 m. *Apunts. Educació Física i Esports*; 25: 93-98.

Colli, R. i Faina, M (1987), "Investigación sobre el rendimiento en basket". *Revista de Entrenamiento Deportivo*; Vol I. Núm. 2: 3-10.

Cometti, G. (1997), "La Pliométrie: illustration en sports collectifs". *Revista EPS*; 264: 44-50.

Cuadrado, J. (1996), "Enfoque y metodología para el entrenamiento de la velocidad en el fútbol". *Training Fútbol*; 9: 17-23.

Delecluse, C.; Van, H.; Diels, R. i Goris, M. (1992), "Efectos del entrenamiento de fuerza sobre la actuación en el sprint". *Actas del Congreso Científico Olímpico: Biomecánica y Cineantropometría*. Instituto Andaluz del Deporte 1992; 24: 70-74.

Delgado, A.; Peres, G.; Goiriena, J. J.; Vandewalle, H. i Monod, H. (1992), "Evaluación de las cualidades anaerobias del deportista". *Archivos de Medicina del Deporte*; 34: 159-163.

García, J.; Rodríguez, A. i Villa, J. G. (1997), "Batería de test específicos para valorar las cualidades físicas básicas en fútbol". *Actas del VII Congreso Nacional FEMEDE*. Valladolid.

García, J. M. i Ruiz, J. A. (1998), "Velocidad máxima durante el juego y velocidad máxima potencial del jugador". *Training Fútbol*; 25: 16-29.

Garganta, J.; Maia, J,; Silva, R. i Natal, A. (1992), "A comparative study of sxplosive leg strength in elite and non-elite young soccer players". *Journal of Sports Sciences*; 10: 157.

González, J. J. i Gorostiaga, E. (1995), "Fundamentos del entrenamiento de la fuerza. Aplicación al alto rendimiento deportivo". Text Bàsic del Màster Universitari en Alt Rendimient Esportiu del COE i la Universidad Autónoma de Madrid. Ed. Inde.

González, J. L. (1996), "Alternativa instrumental al test repeat jump de Bosco: El pulsador plantar perfeccionado". Tesina de Llicenciatura llegida en el INEF de Castella i Lleó. Laboratori de Biomecànica. León.

Hortobágyi, T.; Houmard, J. A.; Stevenson, J. R.; Fraser, D. D.; Johns, R. A. i Israel, R. G. (1993), "The effects of detraining on power athletes". Medicine and Science in Sports and Exercise; 929-935.

Keskinen, K. L.; Tilli, L. J. i Komi, P. V. (1992), "Relación entre la producción de fuerza y el rendimiento en la natación de máxima velocidad". *Actas del Congreso Científico Olímpico: Biomecánica y Cineantropometría*. Instituto Andaluz del Deporte. 24: 116-119.

Kollath, B. i Quade, K. (1992), "Experimental measurement of the sprinting speed of professional and amateur soccer players". *Journal of Sports Sciences*; 10: 191.

López, J.A.; Ferragut, C.; Cortadellas, J. i Arteaga, R. (1997), "Relación entre la capacidad de salto y la aceleración". A *Actas del I Congreso Internacional de Biomecánica*. Ciudad de León.

López, P. (1993),"El entrenamiento de la fuerza en los deportes de equipo". *Apunts. Edución Física y Deportes*; 43: 55-62.

Luhtanen, P. (1984), "Evaluación física de los jugadores de fútbol". *Apunts d'educacio fisica i medicina esportiva*; 82: 99-102.

Navarro, E.; Pablos, C.; Ortiz, V.; Chilarón, E.; Cervera, I. Ferro, A.; Giner, A. i Martí, J. (1997), "Aplicación y seguimiento mediante análisis biomecánico del entrenamiento de la fuerza explosiva". *Rendimiento deportivo: Parámetros electromiográficos (EMG), cinemáticos y fisiológicos*. Ministerio de Educación y Cultura. Consejo Superior de Deportes: 55-105

Peres, G.; Vandewalle, H. i Monod, H. (1998), "Comparaison de trois méthodes de mesure de puissance maximale anaérobie des membres inférieurs". Cinésiologie; 121: 241-249.

Pérez, J.; Alonso, J. i Samuels, O. (1990), "Estudio de la saltabilidad en voleibolistas cubanos de alto rendimiento". *Revista de Entrenamiento Deportivo*; Vol. 5 Núm. 5: 14-18.

Porta, J.; Cos, F.; López, P. i Bonastre, R. M. (1996), "La valoració de moviments ràpids i coordinats. La seva interrelació i capacitat de selecció de talents esportius". *Apunts. Educació Física i Esportes*; 46: 53-60.

Portolés, J. (1994), "Bases fisiológicas del rendimiento en fútbol: Entrenamiento de la fuerza en el fútbol". *Actualizaciones en Fisiología del Ejercicio 1994*; Vol 2. Suplement 1: 24-38.

— (1996), "El trabajo de fuerza en el futbolista de élite". *Training Fútbol*; 6: 12-25.

Rico-Sanz, J. (1997), "Evaluaciones de rendimiento en futbolistas". *Archivos de Medicina del Deporte*; 59: 207-212.

Satori, J. i Tschiene, P. (1988), "La evolución de la teoría del entrenamiento". *Revista de Entrenamiento Deportivo*; Vol. 2 Núm. 4: 2-12.

Selinger, A. i Ackermann-Blount, J. (1992), "Power Volleyball", pàg. 102-103. París: Vigot.

Smith, D. J.; Roberts, D. i Watson, B. (1992), "Physical, physiological and performance differences between Canadian national team and universiade volleyball players". *Journal of Sports Sciences*; 10: 131-138.

Tanaka, H.; Bassett, D. R.; Swensen, T. C.; Sampedro, R. M. (1993), "Aerobic and anaerobic power characteristics of competitive cyclists in the United States Cycling Federation"., *Int. J. Sports Med*; 14: 334-338.

Trolle, M; Aagaard, P.; Simonsen, E.B.; Klausen, K. i Bangsbo, J. (1992), "Effects of strength training on kicking performance in soccer". *Journal of Sports Sciences*; 10: 177-178.

Tschiene, P. (1996), "Enfoque necesario en la práctica del entrenamiento: dirigir la adaptación biológica en el entrenamiento modelo". *Motricidad*; 2: 9-37.

Tumility, D. M. i Smith, R. A. (1992), "Results of physiological test and a game simulation for junior soccer players". *Journal of Sports Sciences*; 10: 162.

Vélez, M. (1992), "El entrenamiento de fuerza para la mejora del salto". *Apunts. Medicina de l'Esport*; 112: 139-156.

Vittori, C. (1990), "L'allenamento della forza nello sprint". *Atletica Studi*. 1-2: 3-25.

Young, W. (1993), "Training for speed/strengh: heavy vs. light loads". *NSCA Journal*; 15: 34-42.

Zurita, C.; López, D. i Balagué, N. (1995), "El entrenamiento de la fuerza explosiva. Repercusiones sobre el elemento contráctil y elástico muscular". *Apunts. Medicina de l'Esport*; 123: 41-49.

Paraules clau
qüestionari, valoració, activitat física, salut, promoció de l'exercici

El qüestionari com a instrument de valoració de l'activitat física

Concepción Tuero
Doctora en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport.
Professora de l'Institut Nacional de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (INCAFD) de Lleó

Sara Márquez
Doctora en Psicologia.
Professora de l'Institut Nacional de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (INCAFD) de Lleó

José Antonio de Paz
Doctor en Medicina i Cirurgia. Professor de l'Institut Nacional de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (INCAFD) de Lleó

Abstract

The change in physical habits, the appearance of sedentarism as a general tendency in developed countries, the appearance of the so called hypocinetic diseases related to this increase in sedentarism, have combined forces to study in depth, to analyse and research into the benefits that physical activity produces to better the quality of life for all citizens.

The difficulty of evaluating physical activity with adequate tools, with standardised and exact methods has changed into an element of constant analysis, study and investigation.

In the last few years we have developed significant refinements in the design of these questionnaires –the object of this analysis– and also in the questionnaires, so called processes of auto report, whose use has become more sophisticated. We have revised the main points: the diary, the questionnaires of memory of physical activities, the questionnaires on the history of physical activity and the so-called of general order. Finally, we considered that the various processes of auto report adapt to each type of research, to the population the object of the study and the availability of human resources and material. The works published up to now allow for the obtaining of data of enormous interest about the relationship between physical activity and health.

Resum

L'alteració dels hàbits físics, l'aparició del sedentarisme com una tendència general als països desenvolupats, la manifestació de les denominades malalties hipocinètiques relacionades amb aquest increment del sedentarisme, han aplegat esforços per aprofundir, analitzar i investigar els beneficis que l'activitat física comporta per a la millora de la qualitat de vida dels ciutadans.

La dificultat d'avaluar l'activitat física amb eines adequades, amb mètodes estandarditzats i precisos, ha esdevingut un element d'anàlisi, estudi i investigació constants.

Durant els últims anys s'han desenvolupat refinaments significatius en el disseny dels qüestionaris esmentats –objecte d'aquesta anàlisi–, i també en els qüestionaris denominats procediments d'autoinforme, la utilització dels quals s'ha tornat més sofisticada. N'hem revisat els principals: el diari, els qüestionaris de record de les activitats físiques, els qüestionaris sobre els antecedents de l'activitat física i els anomenats d'ordre general. Finalment, considerem que els diversos procediments d'autoinforme s'adeqüen a cada mena d'investigació, a la població objecte d'estudi i a la disponibilitat de recursos humans i materials. Els treballs publicats fins avui ens permeten d'obtenir dades d'enorme interès sobre la relació entre activitat física i salut.

Introducció

A hores d'ara s'ha confirmat que la inactivitat física provoca nombrosos trastorns, de la mateixa manera que es considera l'exercici físic com a un element bàsic en la prevenció d'algunes malalties. Aquesta realitat es constata, sobretot, als països desenvolupats, on el sedentarisme s'ha apoderat del temps lliure, dels moments de lleure dels ciutadans.

Encara que existeixen testimonis antics respecte a aquest tema, des de fa algunes dècades l'activitat física es vincula de manera reiterativa i justificada als hàbits saludables de l'individu. Així se sostenen els resultats dels nombrosos estudis i investigacions relatius a la relació entre l'exercici i la salut (Lee i cols., 1993; Paffenbarger i cols.; 1987, Yano i cols., 1984).

La promoció de l'exercici s'ha convertit en un dels objectius prioritaris de les autoritats en matèria de salut pública, atès que la prevenció de les malalties vinculades a la inactivitat física així, com l'adquisició d'hàbits que afavoreixin un estil de vida idoni, en les societats avançades, són les finalitats que aquestes han d'aconseguir.

En aquest marc, són molts els professionals als qui pertoca fer aquesta tasca: metges, psicòlegs, educadors físics, especialistes en el manteniment físic i esportiu, polítics... tanmateix, els mitjans utilitzats fins ara per avaluar el nivell d'activitat física eren considerats complexos, costosos, inadequats, o inútils per als propòsits plantejats, quan es tractava d'analitzar una població important.

Avui dia les ciències de l'exercici han adoptat una aproximació epidemiològica com una forma pràctica d'obtenir una visió àmplia de l'activitat física i de les seves implicacions. Els mètodes més complexos i costosos inclouen tècniques com ara ingesta energètica o mesures dietàries, programes d'anàlisi de composició corporal, troballes clíniques i de laboratori, o indicadors fisiològics. D'altres mètodes poden ser del tipus d'aplicació de qüestionaris, anotació en diaris o monitorització mecànica o electrònica (Paffenbarger i cols., 1983).

En aquest article hem revisat els principals qüestionaris per a l'estimació de l'activitat física.

Principals procediments d'autoinforme

Aquests consisteixen a obtenir informació proporcionada pel mateix individu a partir d'un qüestionari o d'una entrevista (Blasco, 1994). Les diferències entre els procediments d'autoinforme radiquen en l'espai de temps durant el qual s'apliquen, la naturalesa i les característiques de les activitats físiques executades i el mètode de recollida de la informació. El temps d'aplicació d'aquests mètodes va des d'una setmana fins a uns quants mesos. Les activitats registrades es transformen en energia calòrica a partir d'unes taules on es codifiquen les diferents activitats físiques. Aquests són els mètodes utilitzats habitualment en els estudis epidemiològics.

A continuació, descriurem els procediments d'autoinforme més utilitzats, agrupats quatre tipus (vegeu taules-resum 1, 2, 3 i 4).

El diari

El mètode del diari consisteix a registrar, periòdicament, les activitats realitzades

Taula 1.
Models i referències bibliogràfiques dels qüestionaris de valoració de l'activitat física: EL DIARI.

Procediment d'autoinforme	Característiques	Models	Fonts bibliogràfiques
Diari	• Registre periòdic de les activitats que realitza l'individu • S'evita la figura de l'observador donat que és autoadministrable • Dificultat d'utilització per a grans mostres		• Riumallo i cols., 1989. • Laporte, 1979. • Gorsky i Calloway, 1983. • Durnin, 1967. • Bouchard i cols., 1983. • Collin i Spurr, 1990.

Taula 2.
Models i referències bibliogràfiques dels qüestionaris de valoració de l'activitat física: QÜESTIONARIS DE RECORD DE LES ACTIVITATS FÍSIQUES.

Procediment d'autoinforme	Característiques	Models	Fonts bibliogràfiques
Qüestionaris de record de les activitats físiques	• Període de recollida de dades d'1 a 7 dies. • Entrevista personal, per telèfon o qüestionari enviat per correu. • S'utilitzen en estudis epidemiològics	• Qüestionari dirigit als Funcionaris Britànics • Qüestionari de Bouchard. • Qüestionari de Paffenbarger/ Alumnes de Harvard. • Qüestionari del Projecte de les Cinc Ciutats.	• Yasin, 1967. • Bouchard i cols., 1983. • Paffenbarger i cols., 1978, 1986, 1987, 1991; Lee i cols., 1993. • Blair i cols., 1985; Sallis i cols., 1985, 1988; Gross i cols., 1990.

Taula 3.
Models i referències bibliogràfiques dels qüestionaris de valoració de l'activitat física: QÜESTIONARIS SOBRE ELS ANTECEDENTS DE LES ACTIVITATS FÍSIQUES

Procediment d'autoinforme	Característiques	Models	Fonts bibliogràfiques
Qüestionaris sobre els antecents de les activitats físiques	• Dades relatives a l'activitat física realitzada. • Recollida de dades durant llargs períodes de temps. • Poden ser autoadministrables o intervé un entrevistador. • S'utilitzen en estudis epidemiològics.	• Qüestionari de Tecumseh. • Qüestionari d'Activitat Física durant el Temps Lliure (LPTA). • Enquesta de Condició Física de Canadà.	• Montoye, 1971; Sobolski i cols., 1988. • Taylor i cols., 1978, Jacobs i cols., 1993; Folson i cols., 1986; De Backer i cols., 1981; Laporte i cols., 1979 i 1982. • Craig i cols., 1988; Boisvert i cols., 1988.

Taula 4.
Models i referències bibliogràfiques dels qüestionaris de valoració de l'activitat física: QÜESTIONARIS D'ORDRE.

Procediment d'autoinforme	Característiques	Models	Fonts bibliogràfiques
Qüestionaris d'ordre general	• Informació sol·licitada molt general. • Estimació global i subjectiva del nivell habitual d'activitat física. • S'utilitzen en estudis epidemiològics.	• Qüestionari de Pla de Seguretat per a la Salut de Nova York. • Qüestionari de Baecke. • Qüestionari de Framinhgam. • Estudi del Programa de Cor d'Honolulú. • Qüestionari de Condició Física (*PAR-Q*). • Qüestionari d'Aptitud per a l'Activitat física (C-AAF) –versió revisada del PAR-Q–. • Escala de Nivells d'Activitat Física (NAF). • Escala de Perfil d'Activitat Física (PAF).	• Shapiro i cols., 1965; Washburn i cols., 1986. • Baecke i cols., 1982. • Kannel i Sorlie, 1979. • Yano i cols., 1984. • Chisholm i cols., 1975, 1978; Thomas i cols., 1992. • Rodríguez i cols., 1994, 1998*a* i 1998*b*. • Sánchez Barrera i cols., 1995. • Sánchez Barrera i cols., 1995.

pel subjecte. El diari ha estat dissenyat per ser emplenat pel mateix individu. La recopilació pot realitzar-se cada minut (Riumallo i cols., 1989), cada 4 hores (Laporte, 1979); les activitats també poden ser recopilades detalladament (Gorsky i Calloway, 1983) o aplegades en grans grups d'activitats (per exemple, moderades, intenses, molt intenses) (Durnin, 1967). Existeixen models establerts prèviament per efectuar la recopilació d'aquestes activitats (Edholm, 1966; Bouchard i cols., 1983; Durnin i Passmore, 1967; Andersen i cols., 1978). Per facilitar la recollida de dades, en alguns casos són utilitzats símbols (Andersen i cols., 1978; Collins i Spurr, 1990; Edholm, 1966). D'altres estudis realitzats amb el mètode del diari, a més a més d'aquest, utilitzen gravadors portàtils i electrocardiogrames (Blair i Buskirk, 1987), i fins i tot rellotges que avisen l'individu dels períodes predeterminats en què ha de fer la recollida de dades (Riumallo i cols., 1989).

L'ús d'aquest mètode evita la figura de l'observador, de manera que poden registrar-se dades de molts individus simultàniament. Segons Boisvert i cols. (1988), el mètode del diari és considerat com a un mitjà idoni per obtenir un índex molt precís de la despesa energètica quotidiana, si es compara amb altres mètodes, particularment amb la ingestió de calories i amb el de calorimetria indirecta (Edholm i cols., 1955; Acheson i cols., 1980).

Alguns dels problemes que comporta l'ús de diaris són: la recollida diària de dades (la necessitat d'uns certs nivells de constància fan que aquest mètode no s'utilitzi amb nens més petits de 10 anys) i l'objectivitat dels individus en efectuar la recopilació (s'ha comprovat que els subjectes el nivell d'activitat física dels quals és baix tendeixen a recollir intensitats superiors de les activitats que realitzen, en comparació amb la resta de subjectes, o es manifesta una alteració de les activitats realitzades pel mateix individu, "conscient" que la recollida de dades s'està realitzant o serà realitzada). A més a més,

Boisvert i cols. (1988) assenyalen que la utilització del diari resulta difícil per a grans mostres, a causa de l'estreta col·laboració que ha d'existir entre els participants i els investigadors.

El diari també ha estat utilitzat en l'àmbit clínic, en concret a l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau de Barcelona, com a un mètode molt simple de validació de l'activitat física. Als pacients se'ls recomana que anotin en un diari l'activitat física que porten a terme diàriament. En la visita de control, es quantifica la despesa energètica amb les dades anotades al diari (Serra i Llach, 1996). Els autors comparen aquest sistema amb el diari dels esportistes que supervisa l'entrenador, i consideren que aquest mitjà es mostra com un reforç positiu per eliminar l'absentisme sense una causa justificada.

Qüestionaris de record de les activitats físiques

Boisvert i cols. (1988) han definit aquesta mena de qüestionaris com a aquells que permeten obtenir la informació durant un període que pot estendre's d'1 a 7 dies, mitjançant una entrevista personal o per telèfon, o a través d'un qüestionari enviat per correu. Aquests qüestionaris han estat els més utilitzats en estudis epidemiològics (Washburn i Montoye, 1986). A continuació descriurem breument els qüestionaris de record de les activitats físiques més significatius.

El **Qüestionari dirigit als Funcionaris Britànics** (British Civil Servant Questionnaire) es va utilitzar en un estudi de malalties cardíaques realitzat sobre els barons d'aquest grup, i es basava en un qüestionari-entrevista que havia estat elaborat per Yasin (1967). Calia una hora, aproximadament, per efectuar la recollida de dades per part d'un entrevistador. Els participants havien de recordar totes les activitats, la durada mínima de les quals era de 5 minuts, durant dos dies consecutius (un dia durant el transcurs de la setmana i un altre dia del cap de setmana). Les activitats a què feia referència el qüestionari eren les que ocupaven el temps lliure. Les tasques es distribuïen en cinc categories, d'acord amb la seva intensitat d'esforç, i se'ls proporcionava una puntuació d'1 a 5 per a cada període de 5 minuts indicat. La puntuació quotidiana era la suma dels punts acumulats en una jornada. Els participants, aleshores, eren assignats a un dels tres grups establerts (actiu, mitjà, inactiu).

Els resultats del qüestionari de l'estudi original (Yasin, 1967) administrat quatre vegades durant un any, mantenien una fidelitat adequada si es comparava una vegada amb una altra. En opinió de Montoye i Taylor (1984), l'administració única d'aquest qüestionari podria oferir una classificació prou precisa dels subjectes, al llarg d'un any.

El **Qüestionari de Bouchard i cols.** (1983) recull les activitats en una fitxa per a períodes consecutius de 15 minuts, durant tres dies, un dels quals és del cap de setmana. La fitxa es completa a mesura que es realitzen les activitats físiques durant el període concertat. El registre va d'1 a 9, i correspon a valors que van des d'1 MET a més de 7,8 METs acordats per a cada període d'activitat. Aquests registres es converteixen tot seguit en quilocalories, segons diverses fonts de valors normalitzats de despesa energètica. La fidelitat del mètode s'ha comprovat mitjançant l'administració repetida del qüestionari a 61 persones; el coeficient de correlació associat a la despesa energètica mitjana, al llarg dels tres dies, era de 0,96. La categoria associada a la intensitat més forta ha estat també la més fiable.

El **Qüestionari de Paffenbarger/Alumnes d'Harvard** (Paffenbarger/Harvard Alumni Questionnaire) va ser dissenyat per Paffenbarger i cols. (1978) amb l'objectiu d'estudiar els riscos de crisi cardíaca en relació a la pràctica d'activitats físiques. El qüestionari tractava de delimitar el tipus i la durada de les activitats físiques habitualment practicades en el transcurs d'una setmana i durant el temps de lleure. Així, es feien preguntes concretes sobre els passeigs realitzats per la ciutat, el nombre d'escales que es pujaven, el temps invertit en activitats que provocaven sudoració, els esports i les activitats recreatives realitzades. La despesa energètica també s'avaluava a partir de dades ja conegudes i era utilitzada per establir un índex global d'activitat física. Aquest qüestionari ha estat utilitzat, efectivament, per il·lustrar que l'activitat física durant el temps de lleure és inversament proporcional a la incidència de diverses malalties i, en aquest sentit, se'n pot confirmar la validesa (Lee i cols., 1993; Paffenbarger i cols., 1987; Paffenbarger i cols., 1986; Paffenbarger i cols., 1991; Paffenbarger i cols., 1984; Paffenbarger i cols., 1978; Paffenbarger i cols., 1983).

El **Qüestionari del Projecte de les Cinc Ciutats** (Five City/7-Day Recall) consisteix en un record de l'activitat realitzada en els últims set dies incloent-hi l'ocupació laboral, les activitats de temps lliure i les activitats casolanes. Es va desenvolupar originàriament, el 1979, a Stanford, per ser utilitzat en el Five-City Project (Blair i cols., 1985, Sallis i cols., 1985). Es va fer servir aquest instrument, perquè els investigadors de Stanford consideraven que usar les activitats que es recorden de la setmana precedent podria ser millor que no pas un recordatori més general i un temps menor, de dos o tres dies. El participant era interrogat en el marc d'una entrevista estructurada, la durada de la qual era d'uns 20 minuts. Les preguntes realitzades eren relatives al nombre d'hores de son i a la intensitat de diferents activitats (moderada, intensa, molt intensa). El temps dedicat a les activitats d'intensitat feble o lleugera era sostret a partir de la suma de la resta d'activitats recopilades durant 24 hores; l'explicació d'aquest aspecte radica en el fet que la majoria dels adults, als països desenvolupats, fan servir la major part del dia en la realització d'activitats lleugeres, i poc temps en activitats moderades, intenses i molt intenses, o sigui que el participant només necessitava recordar aquestes últimes (Montoye i cols., 1996).

Posteriorment, aquest qüestionari va ser modificat lleugerament (Gross i cols., 1990, Sallis i cols., 1988). Els resultats, expressats en kcal, poden ser considerats representatius del nivell d'intensitat dels exercicis pràctics.

Qüestionaris sobre els antecedents de les activitats físiques

La diferència respecte al tipus de qüestionaris descrit a l'apartat anterior, es redueix al fet que l'enquesta es realitza sobre les activitats físiques practicades durant llargs períodes de temps passat, habitualment un any. Tot seguit, explicarem els qüestionaris rellevants d'aquesta mena.

El **Qüestionari del Tecumseh** (Tecumseh Questionnaire) es va elaborar en 1967, amb l'objectiu de compilar durant el període d'un any o més temps, els antecedents de les activitats físiques, incloent-hi totes les fonts significatives de despesa energètica durant el treball i el temps de lleure (Montoye, 1971). L'objectiu d'aquest mètode se centrava a distribuir els subjectes d'un col·lectiu en tres o quatre grups, d'acord amb el seu nivell mitjà d'activitat física, per tal de confirmar les relacions existents entre la pràctica de les activitats físiques i les malalties cròniques (Boisvert i cols., 1988). El qüestionari original era autoadministrat pel propi subjecte, però finalment va haver de ser administrat per un entrevistador entrenat i experimentat, a causa dels errors apareguts i a l'elevat nombre de preguntes incompletes (Montoye i cols., 1996). L'entrevista tenia una durada d'1 a 1½ hora.

Per a Boisvert i cols.(1988) la contribució més important d'aquest qüestionari radica en la creació d'un sistema de recopilació objectiu i extremadament fiable, relatiu a la durada, la freqüència i la intensitat mitjana de les activitats físiques practicades. Els resultats d'aquest qüestionari s'expressen en hores per setmana de pràctica respecte a l'activitat mantinguda durant un any. El cost metabòlic de les diferents activitats es va obtenir a partir de dades bibliogràfiques, i representa la relació de la despesa energètica metabòlica per damunt del metabolisme basal.

Tanmateix, la pràctica d'activitat física no sembla reflectir la capacitat física, en un estudi realitzat a gairebé de 2.565 subjectes saludables, d'edat mitjana i relativament sedentaris (Sobolski i cols., 1988). Washburn i cols. (1986) consideren que aquest qüestionari permet classificar els individus d'acord amb el seu nivell mitjà d'activitat física i que els resultats obtinguts es relacionen amb variables fisiològiques, mentre que la durada i les dificultats d'administració i de recopilació de resultats en limiten la utilització a petites mostres de població.

Derivat del qüestionari de Tecumseh apareix el **Qüestionari d'Activitat Física en el Temps de Lleure de Minnesota** (Minnesota Leisure Time Physical Activity Questionnaire, també anomenat, abreujadament, LTPA) –basat en la secció del qüestionari de Tecumseh que tractava les activitats físiques de lleure. L'objectiu inicial d'aquest qüestionari era desenvolupar un format per comprovar la hipòtesi que una pràctica regular d'activitat física produïa un efecte condicionant en el sistema cardiovascular, com una mena de mecanisme protector contra malalties coronàries, directament o per l'alteració d'altres factors de risc (Taylor i cols., 1978).

El qüestionari denominat **Enquesta de Condició Física del Canadà** (L'Enquête Condition Physique Canada –ECPC–) tendia a recollir estadístiques descriptives fiables sobre els hàbits d'activitat física (al treball, a l'escola, a casa i en el temps de lleure) i sobre el nivell de condició física de la població canadenca (Craig i cols., 1988, Boisvert i cols., 1988). Aquest qüestionari es basava en el Minnesota Leisure Time Physical Activity Questionnaire (LTPA), amb la diferència, respecte a aquest, de tenir un disseny autoadministrable pel mateix participant. Les preguntes tractaven de descriure, en quatre etapes, un perfil detallat del tipus, la durada, la freqüència i la intensitat de les activitats físiques practicades, bé quotidianament, bé en el transcurs d'un mes, un cop per setmana o una vegada al llarg del mes esmentat, o bé al llarg de l'últim any. D'altres qüestions tractaven de conèixer l'actitud dels subjectes davant l'activitat física i permetien definir una descripció dels seus hàbits de vida (tabaquisme, alimentació, consum d'alcohol, son, salut mental, malalties). El qüestionari pot ser emplenat en menys de 25 minuts (Boisvert i cols., 1988). Segons que sembla, aquest qüestionari pot ser utilitzat en el marc d'estudis epidemiològics per a l'obtenció d'informacions descriptives o per relacionar els resultats amb factors de risc de les malalties. Tanmateix, no s'han trobat estudis que en confirmin la validesa i la fiabilitat (Boisvert i cols., 1988).

Qüestionaris d'ordre general

En aquesta mena de qüestionaris, les informacions sol·licitades són molt generals, relatives a la pròpia naturalesa de les activitats físiques o relatives a la freqüència de participació. Es pot obtenir una estimació global i subjectiva del nivell d'activitat física realitzada habitualment. Per tant, l'individu pot proporcionar una impressió subjectiva de la seva pràctica d'activitats físiques o seleccionar ell mateix la categoria de classificació del seu nivell mitjà d'activitat (Boisvert i cols., 1988). Alguns dels qüestionaris d'aquest tipus més significatius es ressenyen a continuació.

El **Qüestionari del Pla de Seguretat per a la Salut de Nova York** (Health Insurance Pla of New York Questionnaire) va ser posat en pràctica, per Shapiro i cols., el 1965 (Boisvert i cols., 1988). Es tracta d'un mètode "autoadministrable" que es pot respondre en 10 minuts, aproximadament. Avalua les activitats físiques portades a terme durant el treball i també durant el temps lliure. Les qüestions relatives al lleure s'agrupen en quatre tipus: marxa, jardineria, treball entorn de la casa i esports. Les respostes de participació ponderades (sovint, de vegades, rarament) se sumen per tal d'obtenir un índex general de les activitats de temps lliure. O sigui, els participants es reparteixen en quatre categories (de molt actiu a poc actiu), d'acord amb l'índex obtingut. Se segueix un mètode similar pel que fa a l'obtenció de dades sobre l'activitat laboral en funció de sis seccions: proporció de temps en posició d'assegut i caminant, mitjà de transport utilitzat, nombre d'hores de treball, objectes pesats que es transporten.

Respecte a aquest qüestionari, es pot considerar que administrar-lo i fer la recopilació de resultats és simple, i per tant pot ser administrat a grans mostres. Tam-

bé cal adonar-se de les relacions que s'han establert amb les malalties coronàries i la condició física, i per a poblacions d'origen socioeconòmic diferent. En opinió de Washburn i cols. (1986) és necessari obtenir més informació relativa a la validesa, la fiabilitat i la relació amb altres factors de risc de malalties cròniques.

El **Qüestionari de Baecke** (Baecke Questionnaire), caracteritzat per ser curt i autoadministrable, va ser posat en pràctica, el 1982, per controlar la pràctica regular d'activitat física de 306 ciutadans alemanys, l'edat dels quals es trobava compresa entre els 20 anys i els 32 (Baecke i cols., 1982). L'anàlisi distingia tres components de l'activitat física: el treball, l'esport i el lleure, excloent-ne l'esport. Els individus van respondre a una escala entre "mai" (1 punt) i "sovint" (5 punts). Pel que fa a l'índex associat a la pràctica esportiva, es calculava fent una suma dels productes de la intensitat de l'activitat pel temps emprat, producte que era ponderat segons la part de l'any concertada per a una activitat determinada. Originàriament, aquest qüestionari es va trametre per correu i va anar seguit per una entrevista en una clínica mèdica per aclarir punts foscos.

Posteriorment, es va tornar a realitzar amb 277 subjectes de 19 anys a 31 mitjançant una entrevista a domicili (Baecke i cols., 1982) i això va permetre establir uns índexs de correlació de 0,81 a 0,88 per al treball i els esports, i de 0,74 per al temps lliure. Pel que fa a la validesa, aquesta té un valor limitat a causa dels criteris de comparació utilitzats (Boisvert i cols., 1988, Montoye i cols., 1996). Aquest últim aspecte és un dels desavantatges més considerables del qüestionari de Baecke, l'administració del qual és, tanmateix, fàcil, i permet també avaluar ràpidament les activitats de temps lliure i de treball.

Pel que fa al **Qüestionari de Framingham** (Framingham Questionnaire), era realitzat per un entrevistador que interrogava sobre els hàbits de pràctica de l'activitat física en relació a les malalties coronàries. Els participants en l'estudi havien d'indicar el nombre d'hores de son, de treball i d'activitats normals (Kannel i Sorlie, 1979). Es va calcular un índex de l'activitat física sumant el producte de les hores emprades a cadascun dels cinc nivells d'activitat (basal, sedentari, lleuger, moderat i intens), segons un codi basat en l'oxigen requerit per al nivell d'activitat ocupacional. Kannel i Sorlie (1979) van estudiar l'índex d'activitat física d'aquest qüestionari com un mitjà per preveure la mortalitat deguda a malalties coronàries, descartant d'altres factors de risc (l'edat, la pressió sistòlica, el colesterol, la intolerància a la glucosa i la hipertròfia del ventricle esquerre).

El **Programa d'Estudi del Cor d'Honolulú** (Honolulu Heart Program Study, –Yano i cols., 1984–), enquesta portada a terme a 7.705 japonesos d'edat compresa entre els 45 anys i els 68, habitants d'Hawaii, ha demostrat que l'índex d'activitat física del qüestionari de Framingham permetia també preveure malalties del cor després de 10 anys de seguiment mèdic. Boisvert i cols. (1988) opinen que aquest qüestionari permet classificar els subjectes d'acord amb el seu nivell d'activitat física amb l'ajuda d'un índex, però cal obtenir noves informacions respecte a la seva validesa i fiabilitat.

Chisholm i cols. (1975) van portar a terme una investigació amb 1.253 adults i van confeccionar una llista de 19 preguntes per a ser autoadministrades pels participants, que van validar amb un reconeixement mèdic (exploració física, mesurament de la tensió arterial en repòs, enregistrament electrocardiogràfic en repòs i d'esforç). A partir d'aquest estudi va sorgir el breu, i autoadministrable, **Qüestionari de Condició d'Activitat Física** (Physical Activity Readiness Questionnaire conegut en la seva forma abreujada com a PAR-Q), que incloïa les set preguntes que van resultar més efectives per identificar els individus que necessitaven un reconeixement mèdic abans de realitzar una prova d'esforç (Rodríguez, 1994). En estudis posteriors, el PAR-Q va ser utilitzat per valorar la condició física, a més a més de ser un instrument per portar a terme una tria dels participants en programes d'exercici físic. Ultra aquestes utilitats, Rodríguez (1994) indica que a Ontario (Canadà), aquest qüestionari es va recomanar com a un procediment mínim abans d'iniciar programes d'activitat física de baixa a moderada intensitat, i a Catalunya (Espanya), va ser suggerit al personal sanitari d'atenció primària com a procediment inicial de garbellament per identificar les persones que necessitaven una valoració mèdica més detallada. El PAR-Q va ser revisat per tractar d'evitar alguns inconvenients sorgits i en cerca de més especificitat i, finalment, es va adoptar el qüestionari revisat rPAR-Q. A Catalunya, s'ha presentat una versió d'aquest qüestionari anomenada Qüestionari d'Aptitud per a l'Activitat Física (Q-AAF), basada en la versió revisada del PAR-Q. La utilitat d'aquest qüestionari radica en la seva vàlua a l'hora de prescriure l'exercici físic a individus interessats en programes d'activitat física, encara que no és possible establir un perfil o índex de l'activitat física diària. La versió castellana/catalana del Q-AAF ha estat utilitzada en estudis més recents, en concret, en la bateria AFISAL-INEFC per a la valoració de la condició física en adults (Rodríguez i cols., 1998 a).

Pel que fa a estudis realitzats al nostre país en relació a aquest àmbit, hem d'esmentar el publicat per Sánchez-Barrera i cols. (1995), a la ciutat de Granada, amb una mostra de 625 persones de tots dos sexes, distribuïdes en set grups, segons el seu nivell cultural, la mitjana d'edat de les quals era de 30 anys, i el rang d'edat dels 10 anys als 74. Als participants se'ls lliurava un quadern que ells mateixos podien omplir, o sigui que era autoadministrable, i que incloïa dues escales (anomenades **Nivells d'Activitat Física** i **Perfil d'Activitat Física**).

Conclusions

Existeixen nombrosos qüestionaris per estimar l'activitat física. Les característiques a considerar d'aquests podem reduir-les a la forma d'administració (entrevista o autoadministrable), el període de recopilació de la informació, la durada de l'administració del qüestionari, el caràcter de l'activitat (laboral, activitat de temps lliure, activitats físico-esportives, activitats específiques de la llar) i el nivell de dificultat en la recopilació de la informació. Segons

els matisos propis de la població, de l'objectiu i del disseny de la investigació, de la disponibilitat de l'enquestador i dels sotmesos a enquesta, resulta més apropiat l'ús d'un qüestionari o d'un altre.

El qüestionari també pot ser considerat com un instrument que permet portar a terme la prescripció de l'exercici, establir el perfil d'activitat física d'una població i, per tant, dissenyar programes d'activitat física.

Encara que els qüestionaris esmentats en el transcurs d'aquest treball han estat validats mitjançant les corresponents investigacions, cal considerar que són escassos, encara que significatius, els estudis realitzats al nostre país sobre aquest tema, de manera que l'adaptació dels qüestionaris esmentats a la població espanyola i la corresponent validació, poden ser considerades com a línies d'investigació a desenvolupar.

Bibliografia

Acheson, K. J.; Campbell, I. T.; Edholm, O. G.; Miller, D. S. i Stock, M. J. (1980), "The measurement of daily energy expenditure an evaluation of some techniques". *Am. J. Clin. Nutr., 33*, pàg. 1155-1164.

Andersen, K. L.; Masironi, R.; Rutenfranz, J. i Seliger, V. (1978), *Habitual physical activity and health.* World Health Organization. Copenhagen.

Baecke, J. A. H.; Burema, J. i Fritters, J. E. R. (1982), "A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity epidemiological studies". *Am. J. Clin. Nutr., 36*, pàg. 932-942.

Blair, D. i Buskirk, E. R. (1987), "Habitual daily energy expenditure and activity levels of lean and adult-onset and child-onset obese women". *Am. J. Clin. Nutr., 45*, pàg. 540-550.

Blair, S. N.; Haskell, W. L.; Ho, P.; Paffenbarger, R. S.; Vranzian, K. M.; Farquhar, J. W. i Wood, P. D. (1985), Assessment of habitual physical activity by a sevenday recall in community survey and controlled experiments. *Am. J. Epidemiol., 122*, pàg. 794-804.

Blasco, T. (1994), *Actividad física y salud*. Barcelona: Martínez Roca.

Boisvert, P.; Washburn, R. A.; Montoye, H. J. i Leger, L. (1988), "Mesure et évaluation de l'activité physique par questionnaire. Questionnaires utilisés dans la littérature anglo-saxonne". *Sci. & Spo., 3*, pàg. 245-262.

Bouchard, C.; Tremblay, A.; Leblanc, C.; Lortie, G.; Savard, R. i Thériault, G. (1983), "A method to assess energy expenditure in children and adults". *Am. J. Clin. Nutr., 37*, pàg. 461-467.

Chisholm, D. M.; Collis, M. L.; Kulak, L. L.; Davenport, W. i Gruber, N. (1975), "Physical activity readinell. *Br. Col. Med. J., 17*, pàg. 375-378.

Chisholm, D. M.; Collis, M. L.; Kulak, L. L.; Davenport, W.; Gruber, N. i Stewart, G. (1978), *PAR-Q Validation Report: The evaluation of a self-administered pre-exercise screening questionnaier for adults*. Vancouver: British Columbia Department of Health.

Collins, K. J. i Spurr, G. B. (1990), "Energy expenditure and habitual activity". A Collins, K. J. (ed.), *Handbook of methods for the measurement of work performance, physical fitness and energy expenditure in tropical populations*, pàg. 81-90. París: International Union of Biological Sciences.

Craig, C. L., Stephens, T. M. i Landry, F. (1988), "L'enquête "condition physique Canada": aspects particuliers à prendre en considération pour mener une enquête d'envergure". *Sci. & Spo., 3*, pàg. 315-325.

Durnin, J. V. G. A. (1967), "Activity patterns in the community". *Can. Med. Assoc. J., 96*, pàg. 882-886.

Durnin, J. V. G. A. i Passmore, R. (1967), *Energy, work and leisure*. Londres: Heinemann Educational Books.

Edholm, D. G. (1966), "The assessment of habitual activity in health and disease". *Proceedings of the Beitosolen Symposium*, pàg. 187-197. Oslo: Universitetsforlaget.

Edholm, O. C.; Fletcher, J. G.; Widdowson, E. M.; McCance, R. A. (1955), "The energy expenditure and food intake of individual man. Br. J." *Nutr., 9*, pàg. 286-300.

Gorsky, R. D. i Calloway, D. H. (1983), "Activity pattern changes with decreases in food energy intake". *Hum. Biol., 55*, pàg. 577-586.

Gross, L. D.; Sallis, J. F.; Buono, M. N.; Roby, J. J.; Nelson, J. A. (1990), "Reliability of interviewers using the seven-day physical activity recall". *Resear. Quart. Exer. Sp., 61*, pàg. 321-325.

Kannel, W. B. i Sorlie, P. (1979), Some halth benefits of physical activity: the Framingham Study. *Arch. Int. Med., 139*, pàg. 857-861.

Laporte, R. E. (1979), "An objective measure of physical activity for epidemiologic research". *Am. J. Epidemiol., 109*, pàg. 158-168.

Lawrence, L. (1977), "A Comparison of the Nutrient Intake of Atletic and Non-athletic College women". MS thesis, University of Minnesota, Minneapolis.

Lee, I. M.; Hsieh, C. C. i Paffenbarger, R. S. (1993), "Vigorous physical activity, non-vigorous physical activity, and risk of mortality in men". (Abstract) *Med. Sci. Sports Exerc., 25*, pàg. 167.

Lewis, A. (1977), "The Effects of Habitual Activity Patterns on the Body Composition and Maximal aerobic capacity of Young Women". MS thesis, Minneapolis: University of Minnesota.

Montoye, H. J. (1971), "Estimation of habitual physical activity by questionnaire and interview". *Am. J. Clin. Nutr., 24*, pàg. 1113- 1118.

Montoye, H. J.; Kemper, H. C. G.; Saris, W. H. M. i Washburn, R. A. (1996), *Measuring Physical Activity and Energy Expenditure*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Montoye, H. J. i Taylor, H. L. (1984), "Measurement of physical activity in population studies: A review". *Hum. Biol., 56*, pàg. 195-216.

Paffenbarger, R. S. Jr.; Hyde, R. T. i Wing, A. L. (1978), "Physical activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni". *Am. J. Epidemiol.*, 108, pàg. 161-175.

– (1987), "Physical activity and incidence of cancer in diverse populations: A preliminary report". *Am. J. Clin. Nutr., 45*, pàg. 312-317.

Paffenbarger, R. S. Jr.; Hyde, R.; Wing, A.; Jung, D. i Kampert, J. (1991), "Influences of changes in physical activity and other characteristics on all-cause morality". (Abstract) *Med. Sc. Sports Exerc., 23*, pàg. 82.

Paffenbarger, R. S. Jr., Hyde, R. T., Wing, A. L., Hsieh, C. C. (1986). Physical activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. *N. Engl. J. Med., 314*, pàg. 605-613.

Paffenbarger, R. S. Jr.; Hyde, R. T.; Wing, A. L.; Steinmetz, C. H. (1984), "A natural history of athleticism and cardiovascular health". *J. Am. Med. Assoc., 252*, pàg. 491-495.

Paffenbarger, R. S. Jr.; Wing, A. L.; Hyde, R. T. i Jung, D. L. (1983), "Physical activity and incidence of hypertension in college alumni". *Am. J. Epidemiol., 117*, pàg. 245-257.

Riumallo, J. A.; Schoeller, D.; Barrera, G.; Gattas, V. i Vauy, R. (1989), "Energy expenditure in inderweigh freee-living adults: Impact of energy supplementation as determined by doubly labeled water and indirect calorimetry". *Am. J. Clin. Nutr., 49*, pàg. 239-246.

Rodríguez, F. (1994), "Qüestionari d'Aptitud per a l'Activitat Física (C-AAF)", versió catalana/castellà del PAR-Q revisat. *Apunts. Ed. Fis. Dep., 31*, pàg. 301-310.

Rodríguez, F. A.; Valenzuela, A.; Gusi, N.; Nàcher, S. i Gallardo, I. (1998b), "Valoració de la condició física saludable en adults (II): fiabilitat, aplicabilitat i valors normatius de la bateria AFISAL-INEFC". *Apunts 54*, pàg. 54–65.

Rodríguez, F. A.; Gusi, N.; Valenzuela, A.; Nàcher, S.; Nogués, J. i Marina, M. (1998a),

Paraules clau
gent gran, circuit, treball corporal

Activitat física amb gent gran. Treball en circuit

Pilar Pont Geis
Llicenciada en Ciències de l'Educació Física i l'Esport.
Direcció Tècnica del Programa d'Activitats Físiques per a la gent gran amb l'Associació Esportiva Sarrià-Sant Gervasi de Barcelona

Abstract

The object of the following article is to adapt the method of working in circuit to the sessions of physical activity for the elderly. Taking as a starting point the idea of circuit used as a method in the traditional sessions of physical activity or in specific training sessions and given that the object of this form of work in this type of session, it is very different from the object in the body work with groups of the elderly. We find a common point that will be the form and method of working. In the first part of this article we present theoretical aspects and the different concepts of circuit to connect it later with the objects of body work with the elderly and put forward the pertinent adaptations. In the second part a series of proposals of different circuits is presented, prepared for working with the elderly and which answer to the different objectives with this age group.

Resum

L'article següent té com a objectiu adaptar el mètode de treball en forma de circuit a les sessions d'activitat física amb gent gran.

Tenint com a punt de partida el concepte de circuit utilitzat com a mètode en les sessions tradicionals d'activitat física o bé en sessions especifiques d'entrenament i atès que l'objectiu d'aquesta forma de treball en aquest tipus de sessió, és ben diferent de l'objectiu en el treball corporal amb grups de gent gran. Trobem un punt en comú que serà la forma i el mètode de treball.

Vegem, doncs, una primera part d'aquest article on es presenten els aspectes de tipus teòric i els diferents conceptes de circuit per relacionar-los, a continuació, amb els objectius de treball corporal amb gent gran i proposar les adaptacions pertinents.

En una segona part, es presenten un seguit de propostes de circuits diferents, preparats per treballar amb gent gran i que responen als diferents objectius amb aquest grup d'edat.

Introducció

En els darrers anys, el col·lectiu de gent gran s'ha convertit en un dels centres d'interès dels diferents àmbits de la societat: polítics, econòmics, socials, culturals, mèdics, etc. Les raons que han potenciat aquest fet són diverses; una d'elles és el canvi demogràfic motivat per un progressiu augment de persones grans, és a dir, persones que ja han complert els 65 anys i, paral·lelament, un descens de la natalitat. Una societat que està envellint, on cada vegada són més les persones grans i menys els infants. Cal, doncs, dedicar-hi una atenció especial, un espai i un temps.

La gent gran viu més anys i els viu millor. Els "avantatges" de què ara disposa aquest col·lectiu representen un pes valuós socialment i que tenen com a finalitat millorar la qualitat de vida i aconseguir un envelliment saludable. Em refereixo a un alt nivell de funcionalitat vist des de diferents perspectives: físic, psíquic, afectiu, creatiu i de relacions socials.

Per arribar a mantenir un bon nivell de funcionalitat, cal assolir un compromís actiu amb la vida, cosa que obligarà la persona gran a mantenir les seves relacions interpersonals, a mantenir-se actiu en les seves tasques dins i fora de la llar, a organitzar-se el temps, un temps que, a partir de la jubilació, pren una dimensió diferent. Cal reestructurar el temps i combinar les activitats de la vida diària, com ara: higiene, compra, menjar, tasques de la llar, tenir cura de les plantes, temes relacionats amb la salut, etc., amb activitats fora de la llar que ajudin la persona gran a sentir-se útil, relacionar-se, estar bé amb ella mateixa i amb els altres, obligar-se a sortir, en definitiva, activitats que li siguin útils i gratificants.

Moltes són les activitats que poden donar resposta a aquests adjectius: útils i gratificants, creiem que l'activitat física és una d'elles, atès que és un recurs didàctic molt enriquidor i que dóna moltes possibilitats d'intervenció. Mitjançant una activitat física adient, podem incidir en tots els aspectes de la persona, físics, cognitius, socials, creatius i afectius.

Una activitat que engloba des de sessions periòdiques de gimnàstica, ioga, balls, tai-txi, fins a activitats puntuals com poden ser: passejades, excursions, etc.

Arribats en aquest punt, ens interessa aprofundir en la sessió i en els aspectes didàctics. Desenvolupar formes de presentar el moviment que siguin creatives, enriquidores i útils.

Aquest article és, doncs, una reflexió sobre l'adaptació del treball en circuit com a mètode en el treball corporal amb gent gran. Analitzant el mètode des de una visió amplia i buscant les possibilitats de treball que ens pot oferir amb la gent gran.

Concepte de circuit

> "Circuit, com a espai a recórrer per a fer el volt duna cosa." (*Diccionari de la llengua Catalana*, 1987).

El 1953, a la Universitat de Leeds (Anglaterra), Morgan i Adamson, van idear el "Circuit Training", aplicat al Body Building System dels americans, utilitzat per al desenvolupament de la força, van establir la necessitat de crear un nou sistema pràctic, que no solament servis per a l'enfortiment muscular sinó també per millorar la respiració, la circulació, la capacitat de rendiment amb deute d'oxigen, etc.

Què significa Entrenament en circuit?

L'expressió "Entrenament en circuit" (EC) indica que l'entrenament es realitza en forma de volta, passant per diferents estacions on es realitzen exercicis amb efectes diferents, amb implements o sense. Una volta passant per totes les estacions s'anomena "circuit". S'anomena entrenament en circuit l'activitat que comprèn un o més circuits.

Les característiques principals de l'EC són:

- El seu objectiu és millorar les funcions musculars i circulatòries.
- Utilitza el principi de càrrega progressiva.
- Gran nombre d'esportistes poden treballar simultàniament

(J. Ulrich, 1992).

La denominació "entrenament en circuit" deriva de la terminologia anglesa que diu: "Circuit training"

El més essencial d'aquest tipus de treball consisteix en un exercici sistemàtic i successiu dels diferents grups musculars en les diverses estacions que formen un circuit.

El concepte de circuit és simbòlic. L'objectiu principal de l'entrenament en circuit consisteix en el desenvolupament polifacètic de l'organisme o "desenvolupament general del cos", amb una influència simultània positiva en el sistema circulatori i respiratori.

Per aconseguir una influència més estimulant sobre el sistema circulatori, respiratori i metabòlic s'eliminen tots els temps de descans entre els exercicis.

És un mètode que ofereix resultats molt efectius en el desenvolupament morfològic i funcional del subjecte.

(Z. Naglak)

L'entrenament en circuit és la forma organitzativa-metodològica de l'exercici que serveix per a desenvolupar i perfeccionar, tant les qualitats de moviment (força, velocitat, resistència) com les formes més complexes (força-resistència, velocitat-resistència, força ràpida), utilitzant exercicis corporals ja coneguts i dominats.

Els programes són constituïts per 6 o 18 exercicis, segons quin sigui l'objectiu i l'àmbit d'utilització de l'entrenament de la condició.

L'entrenament alternat dels diferents grups musculars s'aconsegueix utilitzant els exercicis que s'han classificat en:

- Exercicis per al desenvolupament general.
- Exercicis per al desenvolupament específic.
- Exercicis per al desenvolupament general i específic.

La càrrega del programa d'exercicis augmenta progressivament en el transcurs de la seva utilització en qualsevol dels següents aspectes:

- Volum de l'exercici nombre de repeticions per estació).
- Durada de l'exercici (prolongació del temps de realització per estació, nombre de rondes, nombre d'estacions-exercici).
- Intensitat de l'exercici (augment de l'aplicació de la força per unitat de *temps mitjans* l'augment de la freqüència de moviment).
- Densitat de l'exercici (disminució o eliminació de la pausa, entre estacions).
- Freqüència de l'exercici.
- Variació dels exercicis (canvi del programa d'exercicis).

El procés de desenvolupament de la capacitat de rendiment corporal general i esportiu és, per tant, un procés de desenvolupament de la personalitat. Aquesta capacitat depèn del nivell en què es troben:

- Les capacitats condicionals i coordinatives.

- Les capacitats tècnicomotores.
- Les capacitats tàctiques.
- Les capacitats intel·lectuals.
- Els coneixements i experiències.
- La disposició per al rendiment

(M. Scholich, 1986)

Si bé l'origen d'aquesta forma de treball el trobem en termes d'entrenament esportiu, on l'objectiu principal és la preparació física de l'esportista i el rendiment, no desestimem el mètode per utilitzar-lo en altres tipus de sessions.

Des del punt de vista d'entrenament, el treball en circuit és una combinació d'estacions on es van alternant les propostes de treball de diferents grups musculars, intentant que hi hagi un equilibri, o sigui, intercalant el treball dels diferents grups musculars, i no es treballa mai el mateix grup muscular en dues estacions consecutives És, doncs, un treball específic i analític, per acabar incidint en la globalitat en finalitzar el circuit.

Tanmateix, el que a nosaltres ens interessa en aquests moments, no és el treball en circuit tal com es defineix tradicionalment, al qual m'he referit fins ara, i que té com a punt de partida el paradigma centrat en la condició física, sinó que, el que ens interessa en aquest cas, és el treball en circuit com a mètode per a incidir en els objectius del treball corporal amb gent gran; aquests, no estan centrats en la recerca de la millora de la condició física ni en el rendiment esportiu, sinó en una visió molt més complexa i general, on es tenen en compte els objectius de manteniment i millora de tots aquells aspectes físics i psíquics susceptibles de ser millorats amb una activitat física adient, també en tots els aspectes lúdics, de relació, de benestar, en definitiva en una millora de la salut i de la qualitat de vida.

Aquesta visió, més progressista i més àmplia, de l'activitat física, respon a un paradigma on s'estableixen relacions més complexes entre els diferents elements. És el paradigma orientat envers l'activitat física. Partint d'aquest concepte, ens plantegem un tipus de treball en circuit molt més ampli.

En aquests moments, el que ens interessa, no és el fet de treballar en forma de circuit per millorar el rendiment, sinó que el que interessa, és el fet d'utilitzar el circuit com a forma de treball, com a mètode de treball al llarg de la sessió d'activitat física amb gent gran i aprofitar les possibilitats i la riquesa de treball que el circuit ens ofereix.

Per la nostra tasca i amb el públic a qui ens adrecem, utilitzem com a treball en circuit, no solament aquest tipus d'organització en forma d'estacions, sinó també, totes aquelles combinacions de dos o més exercicis que es proposen per a ésser realitzades de forma successiva i que permeten que tothom participi simultàniament, realitzant la mateixa tasca o bé tasques diferents.

- Treball en circuit com una successió de fets, activitats o propostes que, totes elles, tenen un lligam i un objectiu comú, que han d'anar interrelacionades i no aïllades les unes de les altres, ja que el fet de proposar una activitat estarà en relació amb les altres que configuren el circuit.
- Podríem dir que el circuit és una relació d'activitats diferents, simultànies o alternatives, amb un objectiu comú.
- Que quan proposem un circuit, hem de tenir clar els objectius generals i específics. Que cada part del circuit té raó de ser per la relació i el lligam que té amb les altres parts.
- Que una part del circuit no té sentit per ella mateixa, si no va acompanyada de les altres parts. Que hi ha d'haver una relació i una progressió al llarg del circuit. El treball proposat ha de seguir una lògica quant a la intensitat i la dificultat de les propostes que configuren el circuit.

Treball en circuit. Incidència en els objectius

Quan proposem treballar en circuit, partim de la base que el treball corporal ha de tenir com a punt de partida els objectius a treballar amb el col·lectiu que en aquest cas ens interessa: gent gran, i els beneficis que comporta. Ja sigui des del punt de partida més de prevenció, de manteniment, recreatiu o bé de rehabilitació. Crec que amb la utilització dels circuits es pot incidir directament en els objectius del treball corporal amb la gent gran, és per això que en defenso la inclusió com a forma de treball en les sessions i en el programa d'activitat física amb gent gran. Vegem, doncs, quins són aquests objectius:

Objectius físics:

- Manteniment i millora de la condició física.
- Manteniment i millora de la mobilitat articular.
- Manteniment i millora de la resistència.
- Manteniment i millora de la forca. Tonificació.
- Manteniment i millora de la Velocitat de reacció.
- Manteniment i millora de la coordinació.
- Manteniment i millora de l'equilibri.
- Manteniment i millora de la respiració.
- Manteniment i millora de la capacitat de relaxació.

Objectius psíquics:

- Manteniment i millora de la capacitat d'atenció.
- Manteniment i millora de la memòria.
- Manteniment i millora de la capacitat d'adaptació.
- Manteniment i millora de la capacitat d'aprenentatge.

Objectius sensorials:

- Manteniment i millora de la consciència corporal.
- Manteniment i millora dels sentits: vista, oïda, tacte, olfacte.
- Manteniment i millora de les sensacions.
- Manteniment i millora de la propiocepció.
- Objectius perceptius:
- Manteniment i millora de la percepció espacial.
- Manteniment i millora de la percepció temporal.

Objectius socioafectius:

- Manteniment de la relació i la comunicació.

- Manteniment de la capacitat d'expressió.
- Manteniment de la creativitat corporal.
- Sentir-se integrat en un grup social.

Considero que els circuits ens ofereixen moltes possibilitats d'assolir els objectius proposats. Que en un mateix circuit, es poden treballar diferents objectius.

Aspectes metodològics

Avantatges i inconvenients que ens ofereix aquest mètode de treball

Avantatges

1. Les possibilitats que ens ofereix aquesta mena de treball són molt variades, ja que ens permet d'adaptar el treball a diferents situacions:

a) Treball en circuit al llarg d'una sessió tipus d'activitat física.
b) Treball en circuit amb motiu d'una festa físicorecreativa en un espai obert, com ara una pista exterior, uns jardins o un pavelló.
c) Treball en circuit com a proposta a la natura. Em refereixo als típics circuits a la natura, organitzats en zones d'esbarjo, places, parcs o camins, que permeten combinar zones de cursa o de passeig amb zones d'exercicis.

2. Permet fer propostes de circuits amb diferents objectius, tant utilitaris com recreatius. D'una banda, els que contemplen més la forma utilitària, com ara incidir en la prevenció i el manteniment de tots aquells aspectes físics i psíquics a treballar. Alhora, també tenim en compte l'objectiu recreatiu, com tots els aspectes de relació, lúdics i que col·laboren a fer que l'activitat sigui més gratificant Sempre partint de la base que l'objectiu principal del treball en circuit és el "desenvolupament general de la persona gran", tot incidint, d'una banda, en els sistemes respiratori, circulatori cardiovascular o bé des d'un punt de vista més recreatiu, incidint en tots els aspectes que fan referència a la relació i la comunicació, tota la vessant més lúdica i social.

3. Generalment, el mètode o mètodes de treball que s'acostumen a utilitzar en sessions d'activitat física amb gent gran, acostumen a ser bastant directius, deixant poc marge de decisió a l'alumne i marcant totes les pautes de treball. Penso que és interessant que, per poder incidir en els diferents objectius que ens marquem en el treball corporal amb aquest col·lectiu, utilitzem no tan sols formes directives, sinó també formes de treball poc directives i més de descobriment, que l'alumne pugui ser capaç de trobar solucions corporals davant situacions diverses, donar la possibilitat que investigui nous moviments, formes de desplaçament, possibilitats de moviment del cos, que desenvolupi la creativitat corporal, tot facilitant la capacitat d'adaptació a noves situacions, en definitiva, que millora la seva disponibilitat i autonomia.
Amb aquest sistema de treball en forma de circuit podem oferir formes de treball molt diferenciades, ens permet realitzar propostes que vagin des d'una activitat molt dirigida i detallada fins a propostes més obertes i que els alumnes puguin decidir sobre diferents aspectes del moviment.

a) Propostes més obertes, en què l'alumne sigui protagonista i prengui decisions quant al nombre de repeticions o fins i tot el tipus d'exercici a realitzar (sempre seguint unes directrius), marcant, per exemple el principi i el final de cada exercici, però deixant a disposició de l'alumne, el nombre de repeticions. Que ells investiguin i provin possibilitats de moviment, segons el material proposat.
b) Donar indicacions del que es vol aconseguir en cada estació, o sigui de l'objectiu final, però deixant a decisió del grup o de l'alumne la forma exacta de realització de cada exercici, el seu propi ritme i el nombre de repeticions.
c) O bé propostes tancades, on es marqui i delimiti exactament el tipus d'exercici, el nombre de recepcions i el temps de realització a cada estació.

Sigui quina sigui la forma proposada, sempre s'hauran d'informar detalladament del sentit de desplaçament, o de rotació per les estacions.
Aconsellar sobre el ritme i la intensitat de cada exercici.
Podem observar que aquests tipus de propostes ens donen un marge molt ampli de treball i ens ofereixen una gran riquesa de moviment.
Malgrat que aquesta forma de treball pot ser interessant, cal anar amb compte amb els grups de gent gran, ja que la majoria de persones grans i de grups prefereixen rebre indicacions concretes dels exercicis a realitzar, prefereixen la rutina, o sigui, tot allò que ja coneixen i dominen, on el marge d'error és mínim.

4. És un tipus de treball que es pot introduir en les diferents parts de la sessió. En el cas que proposem aquest mètode de treball al llarg d'una sessió, el podem adaptar a les diferents parts d'aquesta, atès que ens permet fer les propostes de treball a la intensitat que ens interessa treballar en cada moment de la sessió.
Podem presentar el circuit durant l'escalfament o a la primera part de la sessió, amb una proposta de circuit suau, d'intensitat moderada, on es combinin, per exemple, exercicis de mobilitat general amb exercicis de ritme, balls, etc., o bé a la part principal, com a forma de treball central amb combinació d'activitat a més alta intensitat, i també a la darrera part de la sessió o tornada a la calma, amb propostes de combinacions de massatges amb exercicis de respiració o de relaxació, o bé una activitat dansada de forma molt suau, etc. Sempre que tinguem en compte els principis bàsics de cadascuna d'aquestes parts, en allò que fa referència a: objectius específics, intensitat, el ritme de treball recomanable en cada part i, en definitiva, el tipus de circuit que proposem.

5. Permet de fer moltes combinacions amb tècniques corporals ben diferents.

Un altre dels avantatges que tenim quan treballem en forma de circuit, és que ens permet d'incloure-hi diferents tècniques corporals, i utilitzar el que més ens interessa de cadascuna, amb la finalitat d'aconseguir l'objectiu proposat.
Així doncs, podem proposar circuits que contemplin una o diverses de les tècniques corporals que més ens interessen, com ara:aeròbic, balls, danses, treball de consciència corporal, massatges, respiració, expressió, gimnàstica suau, activitats recreatives, moviment creatiu etc., i aconseguir així sessions molt motivants i divertides.
Aquest mètode de treball també ens dóna "varietat", ja que ens permet combinar propostes de treball individual i treball per parelles o bé per grups.
A la vegada, el fet de combinar propostes ben variades, treballar el cos i el moviment des de diferents tècniques i jugar amb les músiques per fer propostes de moviment motivants, permet enriquir el vocabulari corporal i incidir en els objectius programats.

6. Permet fer propostes a grups de nivells heterogenis. Amb diferents nivells d'autonomia.
Alhora, cal tenir en compte la gran diferència que hi ha entre les persones que formen part d'aquest col·lectiu, atès que inclou des de persones de 60 anys fins a persones de 95 anys, 100 anys o més, i a l'ensems amb una gran diferència en les possibilitats de moviment i de comprensió. Així, en el mateix grup ens podem trobar persones sense problemes d'autonomia i amb molt bona mobilitat, i persones amb greus problemes de desplaçament. De la mateixa manera, podem trobar persones amb una capacitat d'aprenentatge i de comprensió molt bona, i persones amb greus problemes d'atenció i de memòria. És per això que creiem interessant aquest tipus de treball, ja que permet que tothom pugui participar-hi. Que cada alumne s'impliqui fins al punt on pugui arribar.
En el treball corporal amb gent gran, no hi ha un model a seguir, no es tracta de fer un treball molt tècnic ni de buscar la perfecció en el moviment, sinó que s'ofereixen propostes per ésser realitzades segons les possibilitats de cada persona.

7. Permet treballar en espais reduïts.
També cal dir que el treball en circuit el podem utilitzar en situacions diverses i en espais i instal·lacions diferents. És una realitat el fet que molts grups d'activitat física amb gent gran estan realitzant la pràctica en espais alternatius com ara sales polivalents, sales de reunions dels casals, aules, etc. i que, en aquest cas, és interessant disposar de diferents recursos metodològics per a desenvolupar la sessió.

8. Possibilita i facilita l'organització del grup quan aquest és molt nombrós.

9. Ens permet fer propostes combinant el treball drets amb desplaçament o sense, i el treball asseguts (buscant un equilibri en la intensitat de treball).

Desavantatges

- S'ha de tenir molt ben preparat.
- Cal donar les indicacions i totes les consignes de forma molt clara.
- S'ha d'informar molt bé als participants, quant al tipus d'exercicis a cada estació, intensitat de treball, nombre de repeticions si cal, formes de desplaçament i de canvi, Què s'ha de fer amb el material en els moments de canvi?, etc.
- Ens podem trobar que alguns alumnes es perdin, o no recordin el que cal fer en un moment donat. Hem d'estar-hi molt atents.
- Hi ha persones grans que són molt lentes en el temps de reacció i en la capacitat d'adaptació a noves situacions, això pot ser una dificultat en el plantejament d'un circuit i provocar un embolic en els moments de canvi d'estació (cal contemplar-ho).

Paper de la música i del material en el treball en circuit

La música és un recurs bàsic en aquest tipus de treball, ja que moltes vegades ens servirà per a marcar les pautes, el temps de descans, el temps de transició, en definitiva, la intensitat de treball.
Alhora, el fet de proposar activitats amb música, permet que aquesta sigui més motivant.
Cada música té un ritme, unes pautes, que influiran en la realització de l'activitat. No hi ha músiques concretes per a aquesta mena de treball, tot i que els tipus de músiques a utilitzar és molt variat, No hi ha músiques que marquin un circuit, cal que escoltem moltes músiques diferents i que nosaltres preparem els muntatges.
Les combinacions a fer són infinites, podem utilitzar músiques de molts; tipus, des de música clàssica, jazz, ètniques, rock, boleros, salses, músiques de relaxació, músiques de pel·lícules, etc. La durada de cada proposta dependrà del tipus de circuit que preparem. Per exemple, combinacions de 30'' - 45'' de pràctica per estació combinat amb pauses o temps de canvi de 10'' - 15'', és una bona solució.
Cal tenir en compte que tant el temps de pràctica com el de canvi, han d'estar adaptats al grup, que tinguin el temps suficient per canviar d'estació o d'activitat (valorar la capacitat d'adaptació a noves situacions i de comprensió del grup).
En el cas que es proposi un circuit amb músiques diferents –dos o més músiques– i que aquestes indiquin el temps d'inici i el temps final de l'activitat, han de ser músiques ben diferents, ja que, en cas contrari, poden portar a la confusió.
Així mateix, el material, serà un recurs indispensable per a aquest tipus de propostes en circuit. La utilització del material en un circuit ens pot ajudar a organitzar una sessió on no es disposi de molta quantitat d'un mateix material.
En un principi no hi ha un material específic per a fer aquesta mena de propostes, ja que podem utilitzar tot tipus de material, tant tradicional com alternatiu. El que cal és que aquest s'adapti als objectius i interessos de l'activitat i de la sessió. Vegem algun exemple de material: pilotes, globus, piques, cercles, canyes, daus, bales de fusta, ventalls, barrets, material recreatiu de goma escuma, etc.

El material és un bon recurs per organitzar un circuit, i ofereix diferents possibilitats de propostes:

a) Tot el grup treballa alhora amb el mateix material i realitza la mateixa activitat (exemple: circuit amb globus).
b) Es treballa per grupets amb el mateix material i amb propostes diferents (exemple: circuit amb pilotes).
c) Tot el grup treballa alhora amb materials diferents i activitat similar (exemple: circuit amb materials diferents).
d) Es treballa per grupets amb material diferent i amb propostes diferents (exemple: circuit de massatges).

Un dels materials que tenim més a l'abast i que més utilitzem en les sessions d'activitat física amb gent gran, són les cadires. Les cadires com a mitjà de suport, com a ajut per a realitzar segons quina mena d'exercicis, per evitar perills de pèrdua de l'equilibri i de caiguda. També utilitzem les cadires per ajudar a baixar la intensitat de treball, en el moment de la sessió en què l'activitat ha estat més intensa i quan volem fer una proposta de treball més relaxant. També com a recurs, quan el grup amb què estem treballant és heterogeni i tenim alumnes amb diferents nivells de mobilitat i d'autonomia. Les cadires, en aquest cas, ens poden servir d'ajut per a proposar exercicis similars a les persones que tenen problemes de desplaçament.

També utilitzem les cadires o els bancs, en el cas que el lloc on es desenvolupa l'activitat no reuneixi les condicions adients per a estirar-se a terra, ja sigui per manca d'espai o per condicions poc favorables de la instal·lació.

En el treball en circuit, les cadires són un bon material per fer combinacions de treball assegut –a baixa intensitat– amb propostes de desplaçament o dempeus –a més intensitat–. Més endavant veurem exemples de circuits amb cadires.

També, quan proposem un circuit per finalitzar la sessió, utilitzem les cadires i propostes de combinacions de massatges, relaxació, etc.

Propostes de circuits

Circuit d'escalfament

Organització: Tot el grup en cercle. Drets.
Material: Cap.
Músiques: a) 20'' *Macarena*. Moviments corresponents (1.1).
b) 20'' *Sirtaki*. Dansa grega. Balancejar a dreta i esquerra (1.2).
c) 20'' Música de Circ: Desplaçaments en cercle. Saludant (1.3).
d) 20'' "Pont sobre el riu Kwai". Al lloc, xiulant.
Realització: Combinació de quatre moviments diferents, a partir d'unes músiques motivants.

Circuit amb cadires

Organització: Tot el grup en cercle.
Material: Cadires.
Músiques: a) *Forest Gump*. "I don't know way" núm. 3 disc one 40''. (2.1). Exercicis de mobilitat articular.
b) Samba 40''. Ballant entremig de les cadires (2.2).
Realització: Combinant exercicis de mobilitat articular asseguts o drets, amb desplaçament entremig de les cadires.

1.1.

1.2.

1.3.

2.1.

2.2.

El material és un bon recurs per organitzar un circuit, i ofereix diferents possibilitats de propostes:

a) Tot el grup treballa alhora amb el mateix material i realitza la mateixa activitat (exemple: circuit amb globus).
b) Es treballa per grupets amb el mateix material i amb propostes diferents (exemple: circuit amb pilotes).
c) Tot el grup treballa alhora amb materials diferents i activitat similar (exemple: circuit amb materials diferents).
d) Es treballa per grupets amb material diferent i amb propostes diferents (exemple: circuit de massatges).

Un dels materials que tenim més a l'abast i que més utilitzem en les sessions d'activitat física amb gent gran, són les cadires. Les cadires com a mitjà de suport, com a ajut per a realitzar segons quina mena d'exercicis, per evitar perills de pèrdua de l'equilibri i de caiguda. També utilitzem les cadires per ajudar a baixar la intensitat de treball, en el moment de la sessió en què l'activitat ha estat més intensa i quan volem fer una proposta de treball més relaxant. També com a recurs, quan el grup amb què estem treballant és heterogeni i tenim alumnes amb diferents nivells de mobilitat i d'autonomia. Les cadires, en aquest cas, ens poden servir d'ajut per a proposar exercicis similars a les persones que tenen problemes de desplaçament.

També utilitzem les cadires o els bancs, en el cas que el lloc on es desenvolupa l'activitat no reuneixi les condicions adients per a estirar-se a terra, ja sigui per manca d'espai o per condicions poc favorables de la instal·lació.

En el treball en circuit, les cadires són un bon material per fer combinacions de treball assegut –a baixa intensitat– amb propostes de desplaçament o dempeus –a més intensitat–. Més endavant veurem exemples de circuits amb cadires.

També, quan proposem un circuit per finalitzar la sessió, utilitzem les cadires i propostes de combinacions de massatges, relaxació, etc.

Propostes de circuits

Circuit d'escalfament

Organització: Tot el grup en cercle. Drets.
Material: Cap.
Músiques: a) 20'' *Macarena*. Moviments corresponents (1.1).
b) 20'' *Sirtaki*. Dansa grega. Balancejar a dreta i esquerra (1.2).
c) 20'' Música de Circ: Desplaçaments en cercle. Saludant (1.3).
d) 20'' "Pont sobre el riu Kwai". Al lloc, xiulant.
Realització: Combinació de quatre moviments diferents, a partir d'unes músiques motivants.

Circuit amb cadires

Organització: Tot el grup en cercle.
Material: Cadires.
Músiques: a) *Forest Gump*. "I don't know way" núm. 3 disc one 40''. (2.1). Exercicis de mobilitat articular.
b) Samba 40''. Ballant entremig de les cadires (2.2).
Realització: Combinant exercicis de mobilitat articular asseguts o drets, amb desplaçament entremig de les cadires.

1.1.

1.3.

1.2.

2.1.

2.2.

3.1.

3.2.

3.3.

4.1.

4.2.

5.1.

5.2.

Circuit amb cadires

Organització: Tot el grup assegut, en dispersió.
Material: Cadires.
Música: *Dire Straits* "Brother in Arms".
Realització: Vuit temps: Vuit moviments, mobilitat articular mans-braços (3.1).
Vuit temps: Vuit moviments, mobilitat articular cames-peus (3.2).
Vuit temps: desplaçaments (3.3).
Variant 1: Els desplaçaments es realitzen en vuit temps fent la volta a la cadira.
Variant 2: Els desplaçaments es realitzen en vuit temps anant a la cadira del company.
Variant 3: Els desplaçaments es realitzen en vuit temps anant a la cadira més allunyada.

Circuit amb cadires i globus

Organització: Tot el grup assegut en cercle.
Material: Cadires i globus.
Músiques: *a*) "Fama". Passar els globus a la dreta (4.1).
b) "El tercer home". (Antoni Karas) Exercici amb el globus.
Realització: Combinar durant 30'' passar els globus cap a la dreta, i durant 40'', (4.2) fent una activitat. Aquesta pot ser:
Variant 1: Exercici amb el globus, asseguts.
Variant 2: Desplaçament per tot l'espai.

Circuit amb cadires i globus

Organització: Tot el grup en cercle.
Material: Cadires. Globus normals de colors i vuit globus de "60".
Músiques: *a*) Txa-txa-txa. Rumbes. Activitat al lloc, passant els globus (5.1).
b) Vals. Els qui els han tocat els globus amb "60 anys" surten a ballar un vals al centre del grup. (5.2).
Realització: Combinació d'exercici 30'' i de balls 30-40''.
Els globus de "60", porten imprès aquest número en mida gran. Es poden utilitzar per acelebrar aniversaris.

Circuit amb materials diferents

Organització: Es marquen quatre zones d'activitat.
Material: Quatre materials diferents: pilotes, piques, cordes, cercles.
Músiques: *a*) Música Salsa. Cada grup realitza l'exercici a l'espai i amb el material pertinent, 30''.
b) "Oh Susana". Surten al centre a ballar la polca, per parelles, durant 30''.

Realització: Combinació d'activitats: exercicis individuals amb material i activitat de ball per parelles.
Cada vegada que acaben un ball, van a l'estació següent

Circuit amb un dau

Organització: Tots en cercle, asseguts. Una persona al centre.
Material: Un dau gran.
Músiques: Una sola música, Workout 50's (Música d'aeròbic).
Realització: Primerament, es proposa un moviment per cada número.
La persona que és al centre, tira el dau, i tothom ha de fer el moviment corresponent al número que surt. Es pot proposar un nombre concret de repeticions, o bé fer l'exercici a diferents intensitats (6.1 i 6.2).

6.1.

6.2.

Circuit amb parelles

Organització: Quatre zones separades.
Material: Cap.
Músiques: *a*) 10''. "Bagdad Café". Desplaçament amb la parella.
b) 40'' Full Monty. "Moving on up". Exercici en la zona.
Realització: Combinació d'exercicis i desplaçaments, sempre amb la parella. Variant la forma de desplaçament.
A cada estació es proposa un exercici per parelles.

7.1.

7.2.

Circuit amb cercles

Organització: Quatre zones.
Material: Cercles de quatre colors.
Músiques: *a*) 40'' *Bruce Springsteen* "Tunel of love". Activitat amb el cercle.
b) 10'' Silenci. Canvi d'estació.
Realització: Segons el color del cercle es proposa un exercici diferent. Anar variant d'estació i d'exercici.

Circuit amb indicadors

Organització: Quatre zones separades. Quatre grups.
Material: Cartells indicadors. Un pòster penjant a cada estació amb un dibuix del que cal fer.
Músiques: *a*) 40'' Realització de l'exercici que s'indica.
b) 10'' "Alegria". *Cirque du Soleil.* Canvi.
Realització: Combinació d'activitats amb temps de canvi. Els cartells o Indicadors són els que diuen el que s'ha de fer a cada estació. (7.1, 7.2 i 7.3).

7.3.

8.1.

8.2.

8.3.

Circuit de tornada a la calma.
Relaxació i massatges

Organització: Quatre zones separades.

Material: Bales de fusta, canyes primes, pilotes malabars rodets fusta.

Músiques: *a*) 40''. *P. Voudours i C. Spheens*. "Echantment". Realització de l'exercici corresponent.
b) 10''. Silenci. Canvi de zona.

Realització: Bales de fusta, massatges suaus per la cara. Canyes primes, mobilitat dits. (8.1)
Pilotes de malabars, massatges braços. (8.2)
Rodets fusta, massatges planta dels peus. (8.3)

Bibliografia

Dassel, H. i Haag, H. (1969), *Circuit training en la escuela*. K. Hoffman, Schorndorf bei Stuttgart.

Diccionari de la llengua Catalana (1987), Enciclopèdia Catalana, 7a edició. Barcelona.

Morgan i Adamson, (1959), *Circuit training*. Londres: Bell & Sons.

Naglak, Z. (no editada), *Entrenamiento deportivo. Teoría y práctica*, traducció a l'espanyol de l'original polac.

Pont, P. (1996), "El material i la música com recursos en un programa d'activitat física amb gent gran", *Apunts 43*, pàg. 75-88. Barcelona: INEFC.

Pont, P. *et al*. (1994), *Tercera edad, actividad física y salud*, Barcelona: Paidotribo.

Scholich, M. (1986), *Entrenamiento en circuito*. Buenos Aires: Stadium.

Sura, J. (1995), *1088 Ejercicios en circuito*. Barcelona: Paidotribo.

Ulrich, J. (1992), "Entrenamiento en circuito". *Educación física*. Barcelona: Paidós Educación Física.

Paraules clau
gestió, instal·lacions esportives, comunitats autònomes, municipis, desenvolupament, pràctica esportiva

La gestió pública i privada dels espais esportius a les comunitats autònomes i els sistemes locals

Jesús Martínez del Castillo
INEF de Madrid
Universitat Politècnica de Madrid

Abstract

Previous researchs propose the correlation between the model and social –economic development degree of a territorial system and the model and social– economic development degree of its corresponding sport social system. The study tries to go on with the testing of this hypothesis and the interrelations with the development and diversification degree of the public and private organizations being the territorial system studied the 17 Comunidades Autónomas (Autonomous Communities) and the 8.104 township existing in Spain. By secundary analysis of previous polls and census, the proposed hypothesis seem to be corroborated in 10 Communities and in the township considered as a whole. Nevertheless new investigations are necessary round the organizations and other explanatory factors of the social and sport change in each territorial system.

Resum

Investigacions anteriors plantegen la correlació existent entre el model i el grau de desenvolupament socioeconòmic d'un sistema territorial i el model i grau de desenvolupament del seu corresponent sistema social de l'esport. L'estudi pretén continuar la verificació de la hipòtesi esmentada i les interrelacions amb el grau de desenvolupament i diversificació de les organitzacions públiques o privades. Els sistemes territorials estudiats han estat les 17 Comunitats Autònomes i els 8.104 municipis existents a Espanya. Mitjançant anàlisis secundàries d'Enquestes i Censos anteriors, semblen confirmar-se les hipòtesis plantejades en 10 Comunitats i als municipis considerats en conjunt. Tanmateix, calen noves investigacions sobre les organitzacions i altres factors explicatius del canvi social i esportiu a cada sistema territorial.

Objectius i metodologia de l'estudi

Les investigacions sobre les interrelacions existents entre el sistema esportiu i social d'un territori són cada vegada més freqüents. En els seus inicis, aquesta línia es va centrar fonamentalment en la distribució geogràfica de les pràctiques esportives i en la seva interpretació des d'una o més d'una de les diferents Ciències Socials (Rodgers, 1978; Mathieu, Praicheux, 1987; García Ferrando, 1997). Posteriorment, la línia es va enriquir introduint en l'anàlisi els equipaments esportius. Així, segons Haumont (1988: 133): "Sistema tècnic i sistema social, les pràctiques esportives constitueixen també un sistema social, les pràctiques esportives constitueixen també un sistema espacial. A escala nacional i regional, el seu entramat ha contribuït, i continua fent-ho, a la diferenciació dels territoris, a la seva identificació i a les seves identitats". De la mateixa manera, per a Bale (1989), l'esport és espai i "lloc" i, doncs, la difusió territorial de les pràctiques i els equipaments esportius és un dels aspectes fonamentals per a la comprensió de l'esport modern. També per a Puig (1994), l'esport no solament té una dimensió espacial que el defineix, sinó que també revela la societat on es de-

senvolupa. Posteriorment, Martínez del Castillo i Navarro (1994) van efectuar una investigació mitjançant anàlisis factorials de components principals, (considerant les variables per Comunitats Autònomes del I Cens Nacional d'Instal·lacions Esportives a Espanya, de l'Enquesta d'Hàbits Esportius de 1990, de l'Enquesta d'Estructura Ocupacional a l'Esport de 1991 i d'altres estudis demogràfics, econòmics i socials), en les quals semblava verificar-se la següent hipòtesi principal. "Existeix una correlació positiva entre el model i grau de desenvolupament demogràfic, social i econòmic d'un sistema territorial i el model i grau de desenvolupament del seu corresponent sistema social de l'esport." Els sistemes territorials investigats han estat les Comunitats Autònomes, i incloent-hi el sistema social de l'esport, els seus sistemes de demanda i els seus sistemes esportius.

Així, doncs, el primer objectiu del present estudi pretén continuar la verificació de la hipòtesi esmentada a les Comunitats Autònomes d'Espanya i si també és observable en els sistemes territorials municipals.

D'altra banda, la influència, el paper jugat per les organitzacions públiques o privades, en l'estudi i desenvolupament del sistema social de l'esport (del qual formen part) en cada sistema territorial, és un tema recent en la literatura (Augustin, 1995; Haumont, 1988; Heinemann i d'altres, 1997; Martínez Tur i d'altres, 1996; Puig, Martínez del Castillo, 1998; Rodríguez Díaz, 1998). En aquesta línia, el nostre segon objectiu d'estudi consisteix a explorar la validesa del supòsit següent: "El grau de desenvolupament i diversificació de les organitzacions presents en un sistema territorial està correlacionat positivament amb el grau de desenvolupament i diversificació del seu sistema social de l'esport".

La metodologia emprada ha estat la d'anàlisi secundària dels següents estudis: enquesta d'Hàbits Esportius de 1995 (García Ferrando, 1997); II Cens Nacional d'Instal·lacions Esportives a Espanya, (Martínez del Castillo, 1998); Padró Municipal d'Habitants de 1996, (INE, 1997); Enquestes de Població Activa, (INE, 1997) i els estudis econòmics de les Comunitats Autònomes, d'Alcaide, (1995).

La gestió pública i privada dels espais esportius a les comunitats autònomes

Prenent com a un dels indicadors de desenvolupament del sistema social de l'esport a cada autonomia, les taxes de pràctica dels seus habitants, podien apreciar-se, el 1995 (García Ferrando, 1997), quatre grups de Comunitats (Quadre 1):

- Les Balears, Catalunya, Navarra i Madrid registraven les taxes de pràctica més elevades, significativament per sobre de la mitjana d'Espanya (entre un 43% i un 48%). Encara que en el cas de Catalunya, l'última Enquesta d'Hàbits Esportius, recollia un 63% de practicants regulars (Giralt, López-Jurado, 1999: 4).
- Castella i Lleó, Comunitat Valenciana, el País Basc i Múrcia, se situaven en la mitjana del 39% per a tota Espanya (entre un 38% i un 40%).
- Andalusia, Aragó, Astúries, les Canàries, Cantàbria i Castella-La Manxa, es trobaven per sota de la mitjana (entre un 35% i 36%).
- Galícia i la Rioja se situen a una més gran distància (32% i 33%), i especialment Extremadura (encara que aquí, com adverteix l'autor de l'enquesta, deu d'haver existit una infraestimació a causa del reduït volum de la mostra).

És a dir que sembla que es continua confirmant la influència dels tipus i els graus de desenvolupament socioeconòmic de

Quadre 1.
Evolució de les taxes de pràctica esportiva en les Comunitats Autònomes (% d'habitants que practiquen amb regularitat o ocasionalment).

	1974 (%)	1980 (%)	1990 (%)	1995 (%)
Andalusia	16	24	29	35
Aragó	16	18	26	35
Astúries	10	16	26	36
Balears	14	25	34	47
Canàries	14	33	35	35
Cantàbria	15	33	36	36
Castella i Lleó	19	21	42	38
Castella-La Manxa	9	16	27	36
Catalunya	24	31	40	43
Extremadura	13	22	26	22
Galícia	11	21	31	32
La Rioja	13	18	25	33
Madrid	28	35	38	48
Múrcia	20	21	33	40
Navarra	29	35	48	46
C. Valenciana	13	21	31	40
País Basc	26	35	37	38
Espanya	18	25	35	39

Font: Martínez del Castillo, J. (1998); García Ferrando, M. (1997). Elaboració pròpia.

Quadre 2.
Evolució de la renda regional bruta per habitant segons Comunitats Autònomes.

	Renda regional bruta per habitant (pessetes corrents)			Índex mitjana espanyola = 100		
	1985	1991	1994	1985	1991	1994
Andalusia	520.526	971.323	1.143.973	71,05	68,92	69,16
Aragó	792.697	1.524.855	1.795.122	108,20	108,20	108,53
Astúries	721.473	1.318.357	1.532.042	98,48	93,55	92,62
Balears	957.755	1.808.669	2.322.590	130,73	128,34	140,42
Canàries	635.944	1.247.315	1.578.273	86,81	88,51	95,42
Cantàbria	769.396	1.354.664	1.610.575	105,02	96,12	97,37
Castella-La Manxa	561.991	1.115.305	1.311.291	76,71	79,14	79,28
Castella i Lleó	660.302	1.190.561	1.450.355	90,13	84,48	87,68
Catalunya	907.773	1.765.304	2.026.113	123,91	125,26	122,49
Ctat. Valenciana	744.339	1.366.281	1.607.080	101,60	96,95	97,16
Extremadura	486.878	908.279	1.065.144	66,46	64,45	64,40
Galícia	597.029	1.123.509	1.357.019	81,50	79,72	82,04
Madrid	991.806	2.067.621	2.354.405	135,38	146,71	142,34
Múrcia	586.408	1.112.863	1.295.685	80,05	78,97	78,33
Navarra	790.114	1.604.604	1.923.767	107,85	113,86	116,31
País Basc	824.492	1.556.806	1.830.885	112,54	110,47	110,69
La Rioja	783.203	1.488.312	1.804.041	106,91	105,61	109,07
Total	**732.595**	**1.409.296**	**1.654.062**	**100,00**	**100,00**	**100,00**

Font: Alcaide, 1995.

cada autonomia en la major o menor pràctica d'activitat física dels seus habitants. Perquè, tal com es pot veure als quadres 2 i 3, les Comunitats Autònomes amb taxes de pràctica superiors són les que presentaven més vendes brutes per habitant (excepte en els casos de Castella i Lleó i Múrcia, amb rendes inferiors, i el cas de la Rioja, amb rendes més altes) i majors especialitzacions sectorials en els sectors secundaris i/o terciaris. I a la inversa, les autonomies amb taxes de pràctica més petites, registraven rendes menors i més especialització en el sector primari.

En aquests contextos, socialment i econòmicament diferenciats, quines eren les dotacions d'espais esportius? En una primera aproximació a les relacions entre demanda i oferta, és a dir, entre el nombre d'habitants i d'espais existents, i prenent com a referència les taxes brutes d'oferta, es poden agrupar les comunitats en tres categories (Martínez del Castillo, 1998: 137):

a) Comunitats que se situen per damunt de la mitjana nacional de 39'5 espais per cada 10.000 habitants. En primer lloc, i a gran distància, trobem les Balears, amb 114e/10.000h (localitzava el 53% de tots els espais i l'1'8% de la població. La Rioja feia una oferta de 58e/10.000h (situava l'1% dels espais i el 07% de la població. Navarra, registrava 56'5e/110.000h (1'9% d'espais i 1'3% de població. Les Canàries se situaven al 53'2e/10.000h (5'2% d'espais i 3'8% de població). L'Aragó feia una oferta de 51'4e/10.000h (4% d'espais i 3% de població). A Catalunya l'indicador se situava al 48'2e/10.000h (19% dels espais i 15'6% de la població). I a Cantàbria comptaven amb el 47'3e/10.000h (1'6% dels espais i 1'4% de la població).

b) Comunitats que se situen a l'entorn de la mitjana nacional: Castella i Lleó feia una oferta de 44'8e/10.000h (albergava el 7'4% de tots els espais i el 6'6% de tota la població); Castella-La Manxa registrava 43'8e/10.000h (4'7% d'espais i 4'3% de població) i el País Basc se situava amb 37'7e/10.000h (5'2% d'espais i 5'4% de població).

c) Comunitats que es troben per sota de la mitjana nacional: A Múrcia i Extremadura van ser censats 34e/10.000h (respectivament situaven el 2'4% de tots els espais i el 2'7% de tota la població); a la Comunitat Valenciana es van localitzar 32'3e/10.000h (8'1% d'espais i 9'9% de població); Galícia feia una oferta de 31'6e/10.000h (5'6% d'espais i 7% de població); Andalusia se situava al 31'3e/10.000h

Quadre 3.
Índex d'especialització sectorial al 1994 segons Comunitats Autònomes.

Comunitats	VAB per habitant (pessetes)				Índex d'especialització (Índex mitjana espanyola = 100)			
	Agricultura i pesca	Indústria	Construcció	Serveis	Agricultura i pesca	Indústria	Construcció	Serveis
Andalusia	125.589	164.333	116.151	779.324	150,61	45,86	88,82	72,06
Aragó	114.439	489.432	134.329	1.053.028	137,24	136,57	102,72	97,36
Astúries	50.171	447.285	107.128	841.363	60,17	124,81	81,92	77,79
Balears	43.789	209.396	160.786	2.194.814	52,51	58,43	122,95	202,94
Canàries	75.859	150.409	129.010	1.363.913	90,97	41,97	98,65	126,11
Cantàbria	97.954	342.743	105.416	966.618	117,47	95,64	80,61	89,38
Castella-La Manxa	146.385	323.686	158.711	732.398	175,55	90,32	121,36	67,72
Castella i Lleó	166.117	361.042	124.257	839.457	199,21	100,75	95,01	77,62
Catalunya	34.494	560.911	144.074	1.293.462	41,37	156,52	110,17	119,60
Ctat. Valenciana	60.511	426.863	124.762	1.060.185	72,57	119,11	95,40	98,03
Extremadura	148.064	183.108	134.207	671.788	177,56	51,09	102,62	62,11
Galícia	117.634	273.044	153.195	834.597	141,07	76,19	117,14	77,17
Madrid	10.552	345.801	128.130	1.631.247	12,65	96,49	97,98	150,83
Múrcia	127.639	269.549	127.265	820.625	153,07	75,22	97,31	75,88
Navarra	180.052	667.926	139.893	1.019.184	129,58	186,38	106,97	94,24
País Vasco	49.711	597.244	124.180	1.038.430	59,61	166,66	94,95	96,02
La Rioja	190.549	513.213	121.167	983.001	228,51	143,21	92,65	90,89
Total	**83.387**	**358.371**	**130.778**	**1.081.527**	**100,00**	**100,00**	**100,00**	**100,00**

Font: Alcaide, 1995.

(14'2% d'espais i 17'9% de població); Madrid comptava amb 30'4e/10.000h (9'8% d'espais i 12'7% de població) i Astúries localitzava 29'7e/10.000h (2'1% d'espais i 2'8% de població).

D'aquesta distribució es desprèn, en una primera anàlisi, que hi ha Comunitats on sembla verificar-se la hipòtesi principal avançada, però en altres deuen d'existir d'altres processos i variables que hi intervenen. Com es podria esperar pel seu grau de desenvolupament socioeconòmic superior, les Balears, Catalunya, la Rioja i Navarra es troben entre les comunitats amb més dotacions d'espais. I pel seu desenvolupament menor, s'observen indicadors baixos d'oferta d'espais a Andalusia, Astúries, Extremadura, Galícia i Múrcia. Tanmateix, hi deuen haver influït d'altres factors i processos:

- a les Comunitats Valenciana, Basca i Madrilenya (amb indicadors d'espais més baixos dels que es podria predir pel seu grau de desenvolupament).
- a les Comunitats d'Aragó, les Canàries, Cantàbria, Castella-La Manxa, Castella i Lleó (amb indicadors superiors als que caldria inferir del seu grau de desenvolupament).

Entre aquests factors i processos que hi intervenen és possible que es trobi el grau de desenvolupament i de diversificació de les organitzacions gestores dels espais esportius en els sistemes territorials autonòmics respectius. Aleshores, atenent als criteris d'una presència més gran o més petita de les entitats del sector públic o privat (quadres 5 i 6) es poden agrupar les Comunitats en tres categories:

- D'una banda, es troben les **Comunitats on predomina el sector privat** en l'oferta d'espais. Així, a les Balears gestionava el 78% del total d'espais censats (hi destaquen les entitats turístiques); a Catalunya gestiona el 67% de l'oferta (per damunt de tot, les associacions, seguides de les entitats turístiques i les empreses esportives); a l'Aragó i les Canàries, el sector privat promou el 60% de l'oferta, encara que, a la primera, sobresurten les associacions, i a la segona, les entitats turístiques; i a Madrid també hi ha un cert predomini de les entitats privades en el parc, en gestionar el 56% de l'oferta, (especialment les entitats residencials de les urbanitzacions).
- Al contrari, hi ha d'altres **Comunitats on és el sector públic el qui té més pes**. Sobretot a Extremadura i a Castella-La

Quadre 4.
Indicadors d'oferta de les entitats gestores segons Comunitats Autònomes (E.E./10.00 hab.)

	Andalusia	Aragó	Astúries	Balears	Canàries	Cantàbria	Castella i Lleó (*)	Castella-La Manxa	Catalunya	Extremadura	Galícia	Madrid	Múrcia	Navarra (*)	País Basc	La Rioja	Comunitat Valenciana	Total
Ajuntament	6,08	10,33	10,05	9,36	6,65	15,23	26,51	20,27	8,32	16,00	6,87	6,07	9,08	21,65	13,25	24,86	9,60	**10,29**
O.E. Públiques	1,17	2,17	0,65	3,62	2,26	1,63	5,43	1,48	0,76	1,68	1,20	1,12	1,35	10,59	1,05	4,56	1,19	**1,70**
Enseny. Púb.	8,45	8,67	7,23	8,08	10,99	7,17	2,89	8,72	6,78	8,96	8,54	6,07	8,89	0,52	9,10	5,54	6,12	**7,28**
Enseny. Priv.	2,75	5,76	2,91	4,24	2,52	3,70	0,93	2,39	3,85	2,21	2,96	4,08	2,35	2,33	6,23	8,05	2,87	**3,30**
Associacions	2,91	16,55	5,36	7,61	2,30	7,04	1,70	3,32	10,27	3,08	7,86	2,70	3,62	8,42	3,81	3,45	2,68	**5,05**
Priv. Res-Tur.	6,71	2,23	0,97	67,39	23,71	8,08	2,07	3,01	9,21	0,51	1,00	7,36	3,63	1,10	1,16	6,64	6,48	**7,13**
O.E. Privades	1,25	4,34	0,59	3,38	1,15	1,29	3,96	1,15	2,01	0,46	0,93	1,00	1,01	9,26	0,99	1,18	1,36	**1,68**
Empresa Esp.	2,02	1,38	1,95	10,27	3,66	3,17	1,25	3,45	6,97	1,08	2,23	2,03	4,60	2,68	2,12	4,02	1,96	**3,10**
Total	**31,34**	**51,43**	**29,70**	**113,97**	**53,24**	**47,30**	**44,75**	**43,79**	**48,16**	**33,98**	**31,60**	**30,43**	**34,54**	**56,54**	**37,71**	**58,31**	**32,26**	**39,52**

(*) Dades censals pendents de completar i actualitzar.

Quadre 5.
Implantació de les entitats gestores dels espais segons Comunitats Autònomes.

	Ajuntament		O.E. Públiques		Enseny. Púb.		Enseny. Priv.		Associacions		Priv. Res-Tur.		O.E. Privades		Empresa Esp.		Total
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N
Andalusia	4.223	19,42	809	3,72	5.862	26,95	1.906	8,76	2.022	9,30	4.654	21,40	868	3,99	1.405	6,46	21.749
Aragó	1.228	20,09	258	4,22	1.031	16,86	685	11,20	1.967	32,17	265	4,33	516	8,44	164	2,68	6.114
Astúries	1.099	33,83	71	2,19	791	24,35	318	9,79	586	18,04	106	3,26	65	2,00	213	6,56	3.249
Balears	664	8,22	257	3,18	573	7,09	301	3,72	540	6,68	4.779	59,13	240	2,97	728	9,01	8.082
Canàries	993	12,49	337	4,24	1.642	20,65	377	4,74	343	4,31	3.542	44,54	172	2,16	547	6,88	7.953
Cantàbria	803	32,20	86	3,45	378	15,16	195	7,82	371	14,88	426	17,08	68	2,73	167	6,70	2.494
Castella i Lleó (*)	6.748	59,23	1.383	12,14	737	6,47	236	2,07	433	3,80	528	4,63	1.009	8,86	318	2,79	11.392
Castella-La Manxa	3.361	46,28	246	3,39	1.446	19,91	397	5,47	550	7,57	500	6,89	190	2,62	572	7,88	7.262
Catalunya	5.040	17,27	460	1,58	4.106	14,07	2.331	7,99	6.221	21,32	5.583	19,13	1.218	4,17	4.226	14,48	29.185
Extremadura	1.699	47,09	178	4,93	951	26,36	235	6,51	327	9,06	54	1,50	49	1,36	115	3,19	3.608
Galícia	1.876	21,73	329	3,81	2.332	27,02	809	9,37	2.148	24,88	273	3,16	255	2,95	610	7,07	8.632
Madrid	3.001	19,94	556	3,69	3.005	19,96	2.017	13,40	1.336	8,88	3.641	24,19	494	3,28	1.003	6,66	15.053
Múrcia	949	26,27	141	3,90	930	25,75	246	6,81	379	10,49	380	10,52	106	2,93	481	13,32	3.612
Navarra (*)	1.124	38,28	550	18,73	27	0,92	121	4,12	437	14,88	57	1,94	481	16,38	139	4,73	2.936
País Basc	2.788	35,14	220	2,77	1.915	24,14	1.310	16,51	801	10,10	244	3,08	209	2,63	447	5,63	7.934
La Rioja	655	42,64	120	7,81	146	9,51	212	13,80	91	5,92	175	11,39	31	2,02	106	6,90	1.536
Ctat. Valenciana	3.701	28,75	460	3,70	2.360	18,97	1.107	8,90	1.033	8,30	2.501	20,10	523	4,20	757	6,08	12.442
Total	**39.996**	**26,03**	**6.605**	**4,30**	**28.312**	**18,43**	**12.819**	**8,34**	**19.622**	**12,77**	**27.725**	**18,05**	**6.517**	**4,24**	**12.039**	**7,84**	**153.635**

Manxa, on les entitats públiques gestionen el 78% i el 70% respectivament dels espais (especialment els ajuntaments). Al País Basc, les administracions públiques organitzen el 63% de l'oferta d'espais (sobretot els ajuntaments, i a continuació els centres públics d'ensenyament); a Astúries i la Rioja, el 60% (fonamentalment les administracions locals). I a Múrcia el 56%.

- Finalment, es troben les autonomies on s'observa un **equilibri** entorn del 50% entre les aportacions de les **entitats públiques i les privades**, encara que hi ha algunes diferències pel que fa a quina és la principal entitat gestora a cadascuna d'aquestes autonomies. Així, a Andalusia, les entitats que més espais gestionen són els centres públics d'ensenyament, seguits per les empreses turístiques. A Cantàbria, destaquen els ajuntaments. A Galícia sobresurten els centres públics d'ensenyament, seguits per les associacions. I a la Comunitat Valenciana, despunten els ajuntaments, i a continuació, les entitats turístiques.

Així doncs, sembla confirmar-se, a gran part de les Comunitats Autònomes, el

Quadre 6.
Número i tipus d'espais d'activitat segons la grandària demogràfica dels municipis.

	Població		E. Esp. Convencionals		E. No Reglamentaris		E. No Convencionals		Totals	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
< 500	806.572	2,07	4.354	4,91	2.912	5,94	1.271	8,00	8.537	5,56
501-2000	2.308.435	5,94	8.616	9,71	5.575	11,38	2.093	13,18	16.284	10,60
2001-5000	3.131.825	8,06	8.940	10,07	5.646	11,52	1.998	12,58	16.584	10,79
5001-10000	3.484.076	8,96	10.000	11,27	6.125	12,50	1.994	12,56	18.119	11,79
10001-25000	5.755.880	14,81	15.243	17,18	8.690	17,73	2.653	16,70	26.596	17,30
25001-50000	3.413.812	8,78	8.409	9,47	5.300	10,82	1.264	7,96	14.973	9,75
50001-100000	3.601.953	9,27	8.062	9,08	3.270	6,67	1.177	7,41	12.509	8,14
100001-500000	9.163.242	23,57	15.329	17,27	7.349	15,0	2.320	14,61	24.998	16,27
> 500001	7.206.473	18,54	9.798	11,04	4.135	8,44	1.112	7,00	15.045	9,79
Total	**38.872.268**	**100,00**	**88.751**	**100,00**	**49.002**	**100,00**	**15.882**	**100,00**	**153.635**	**100,00**

supòsit avançat i la seva estreta relació amb la hipòtesi principal en alguns casos:

- A Catalunya i les Balears, amb una gran oferta d'espais, hi ha un elevat desenvolupament socioeconòmic i un gran desenvolupament d'altres entitats promotores de l'esport, a més a més de les entitats públiques.
- A Andalusia, Astúries, Extremadura i Galícia, amb una baixa oferta d'espais i un desenvolupament socioeconòmic menor, hi ha una escassa diversificació de les entitats gestores, amb una presència d'entitats privades.

Amb referència a les tres autonomies amb una oferta d'espais inferior a la que caldria predir pel seu desenvolupament socioeconòmic superior: el País Basc, València i Madrid, la baixa presència d'entitats privades contribueix a explicar la situació. Sobretot al País Basc, que compta amb una gran oferta pública. Però en els casos de València i Madrid, coincideixen baixos nivells d'oferta d'espais, no solament de les entitats privades, sinó sobretot de les entitats públiques (quadre 4). Encara que en el cas de l'autonomia madrilenya, són els baixos nivells d'oferta d'espais existents a la capital, els que determinen els indicadors autonòmics observats.

Pel que fa a les autonomies amb una oferta d'espais superior a la que es podria suposar pel seu grau de desenvolupament socioeconòmic, sembla confirmar-se a les Canàries i Aragó, amb una major presència d'entitats privades, el supòsit avançat. Encara que a les Canàries, per l'elevada oferta de les entitats turístiques i a l'Aragó, per la gran presència de les associacions i clubs. Tanmateix, a Castella-La Manxa i Castella i Lleó, no es compleix el supòsit, atès que hi ha baixa presència d'entitats gestores privades. Un dels processos explicatius deuen ser les polítiques municipals impulsades, històriques o recents. Tal com es pot veure al quadre 4, els nivells d'oferta dels seus ajuntaments, dupliquen la mitjana dels ajuntaments de tota Espanya. I, en menor mesura, també sembla ser el cas de Cantàbria.

Quadre 7.
Indicadors d'oferta d'espais segons la grandària demogràfica dels municipis (núm. d'E.E./100.000 hab.).

	E. Esp. Convencionals	E. No Reglamentaris	E. No Convencionals	Totals
-500	53,98	36,10	15,76	105,84
501-2000	37,32	24,15	9,07	70,54
2001-5000	28,55	18,03	6,38	52,95
5001-10000	28,70	17,58	5,72	52,01
10001-25000	26,48	15,10	4,61	46,19
25001-50000	24,63	15,53	3,70	43,86
50001-100000	22,38	9,09	3,27	34,73
100001-500000	16,73	8,02	2,53	27,28
500001-	13,60	5,74	1,54	20,88
Total	**22,83**	**12,61**	**4,09**	**39,52**

La gestió pública i privada en els sistemes locals

En una primera anàlisi dels 8.104 municipis existents a Espanya, segons que tinguin un pes demogràfic superior o inferior, es copsa una significativa tendència de reducció de l'oferta d'espais a mesura que s'incrementa el nombre d'habitants. Així, si considerem alhora els quadres 6 i 7 es pot observar que, el 1997:

- Als sistemes locals amb menys de 2.000 habitants, residia el 8% de la població i comptaven amb el 16% del total d'espais censats. Traduït en indicadors, entre 70 i 106 espais per cada 10.000 habitants.
- Als municipis amb poblacions entre 2.000 i 10.000 habitants vivia el 17% de la població i comptaven amb el 22'5% dels espais censats. Expressat en indicadors, existien 52 espais esportius per cada 10.000 hab.
- Les localitats situades entre 10.001 i 50.000 hab localitzaven el 23'5% de la població i el 27% dels espais, és a dir 45 ee/10.000 hab.
- Per damunt dels 50.000 habitants s'inverteix la relació observada entre població i espais. Així, als municipis entre 50.001 i 100.000 hab es trobaven el 9'3% de població i el 8'1% dels espais, amb una oferta de 35 ee/10.000 hab.
- Als sistemes locals amb poblacions entre 100.001 i 500.000 habitava el 23'6% de la població i s'havien edificat el 16'3% dels espais. És a dir, 27'3 ee/10.000 hab.
- I a les sis ciutats amb més de 500.00 persones residia el 18'6% de la població i solament comptaven amb el 9'8% del total d'espais. L'oferta se situava tan sols al 20'9 ee/10.000 habitants.

Aquesta clara tendència sembla contradir la hipòtesi principal plantejada, segons la qual, a més grau de desenvolupament demogràfic, social i econòmic d'un sistema territorial, més grau de desenvolupament del seu corresponent sistema social de l'esport, (essent els espais de pràctica un dels seus sistemes). Tanmateix, l'última Enquesta d'Hàbits Esportius, sí que sembla confirmar la hipòtesi principal, atès que expressa una tendència inversa a l'observada en l'oferta d'espais, perquè a mesura que augmenta la importància demogràfica dels municipis, s'incrementa la taxa de pràctica (García Ferrando, 1997):

- Als sistemes locals per sota de 10.000 habitants, practicava un 34% d'aquests.
- Entre 10.001 i 1.000.000 habitants, feia activitat física el 40%.
- Per sobre d'1.000.000 d'habitants, pujava al 48% la taxa de pràctica.

Quines variables poden estar influint en aquesta aparent contradicció? En principi, tot sembla indicar la pervivència, en un gran nombre dels petits municipis, de cultures i estils de vida rurals, amb economies i poblacions actives del sector primari (agricultura, ramaderia...). També tenen piràmides més envellides per les sagnies migratòries de les seves cohorts joves els anys seixanta i començament dels setanta. I, tal com reflectia l'Enquesta d'Hàbits Esportius, les persones més grans i els agricultors eren els grups socials amb taxes més baixes de pràctica (García Ferrando, 1997). A més a més, la seva escassa població implica no arribar a gruixos significatius d'usuaris o de clients, que facin viable un major nombre d'ofertes de serveis de les entitats públiques i, especialment, de les entitats privades. Ben al contrari, totes les variables esmentades es van transformant a mesura que augmenta el volum i la densitat urbana: terciarització, menys envelliment (excepte als nuclis històrics de les ciutats), nous estils de vida amb majors necessitats d'exercici físic i de relació social, volums significatius d'usuaris i segments de mercat. Tot plegat fa viable, doncs, una major presència de les entitats privades que ofereixen serveis esportius o d'activitat física. D'altra banda, probablement influeixen també els tipus d'espais creats en uns estrats o altres del sistema de pobles i ciutats. En aquest sentit, les dades obtingudes confirmen que encara que és cert que, en termes quantitatius, l'oferta relativa d'espais decreix a mesura que augmenta la importància de la població, també sembla verificar-se que es diversifiquen els espais que han estat oferts i les activitats que poden ser practicades.
Així al quadre 8 pot observar-se que:

- Als pobles per sota de 2.000 residents sobresurten els 2.800 frontons a l'aire lliure (representen més de la meitat dels frontons censats a tota Espanya i van ser construïts, en la seva majoria, en el procés històric de producció dels espais esportius, com a espai comunitari i d'interrelació social, no solament esportiva), les pistes poliesportives a l'aire lliure, els camps de futbol i les piscines a l'aire lliure (la major part, en algunes de les urbanitzacions enclavades en aquests municipis en el procés d'urbanització).
- Als municipis amb poblacions entre 2.001 i 10.000 habitants, existien 19.000 espais. Destaquen les pistes poliesportives descobertes, un 33%, i en més petita mesura, les piscines d'estiu (20%), i les pistes de tennis (15%), (aquests dos últims tipus reflecteixen la presència de les urbanitzacions de 2a residència o vacances, en aquest estrat de municipis) i els camps de futbol (9%).
- Als sistemes locals entre 10.001 i 50.000 hab, un 33'6% són pistes poliesportives, un 19% piscines d'estiu, el 15% pistes de tennis i baixen els camps de futbol i els frontons al 5% i 3% respectivament. Al contrari, els espais coberts pugen ja al 23% del total. La seva major part són sales petites, però ja comencen a ser significatives les presències de sales grans i de piscines cobertes, a més a més d'altres camps grans.
- Per damunt dels 50.001 habitants, l'espai convencional més freqüent continuen sent les pistes poliesportives, el 40%, però a continuació i significativament, se situen les sales petites, al voltant del 25%. Les segueixen, en ordre decreixent: pistes de tennis o pàdel, 10%; piscines d'estiu, 8%; camps de futbol, 4%; frontons, 2'6% i d'altres camps grans, 1'6%. De la mateixa manera, encara que el nombre relatiu de sales grans o de piscines cobertes és reduït, 3'8 i 1'3%, respectivament, la seva presència comença a ser significativa, atès que la majoria d'aquests termes municipals compten, pel cap baix, amb una sala gran o una piscina climatitzada. És a dir que, si apleguem tots els espais coberts, representen un 30% de tot el parc convencional censat en aquesta franja.

Quadre 8.
Grau de diversificació de l'oferta de tipus d'espais esportius convencionals segons la grandària dels municipis.

	POL	TEP	FRO	FUT	OCG	VAL	Vpc	SG	SP	Total
-500	1.288	201	1.708	310	13	618	6	73	137	4.354
501-2000	2.988	881	1.122	1.028	62	1.777	34	280	444	8.616
2001-5000	2.937	1.323	543	946	97	1.775	52	428	839	8.940
5001-10000	3.370	1.626	433	697	114	1.926	64	391	1.379	10.000
10001-25000	5.058	2.340	502	876	216	2.920	170	538	2.623	15.243
25001-50000	2.884	1.277	238	355	111	1.623	122	276	1.523	8.409
50001-100000	3.090	1.164	200	315	111	1.017	91	286	1.788	8.062
100001-500000	6.557	1.544	401	638	244	1.276	202	582	3.885	15.329
500001-	3.819	1.168	273	357	151	834	160	259	2.777	9.798
Total	**31.991**	**11.524**	**5.420**	**5.522**	**1.119**	**13.766**	**901**	**3.113**	**15.395**	**88.751**

Per què hi havia aquestes situacions tan diferenciades, pel que fa al nombre i la diversitat d'espais, en uns sistemes locals i en altres, el 1997? Doncs bé, en primer lloc, cal precisar que el desequilibri quantitatiu i tipològic censat el 1997, entre els diferents trams de població (quadre 6), tenia ja lloc el 1975 i el 1985. Com a conseqüència del procés històric de producció dels espais esportius a l'Espanya rural, de les migracions massives dels pobles a les ciutats i de l'escassa atenció als equipaments col·lectius esportius en els anys de creixement exponencial a les ciutats (Leal, Ríos, 1988).

Així mateix, el Cens de 1997 revela que, entre 1985 i 1997, encara que el ritme d'edificació de nous espais convencionals ha baixat, considerablement, al conjunt d'Espanya, aquest descens sembla aguditzar-se a les poblacions superiors a 100.000 habitants (Martínez del Castillo, 1998, 132). És a dir, on el sòl edificable és més car i escàs, també per als ajuntaments. I en el cas dels espais no convencionals, des del 1985 i a les ciutats amb menys de 100.000 habitants (on probablement encara hi havia sòl urbanitzable a preus més moderats), no solament no ha baixat el nombre d'espais impulsat en cada període, sinó que s'ha estabilitzat.

Doncs bé, en aquests contexts, la desigual oferta quantitativa i tipològica d'espais, tampoc no deu haver estat aliena a la major o menor presència i diversificació dels diferents tipus d'entitats gestores dels espais en el sistema de pobles i ciutats. D'una banda, les organitzacions esportives revelen possibilitats, predileccions i perfils diferenciats en els tipus d'espais i activitats que ofereixen i en els grups socials als quals n'ofereixen l'ús (Martínez del Castillo, 2000). D'altra banda, es pot suposar que, a gruixos de població més grans, probablement es corresponguin majors volums significatius de clients i, per tant, més oportunitats i més presències de les entitats privades de serveis esportius o d'activitat física. El quadre 9 permet contrastar aquest supòsit i, complementàriament, explicar les tipologies diferenciades d'espais en els sistemes locals, segons la seva importància demogràfica:

- Als pobles amb menys de 2.000 habitants, el 60% dels espais són gestionats pels ajuntaments. La resta és organitzada per les associacions (12%), entitats residencials (12%) i centres públics d'ensenyament (11%).
- Als municipis entre 2.001 i 10.000 habitants, els ajuntaments constitueixen també la principal entitat gestora, però baixen al 30% dels espais. Al contrari, les entitats residencials pugen i gairebé arriben al mateix nivell, 25%. També pugen els centres públics d'ensenyament al 16%, seguits per les associacions, que es mantenen al voltant del 12%.
- Entre 10.001 i 50.000 habitants, són les entitats residencials les principals, amb un 26% dels espais, seguides pels centres públics d'ensenyament, 19'5% i els ajuntaments o d'altres entitats públiques, un 18%. Les associacions es mantenen al voltant del 12%. Però és a partir d'aquest llindar i, sobretot, del de 25.000 habitants, quan comencen a ser significatives les presències de les empreses esportives, 8% i d'altres organitzacions privades, (centres privats d'ensenyament, 9%, d'altres entitats privades, 7%).
- Entre 50.001 i 500.000 habitants es diversifica significativament la presència de les diferents entitats gestores dels espais. El sector públic continua gestionant la meitat dels espais, però amb canvis interns en les seves aportacions (els centres públics d'ensenyament gestionen el 25% dels espais, els ajuntaments el 16% i les administracions supralocals pugen a un 7%). I també es produeixen canvis significatius en el sector privat. Baixen les entitats turístico-residencials a l'11% i pugen els centres privats d'ensenyament i les associacions, entorn del 14% respectivament; i les empreses esportives al 10%.

Quadre 9.
Entitats Gestores Públiques i Privades.

	Ajuntament (%)	Altres E. Públiques (%)	Enseny. Púb. (%)	Enseny. Priv. (%)	Associacions (%)	Priv. Res-Tur. (%)	Altres E. Privades (%)	Empresa Esp. (%)	Total
< 500	64,44	2,16	4,24	1,22	12,52	8,49	2,79	4,15	100,00
501-2000	53,19	2,81	11,32	1,83	11,55	12,78	3,15	3,38	100,00
2001-5000	36,66	3,85	14,10	2,71	13,54	18,91	4,02	6,20	100,00
5001-10000	25,51	2,51	17,01	4,53	10,90	29,71	3,31	6,51	100,00
10001-25000	19,94	3,17	19,53	6,16	12,50	27,06	3,59	8,14	100,00
25001-50000	15,85	3,46	19,46	9,26	10,30	25,99	7,25	8,43	100,00
50001-100000	15,92	6,74	24,42	10,14	14,68	14,41	4,08	9,63	100,00
100001-500000	15,81	7,35	25,32	14,76	13,28	8,66	4,53	10,30	100,00
>500001	10,26	5,50	21,24	21,02	16,15	8,95	5,42	11,45	100,00
Total	**26,03**	**4,30**	**18,43**	**8,34**	**12,77**	**18,05**	**4,24**	**7,84**	**100,00**

I a les ciutats que superaven els 500.000 habitants, la presència del sector públic i les seves organitzacions com a gestores dels espais baixa al 38%. Les principals entitats gestores són els centres d'ensenyament públics i privats, 21% respectivament, seguits per les associacions amb un 16%. Significativament, les Empreses Esportives, amb un 11'5% d'espais gestionats, arriben a situar-se per davant dels ajuntaments (10'3% dels espais que han estat oferts).

Conclusions

En definitiva, tot sembla indicar que a mesura que s'incrementa el caràcter i la complexitat urbana dels sistemes locals, disminueix l'oferta total d'instal·lacions i espais. Entre d'altres factors, pel procés històric de producció de les ciutats (amb una escassa atenció als equipaments esportius col·lectius) i per la major escassetat i cost del sòl qualificat d'ús esportiu. Però també sembla evidenciar-se un creixement de les demandes, més diversificació dels espais i, probablement, més productivitat en l'ús dels espais, (com revelen, indirectament, les taxes de pràctica). Productivitat en què deuen influir tant el nombre inferior d'espais, com una major pressió de les demandes, com la superior presència d'espais coberts (i per tant menys dependents i estacionals en les seves ofertes), com una més gran diversitat d'organitzacions esportives o secundàries, públiques o privades. Aquest major nombre i diversitat d'organitzacions esportives, s'inscriuria, tot confirmant-la en aquest camp, en la tesi plantejada per Maintz (1987, 28): "El desenvolupament de les organitzacions depèn del predomini de la vida ciutadana o rural, per tant, de la mena d'activitat econòmica que predomini. La vida rural i una economia agrària de cobertura de necessitats ofereixen escassa oportunitat per a la formació d'organitzacions... En termes generals, també es pot dir que el desenvolupament de les organitzacions serà sempre més restringit quan el principi d'estructuració social que predomina en una societat sigui la família...".

De la mateixa manera, a gran part de les Comunitats Autònomes, semblen confirmar-se tant la hipòtesi principal com el supòsit plantejats com a objectius d'aquest estudi, i es poden tornar a formular, plegades, totes dues tesis: existeix una correlació positiva entre el model i grau de desenvolupament socioeconòmic d'un sistema territorial i el grau de desenvolupament i diversificació de les seves organitzacions esportives i de la resta de components del seu sistema social de l'esport.

Tanmateix, hi ha autonomies com l'Aragó, les Canàries, Cantàbria, Castella-La Manxa, Castella i Lleó, Madrid, el País Basc i València, on no es verifica completament la hipòtesi. Probablement, hi influeixen també d'altres variables i processos, històrics o contemporanis.

En definitiva, tot sembla indicar l'interès de continuar incorporant l'estudi de les organitzacions esportives i les seves polítiques, al conjunt de processos i factors explicatius del canvi social i esportiu de cada sistema territorial.

Bibliografia

Alcaide, J. (1995), "Las Comunidades Autónomas en la recuperación económica española", *Papeles de Economía Española*, núm. 64, pàg. 2-37.

Augustin, J. P. (1995), *Sport, Géographie, Ámenagement,* París: Nathan-Université.

Bale, J. (1989), *Sports Geography*, London: E & F.Spon.

García Ferrando, M. (1997), *Los españoles y el deporte, 1980-1995. Un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores*, Tirant lo Blanch, València.

Giralt, C.; López-Jurado, C. (1999), *Enquesta sobre la pràctica d'activitats fisicoesportives a Catalunya*, Generalitat de Catalunya-Direcció General de l'Esport, Barcelona.

Haumont, A. (1988), *Sociología del Deporte*, Bellaterra, Barcelona.

Heinemann, K.; Puig, N.; López, C. i Moreno, A. (1997) "Clubs esportius a Espanya i Alemanya: una comparació teòrica i empírica", *Apunts Educació Física i Deportes*, núm. 49, pàg. 40-62.

Leal, J. i Ríos, J. (1988), *Los espacios colectivos en la ciudad,* Mº de Obras Públicas y Urbanismo, Madrid.

Martínez del Castillo, J. i Navarro, C. (1994) "Desarrollo socioeconómico, deporte y territorio. Análisis factorial de las Comunidades Autónomas en España". A J. I. Barbero, (ed.): *Ciencias Sociales y Deporte,* pàg. 35-49. Pamplona: AEISAD.

Martínez del Castillo, J. (1998), *Las instalaciones deportivas en España. II Censo Nacional de Instalaciones Deportivas, 1997,* Consejo Superior de Deportes, Madrid.

– (2000), "Tendencias sociales en las organizaciones deportivas". A A. Rodríguez Díaz, (Comp.): *"Deporte y Sociedad"*, pàg. 66-81. Signatura Ediciones de Andalucía, Sevilla.

Martínez-Tur; Peiró, J. M.;Ramos, J. (1996), "Tipologia d'instal·lacions esportives en funció del seu caràcter públic o privat: Diferències en la gestió i l'ús", *Apunts 43*, pàg. 91-102.

Mathieu, D. y Praicheux, J. (1987), *Sports en France.* París: Fayard-Reclus.

Mayntz, R. (1987), *Sociología de la Organización.* Madrid: Alianza Editorial.

Puig, N. (1994a), "Tendencias del espacio deportivo contemporáneo", *Apunts 37*, pàg. 42-48.

– (1994b), "Els equipaments esportius reveladors d'una societat: el cas d'Espanya". A N. Puig i A. Zaragoza: *Lectures en sociologia de l'oci i de l'esport*, 85-95. Barcelona: Universitat de Barcelona Publicacions, Barcelona.

Puig, N.; Martínez del Castillo, J. (1998), "Espacio y tiempo en el deporte". A García Ferrando, M.; Lagardera, F. i Puig, N. (Comps.): *Sociología del Deporte,* pàg. 151-177. Madrid: Alianza Editorial.

Rodgers, B. (1978), *Rationalisation des choix en matière de politique sportive. Le sport dans son contexre social. Comparaisons internationales*, Strasbourg: Conseil de l'Europe.

Rodríguez Díaz, A. (1998), "Notas sobre la construcción social del espacio deportivo". En J. Martínez del Castillo, (Comp.): *Deporte y Calidad de Vida,* pàg. 133-143. Madrid: Librería Deportiva Esteban Sanz.

Paraules clau
temps lliure, joves universitaris, interès, activitat físicoesportiva

L'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva de temps lliure de l'alumnat de la Universitat d'Almeria. Un estudi longitudinal

Francisco Ruiz Juan
Professor Asociat de la Universitat d'Almería
Facultat d'Humanitats i Ciències de l'Educació.

Ma. Elena García Montes
Professora de la Universitat de Granada
Facultat de Ciències de la Actividad Física y del Deporte

Antonia Irene Hernández Rodríguez
Professora Associada a la Universitat d'Almería
Facultat d'Humanitats i Ciències de l'Educació

Abstract

To know the interest shown towards the practice of physical sporting activity by analysing the evolution it has produced, over a period of two academic courses, in the students of Almeria University, is one of the objects of this research.
On the other hand, we try to evaluate the repercussion it has had, both in the interest in the practice of physical sporting activity in free time, and in the P.E. received as an obligatory subject in school and the attitude of the parents with respect to this type of practices.
the population consists of university students from Almeria. The sample of the first cycle (96-97 course) is 1376 students and the second cycle (course 98-99) is 878. The possible degree of error is 3% and a reliance level of 95.5%.
The collection of data was carried out by quantitative methodology through public opinion polls (self administered questionnaire with massive application –through classrooms- and presence of tester).
The analysis of the data by quantitative techniques with the computer programme SPSS/PC+ (V 7.52), allows us to present descriptive results of th different variables, as well as the inferentials.
To all the people subjected to our questionnaire, independently from the active or passive situation (taking part or not in physical sporting activities in free time) we asked a simple question to find out their interest in the practice of physical sporting activity: "With reference to the practice of physical sporting activity in all its forms, that is to say, as a spectacle, game, physical exercise and diversion and independently as to whether you practise physical activity or not, ¿would you say that you are interested very much sufficiently, a little or not at all, in physical and sporting activity?"
The data we get from our study coincides on the whole with data from other similar investigations, which confirm the growing interest in physical sporting activity, and the position it is occupying as one of the ideal forms and with a greater variety of manifestations among leisure activities.
We present also the results of the inferential analysis of the variable interest with reference to the variables of age, sex, civil state, faculties, studies, academic course, academic file, PE received, personal practical experience and parents attitude towards physical sporting practice in spare time.

Resum

Conèixer l'interès mostrat cap a la pràctica de l'activitat físicoesportiva tot analitzant l'evolució que s'ha produït, transcorreguts dos cursos acadèmics, en l'alumnat de la Universitat d'Almeria, és un dels objectius que guia aquesta investigació.

D'altra banda, es pretén valorar la repercussió que ha tingut, sobre l'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva en el temps lliure, tant l'Educació Física rebuda com a assignatura obligatòria I col·legi i a l'institut com l'actitud dels pares/mares respecte d'aquesta mena de pràctiques.

La població està formada per l'alumnat universitari d'Almeria de primer i segon cicle. La mostra de primer cicle (curs 96/97) és de 1.376, a segon cicle (curs 98/99) és de 878. L'error mostral assumit és del ±3% i un nivell de confiança del 95,5%.

La recollida de dades s'ha realitzat amb metodologia quantitativa mitjançant enquestes (qüestionari autoadministrat amb aplicació massiva –per aules– i presència d'aplicador).

L'anàlisi de dades, mitjançant tècniques quantitatives, amb el programa informàtic SPSS/PC + (V 7,52), ens permet de presentar resultats descriptius de les diferents variables plantejades, i també inferencials.

A totes les persones objecte de la nostra investigació, prescindint de la seva situació activa o passiva (realització o no d'activitats físicoesportives en el temps de lleure) se'ls planteja una pregunta simple per determinar el seu interès sobre la pràctica d'activitat físicoesportiva: "*Amb relació a la pràctica de l'activitat físicoesportiva i considerant-la en totes les seves formes, és a dir, com a espectacle, joc, exercici físic i diversió, i independentment que practiquis o no activitat física, diries que t'interesses molt, força, poc o gens, per l'activitat física i esportiva?*".

Les dades que es desprenen del nostre estudi coincideixen, en gran mesura, amb les aportades per altres investigacions similars, que confirmen el creixent interès per la pràctica físicoesportiva, i el lloc que aquesta va ocupant, com a una de les formes ideals, i amb més diversitat de manifestacions, entre les activitats de lleure.

Es presenten també els resultats de l'anàlisi inferencial de la variable interès en relació amb les variables d'edat, sexe, estat civil, facultats, estudis, curs acadèmic, expedient acadèmic, Educació Física rebuda, experiència pràctica personal i actitud dels pares envers la pràctica físicoesportiva de temps lliure.

Aspectes preliminars

Conèixer l'interès mostrat cap a la pràctica de l'activitat físicoesportiva, tot analitzant l'evolució que s'ha produït, transcorreguts dos cursos acadèmics, en l'alumnat de la Universitat d'Almeria, és un dels objectius que guia aquesta investigació.

D'altra banda, es pretén valorar la repercussió que ha tingut, sobre l'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva en el temps lliure, tant l'Educació Física rebuda com a assignatura obligatòria a col·legi i a l'institut, com la influència que té o ha tingut l'actitud dels pares/mares respecte d'aquesta mena de pràctiques.

La població considerada en aquesta investigació està formada per l'alumnat universitari d'Almeria de primer i segon cicle. Les dades de l'alumnat de primer cicle corresponen a les del curs 96/97 (Hernández, 1999), i la formen 8.350 subjectes, dels quals 3.785 són barons i 4.565 dones. D'altra banda, segons les dades que ens han aportat els Serveis Centrals de la Universitat d'Almeria l'abril de 1999, la població de segon cicle d'aquesta Universitat, durant el curs 98/99, està formada per 3.440 subjectes, dels quals 1.401 són barons i 2.039 dones.

La magnitud de la població fa inviable sondejar l'opinió de cadascun dels integrants. Per aquest motiu, s'ha recorregut a l'aplicació de tècniques de mostreig que, després de la seva adequada execució, ens permeten generalitzar al total de la població la informació oferta per un nombre reduït dels seus components (mostra).

La mostra de l'alumnat de primer cicle de la Universitat d'Almeria, durant el curs 96/97, és de 1.376 (Hernández, 1999). D'altra banda, per al curs acadèmic 98/99, en segon cicle de la Universitat d'Almeria, es considera que la mostra representativa és de 878. En tots dos casos, suposarà una validesa dels resultats d'un marge d'error mostral del ± 3% i un nivell de confiança del 95,5%.

Un cop determinada la grandària mostral es va procedir a efectuar l'afixació proporcional. En primer lloc, es va realitzar per facultats, en una segona etapa pels diferents estudis de cada Facultat. Tot seguit, es va realitzar l'afixació proporcional, tenint en compte els cursos dels diferents estudis en què es trobava matriculat l'alumnat. I, finalment, es va efectuar segons el sexe dels alumnes.

La recollida de dades s'ha realitzat amb metodologia quantitativa, mitjançant enquestes (qüestionari autoadministrat, amb aplicació massiva –per aules– i presència d'aplicador).

Les tècniques quantitatives d'anàlisi de dades, es realitzen mitjançant el programa informàtic SPSS/PC + (V 7,52), i presenten anàlisis descriptives de les diferents variables plantejades, i també anàlisis inferencials.

Es pretén d'aprofundir sobre la posició subjectiva dels dos grups de població objecte d'estudi d'aquesta investigació, en relació a la pràctica d'activitat físicoesportiva en general.

Independentment de la situació activa o passiva (realització o no d'activitats físicoesportives en el temps lliure) dels diferents components de les dues poblacions objecte d'estudi, vam considerar important d'obtenir les respostes de tots ells, per poder així determinar fins a quin punt hi incideix l'experiència pròpia, la imatge social o d'altres factors.

Com que som conscients que els diferents conceptes sobre un mateix terme poden variar considerablement –segons les vivències, les necessitats, les expectatives, etc.–, d'unes persones a unes altres, es va especificar que ens referíem a un plantejament global, i que hi incloíem les diferents facetes de *joc, espectacle, exercici físic, salut i diversió*.

Cal especificar que, per a l'anàlisi estadística de l'ítem d'interès per la pràctica físicoesportiva, s'utilitzaran dos plantejaments; l'un, partint de les quatre categories de respostes que aquest ítem presenta en el qüestionari: gens, poc, força i molt, i l'altre, en què s'han tornat a codificar les categories esmentades, tot generant dos nous nivells de la variable, de la qual cosa en resulta el que anomenarem interès alt –englobant força i molt– i interès baix –on es trobarien les persones que diuen que tenen poc interès o gens d'interès–. Per necessitats de l'anàlisi poden existir referències a

un nivell mitjà d'interès, amb què ens estaríem referint als qui se situen entre poc interès i força interès.

Interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva de l'alumnat de la Universitat d'Almeria

Gairebé tres quartes parts de l'alumnat de primer cicle de la UALM (71,5%) opinen tenir un interès alt pel tema de la pràctica de l'activitat físicoesportiva en general (el 40,9% força i el 30,5% molt). Solament el 28,5% se situa en l'interès baix (1,6% gens i 26,9% poc). Pel que fa als alumnes de segon cicle, observem que l'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva continua essent alt, encara que disminueix en sis unitats percentuals (65,5%). Per tant, podem dir que l'alumnat de la Universitat d'Almeria pren una posició envers l'interès alt (figura 1).

Aquestes dades coincideixen, en bona mesura, amb els aportats per altres investigacions similars, que reforcen el que hem exposat anteriorment sobre el creixent interès per la pràctica físicoesportiva, i el lloc que aquesta va ocupant, com a una de les formes ideals i amb més diversitat de manifestacions, entre les activitats de lleure.

García Ferrando (1990 i 1993) indica que gran part de la població estudiantil (74%) s'interessa per l'esport i afirma que la joventut amb estudis universitaris presenta els majors índexs d'interès per la pràctica d'activitats físicoesportives, coincidint amb l'estudi realitzat per García Montes (1997) a la província de Granada, en el qual es confirma l'alta correlació dels nivells superiors d'estudis amb l'interès alt.

D'altra banda, Corcuera i Villate (1992) manifesten que en el grup d'edat dels 12 als 20 anys apareix una actitud positiva davant la pràctica esportiva (77%). García Ferrando (1997) afirma que el 73% dels joves que tenen de 16 a 24 anys són els que més interès mostren per la pràctica esportiva.

Un altre estudi que corrobora aquestes dades és el realitzat per Romero, Martínez, Pacheco, Sanchís i Rey (1994), al municipi de Sevilla, on el grup d'edat dels 15 als 29 anys és el que més interessat està per la pràctica esportiva.

L'interès de l'alumnat universitari d'Almeria vers la pràctica de l'activitat físicoesportiva en relació amb les característiques sociodemogràfiques i de vida acadèmica

De l'anàlisi inferencial entre la variable interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva i les diferents variables sociodemogràfiques (edat, sexe i estat civil) i variables acadèmiques (torns de classe, facultats, estudis, cursos i expedient acadèmic) es desprenen els resultats següents.

Interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva en els grups d'edat

Gairebé tres quartes parts de la població de primer cicle afirmen tenir un interès alt per la pràctica de l'activitat física en general (71,5% –i no existeixen diferències estadístiques significatives, sota aquesta agrupació de nivells de la variable, entre tots dos grups d'edat); els percentatges més grans se situen, en tots dos grups d'edat, en la categoria de força interès, i és superior entre els més joves (43,8%) que no pas entre els més grans de 21 anys (37,5%). Tanmateix, podem observar que l'interès alt per la pràctica de l'activitat físicoesportiva, entre els de segon cicle, és superior, en gairebé tretze unitats percentuals, al del grup d'edat de més de vint-i-un anys (67,1%) que no pas en els que tenen una edat compresa entre els divuit i vint anys (54,7%); hi ha, doncs, una diferència de disset punts amb el mateix grup d'edat, a favor dels alumnes de primer cicle (figura 2).

Interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva segons el sexe

El sexe es mostra com una variable que genera considerables diferències respecte de l'interès per la pràctica d'activitats físicoesportives. A tots dos grups de població podem observar que els barons mostren un interès alt per la pràctica de l'activitat físicoesportiva superior al de les dones. Així, es pot copsar que baixa en setze unitats percentuals en referir-nos a les alumnes de primer cicle i davalla fins a vint-i-una unitats percentuals entre les de segon cicle. Prenent en consideració les dones, es troba una diferència de quasi vuit punts, i aquesta diferència és més alta entre les de primer cicle (64,2%) que no pas entre les de segon cicle (56,8%). D'acord amb tot el que acabem d'exposar, podríem dir que les dones de segon cicle són el col·lectiu que mostra un interès més baix per la pràctica de l'activitat físicoesportiva (43,2%) (figura 2).

L'estudi realitzat per García Ferrando (1997) és corroborat per aquestes dades, atès que els barons mostren un percentatge més gran d'interès (73%) que no pas les dones (53%).

Interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva segons l'estat civil

Resta evidenciat que els solters mostren més interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva que no pas els que es troben en un altre estat civil, encara que els solters de primer cicle superen en més de cinc punts els de segon cicle (72% i 66,1% respectivament) (figura 2).

Interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva segons la facultat

En relació amb les diferents facultats, l'interès de l'alumnat vers la pràctica físicoesportiva és alt a totes en general, excepte a la Facultat de Dret (en primer cicle), on l'alumnat (83,7%) se situa més vers un interès mitjà (35,5% poc i 48,2% força), i l'Escola Politècnica Superior (en segon cicle) on solament el 13,6% diu tenir molt d'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva; la resta es troba en valors pròxims al total de la població (figura 3).

Igualment, podem apreciar que, en primer cicle, la facultat que en més proporció manifesta un interès alt, és l'Escola Politècnica Superior (78,4%), seguida de l'Escola d'Infermeria (78,3%), de la Facultat d'Humanitats i Ciències de l'Educació (73,2%), de la Facultat de Ciències Experimentals (73,1%), de la Facultat de Ciències Empresarials (68,8%) i de la Facultat de Dret (60,4%). En el col·lectiu de l'alumnat de segon cicle, la Facultat de Cièn-

cies Experimentals (75%) figura al capdavant de les que mostren un interès alt per la pràctica de l'activitat físicoesportiva; a continuació es troben la Facultat de Ciències Empresarials (69,8%), l'Escola Politècnica Superior (65,9%), la Facultat de Dret (62,6%) i la Facultat d'Humanitats i Ciències de l'Educació (60,6%) (figura 3).

Cal destacar que l'Escola d'Infermeria, a primer cicle, i la Facultat de Ciències Experimentals, en segon cicle, no presenten cap percentatge en la categoria de gens d'interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva. Al contrari, la Facultat de Ciències Experimentals (5,9%), en primer cicle, i l'Escola Politècnica Superior (9,1%), en segon, són les que presenten un percentatge més gran en aquesta categoria (figura 3).

Interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva segons els diferents estudis

Analitzant els diferents estudis, podem observar que la majoria de l'alumnat es defineix amb un **interès alt** vers la pràctica físicoesportiva, en alguns casos vers un **interès mitjà**, i la part més petita, vers un **interès baix**.

En l'alumnat de primer cicle de la UALM, entre aquells que mostren majoritàriament un **interès alt**, trobem un nombrós grup, que supera el 75%, i on se situen, en primer lloc, els de la Diplomatura de Mestre en Educació Física (96,3%), seguits dels de la Llicenciatura de Ciències Ambientals (87,9%), dels de la Diplomatura d'Informàtica i de l'Enginyeria Tècnica de Sistemes (84,6%), de l'Enginyeria Tècnica de Gestió (82,4%), de la Diplomatura d'Infermeria (78,3%), de la Llicenciatura de Direcció i Administració d'Empreses (78%), de l'Enginyeria Tècnica Jardineria (77,5%) i de l'Enginyeria Tècnica Rural (76,9%). En aquest mateix grup, però entre els alumnes de segon cicle de la Universitat d'Almeria, ens trobem en primer lloc la Llicenciatura de Ciències Ambientals (80%), a continuació la de Matemàtiques (75%), la d'Administració i Gestió d'Empreses (74,6%) i la de Filologia Anglesa (70%).

Entre els que hem catalogat de grau **mitjà d'interès**, del primer cicle, trobem la Llicenciatura de Psicologia (77,2%), la Llicenciatura de Matemàtiques (76,5%), la Diplomatura de Magisteri d'Educació Infantil (72,4%), la Llicenciatura d'Humanitats (71,5%) i la Diplomatura de Magisteri en Educació Primària (70,6%). Pel que fa al segon cicle, apareix en primer lloc la Llicenciatura de Psicopedagogia (84%), seguida de l'Enginyeria Agrònoma (77,3%), de la Llicenciatura de Química (75%) i de la Llicenciatura de Matemàtiques (69,6%).

Tendeixen vers un **interès baix**, entre l'alumnat de primer cicle, la Diplomatura de Magisteris de Llengua Estrangera

Figura 1.
Interès per la pràctica d'activitats físicoesportives de l'alumnat de primer i segon cicle de la Universitat d'Almeria.

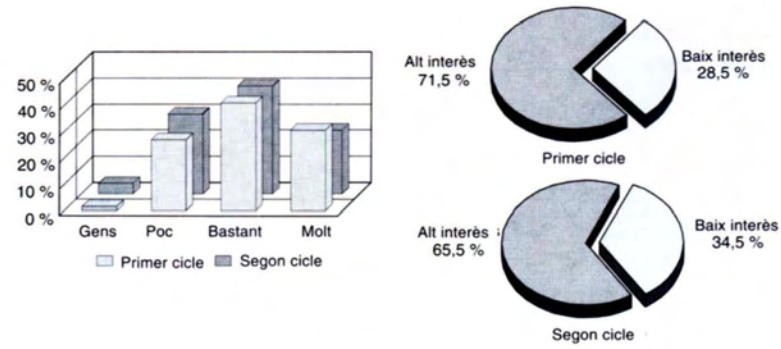


Figura 2.
Interès per la pràctica d'activitats físicoesportives de l'alumnat de primer i segon cicle de la Universitat d'Almeria segons l'edat, el sexe i l'estat civil.

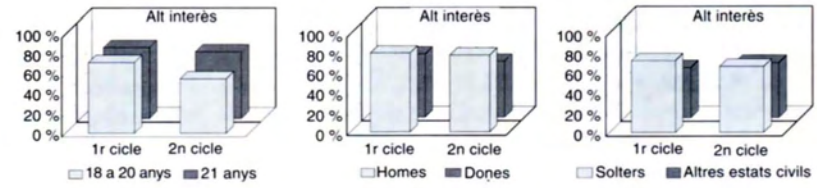


Figura 3.
Interès per la pràctica d'activitats físicoesportives de l'alumnat de primer i segon cicle de la Universitat d'Almeria segons les facultats i/o escoles.

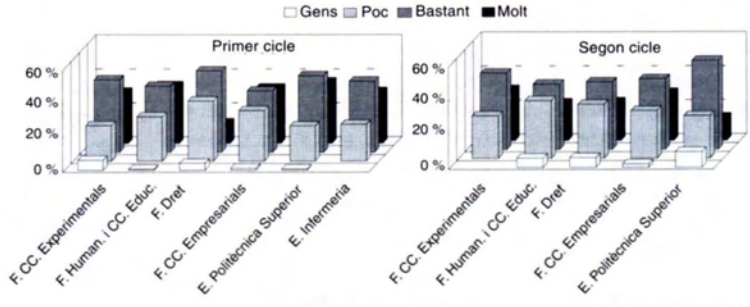
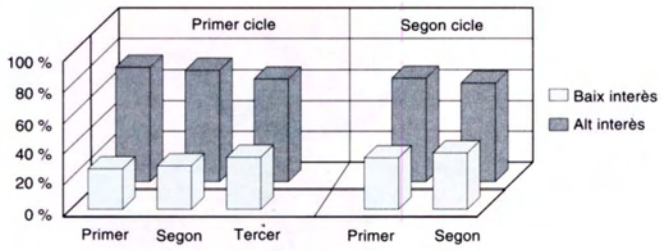


Figura 4.
Interès per la pràctica d'activitats físicoesportives de l'alumnat de primer i segon cicle de la Universitat d'Almeria segons cicle i curs.



(42,3%), la Llicenciatura de Dret (41,7%), la Diplomatura d'Empresarials (37,1%) i la Llicenciatura d'Hispàniques (36,4%). Entre els alumnes de segon cicle de la UALM, trobem, en primer lloc, la Llicenciatura de Psicologia (43%), seguida de la Llicenciatura de Filologia Hispànica (41,5%), la Llicenciatura d'Humanitats (39,7%) i la Llicenciatura de Dret (37,6%).

Interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva segons el curs acadèmic

Malgrat no trobar diferències significatives entre l'interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva i el curs, sí que podem observar, tant a primer com a segon cicle, que els alumnes dels últims cursos es posicionen en un interès inferior per la pràctica d'activitat físicoesportiva que no pas els dels primers cursos (66,8% en tercer curs fins al 74,2% a primer del primer cicle i 64,1% en segon curs enfront del 67,3% en primer de segon cicle) (figura 4).

Interès per la pràctica físicoesportiva segons l'expedient acadèmic

La nota mitjana de l'expedient acadèmic és una variable en què existeixen diferències significatives; s'observa que són els alumnes de primer cicle suspesos els qui mostren un interès més baix vers la pràctica d'activitat físicoesportiva (més de vint unitats percentuals respecte dels de segon); tanmateix, en l'alumnat de segon no existeixen diferències significatives, és a dir, després de dos anys, aquestes diferències, tan grans, arriben a uniformar-se.

L'interès de l'alumnat universitari d'Almeria vers l'activitat físicoesportiva en relació amb l'experiència personal

Un dels factors que poden incidir en els diferents graus d'interès per la pràctica físicoesportiva en general, és l'Educació Física rebuda en els diversos cicles formatius i la valoració que cadascun faci de l'assignatura esmentada, segons la seva pròpia experiència personal.

Tenint en compte que la mitjana d'edat de la població objectiu d'estudi es troba entre 18 i 30 anys (99,6% de l'alumnat de primer cicle i 96,5 de l'alumnat del segon cicle) i el temps que porta implantada l'Educació Física i Esportiva en el sistema educatiu, com a assignatura obligatòria, resulta lògic que gairebé la totalitat de l'alumnat de primer i de segon cicle de la Universitat d'Almeria hagi rebut Educació Física.

A tot l'alumnat de primer i segon cicle que havien rebut, en alguna de les etapes formatives, l'assignatura d'Educació Física, se'ls va demanar que en fessin la valoració, d'acord amb la seva experiència pròpia, en relació amb els factors següents: aspecte lúdic, utilitat per a la pràctica futura, aprofitament del temps a les sessions, recolzament de l'interès vers la pràctica per part del professorat i importància de l'assignatura en el centre escolar.

L'anàlisi detallada, en l'alumnat de primer cicle de la UALM, de les valoracions realitzades per a cada un dels factors, ens mostra, d'una banda, una Educació Física on el factor lúdic és el més important (83,6%) i s'aprofita bé el temps de les sessions (74,5%); se situa a distància el paper exercit pels professors per encoratjar l'interès de l'alumnat per la pràctica (55,1%); d'altra banda, vam trobar una distribució molt equilibrada entre els fets positius i els negatius en relació amb la utilitat dels continguts per ser aplicats en un futur (51,4% positius enfront d'un 48,6 negatius) i, finalment, el factor menys positivament valorat és el de la importància donada a l'assignatura pel centre escolar (44,3%) (figura 5).

D'altra banda, pel que fa a l'alumnat de segon cicle, ens vam trobar una situació similar a l'anterior, però amb uns percentatges que són considerablement inferiors. La valoració positiva que es fa de les classes d'Educació Física se circumscriu, exclusivament, a l'aspecte lúdic (77%) i a l'aprofitament del temps (54,4%). Al contrari, en l'aspecte negatiu, ens vam trobar amb el paper exercit pels professors per encoratjar l'interès de l'alumnat per la pràctica (69,2%), la importància donada a l'assignatura pel centre escolar (61,8%) i la utilitat dels continguts per ser aplicats en un futur (58,9%). (Figura 5).

L'anàlisi inferencial entre la variable de l'interès mostrat per la pràctica físicoesportiva i la de valoració de l'Educació Física rebuda en les diferents etapes formatives, es presenta estadísticament significativa per a cada un dels factors tractats, excepte per al de la importància que se li donava a l'assignatura al centre escolar, tant en primer cicle com en segon cicle de la UALM.

D'aquesta manera, tant en l'alumnat de primer cicle com en el de segon cicle de la UALM, es troba que els que diuen haver tingut unes experiències positives (valoració realitzada de l'Educació Física rebuda) es posicionen amb graus més alts d'interès per la pràctica de l'activitat físicoesportiva (amb diferències entre les vint i les trenta unitats percentuals de mitjana). Cal destacar que, entre l'alumnat de primer i de segon cicle, existeixen al voltant de les quatre unitats percentuals de diferència a favor dels de primer cicle (figura 6).

L'interès cap a una activitat concreta, normalment es troba influït per les experiències viscudes, tal com s'ha pogut comprovar en l'anàlisi de les variables anteriors, d'Educació Física rebuda i valoració que se'n fa, i també per la percepció i el coneixement sobre el tema tractat, bé per comportaments propis o per la relació amb persones coneixedores i amants d'aquesta.

Així, els resultats obtinguts a partir de l'estudi inferencial, amb la variable de la pràctica d'activitat físicoesportiva extradocentment

i/o extralaboralment, ofereixen diferències significatives i presenten, els qui diuen que no han practicat mai, com els que tenen un interès més baix, tant per a l'alumnat de primer cicle com de segon, i gairebé no existeixen diferències entre tots dos col·lectius (73,2% i 72,8% respectivament) (figura 7).

Igualment, s'observa que els percentatges més grans d'interès alt es donen entre els qui realitzen pràctica d'activitat físicoesportiva en l'actualitat; el nombre és superior entre els alumnes de primer cicle que no pas en els de segon (91,4% i 79,3% respectivament). L'interès per la pràctica físicoesportiva decreix entre els que abans practicaven i ara no, que arriben a assolir el 62,9% entre els de primer cicle i el 52,9% entre els que han abandonat en segon cicle (figura 7).

A aquells que realitzen o han realitzat pràctica físicoesportiva, se'ls va preguntar sobre l'actitud que els seus pares havien tingut, al llarg de la seva vida, en relació amb les pràctiques físicoesportives realitzades per ells fora de l'horari docent. Entre els qui diuen que els seus pares s'han mostrat indiferents no existeixen diferències entre els alumnes de primer i de segon cicle (43,5%); aquesta és l'opció més triada per la població. A continuació figura l'opció d'aquells que han estat incentivats, que ofereix un percentatge superior entre els alumnes de segon cicle que no pas entre els de primer cicle (40,7% i 34%, respectivament). Els impediments per a la pràctica d'activitats físiques és l'opció manifestada pel 6,9% de l'alumnat de primer cicle i pel 5,1% de segon cicle. La imposició de les activitats físiques realitzades en temps lliure per part dels pares, figura com a última opció, en tots dos col·lectius, i oscil·la entorn de l'u per cent (figura 8).

De la mateixa manera que amb les variables anteriors, l'actitud dels pares vers les seves activitats físicoesportives extradocents sembla influir en l'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva. Així, podem observar importants percentatges d'interès alt entre els que reconeixen haver estat incentivats pels seus pares; existeix una diferència d'onze unitats percentuals més entre els de primer cicle (91,1%) que entre els de segon cicle (80,1%).

Figura 5.
Valoració de les classes d'Educació Física rebudes per l'alumnat de primer i segon cicle de la Universitat d'Almeria.

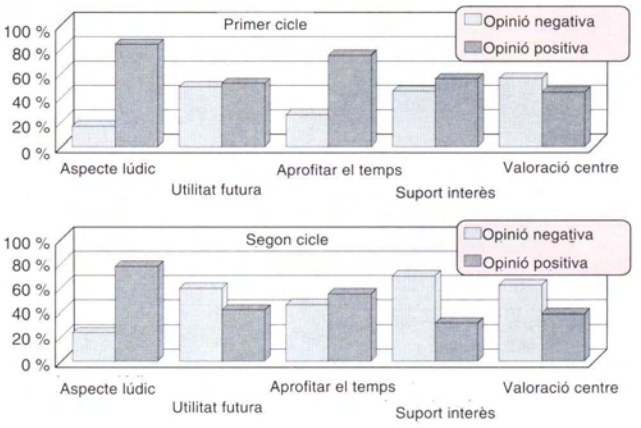


Figura 6.
Interès, de l'alumnat de primer i segon cicle de la UALM, per la pràctica físicoesportiva en general, en relació amb la valoració positiva de l'Educació física rebuda.

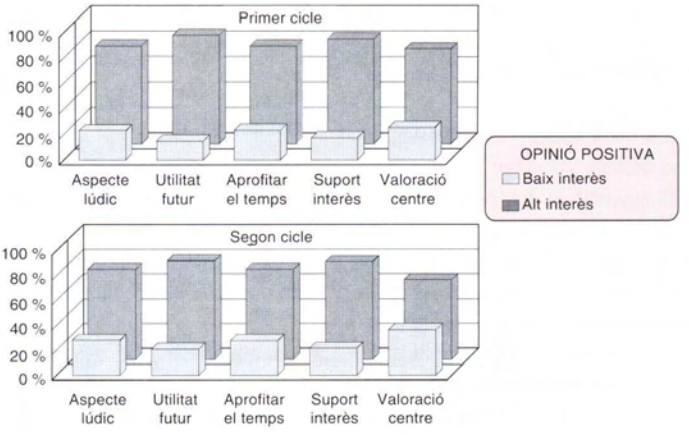


Figura 7.
Interès, de l'alumnat de primer i segon cicle de la UALM, per la pràctica físicoesportiva en general, en relació amb el tipus de practicant.

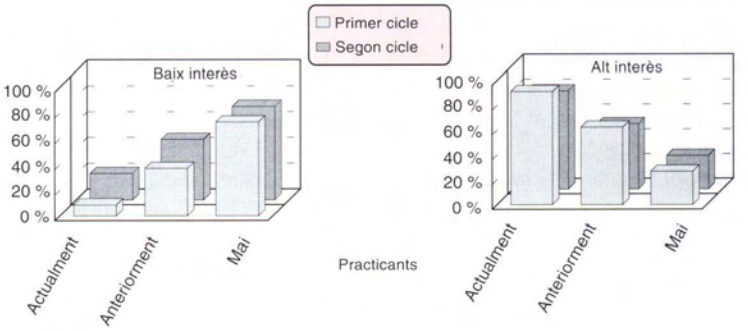
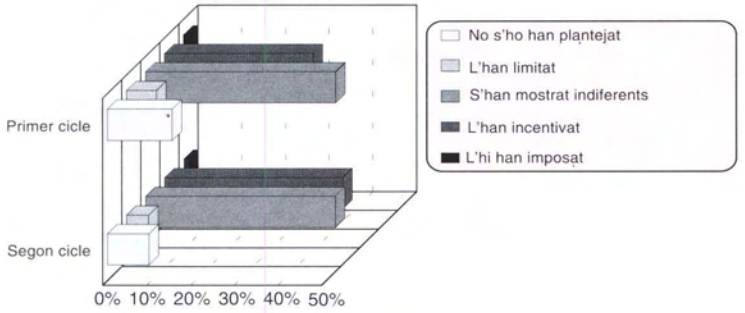


Figura 8.
Actitud dels pares vers la pràctica físicoesportiva realitzada fora de l'horari docent per l'alumnat de primer i segon cicle de la UALM.



D'altra banda, s'observen un seguit de resultats que semblen contradictoris. Entre d'altres, destaca que els més grans percentatges d'interès alt, per a l'alumnat de cada un dels dos cicles, es troba entre els que afirmen haver-los estat imposada la pràctica de l'activitat física per part dels seus pares, en primer cicle (91,7%) i entre els que diuen que els ha estat limitada o privada, en segon cicle (83,8%).

La influència que exerceix l'experiència personal (grau de satisfacció per l'Educació Física rebuda, les actituds dels pares davant la pràctica físicoesportiva de temps lliure i les experiències pràctiques personals) sobre l'interès mostrat pels subjectes vers la pràctica físicoesportiva en general, ja mostrava resultats estadísticament significatius a l'estudi sobre les dones granadines realitzat per García Montes (1997), i també en el que va realitzar Hernández (1999), on s'estableix la relació existent entre les experiències prèvies del subjecte i l'interès que mostra, i ens indica que "*resulta altament significativa per a l'alumnat, en el qual s'observa una progressió cap a l'interès alt des del 22% dels qui/de les qui mai no han rebut educació física, fins al 71% dels qui/de les qui l'han rebuda en totes dues etapes educatives*". Igualment, es "*presenta els qui diuen que no han practicat mai com a aquells que tenen un interès més baix, tant per al total dels membres de la comunitat universitària d'Almeria, com per a cada un dels col·lectius del personal universitari i de l'alumnat*"; els percentatges esmentats oscil·len des del 26%, passen al 63% –els que han abandonat–, al 84% –els que diuen realitzar una modalitat– fins al 96% dels qui afirmen practicar-ne diverses.

Conclusions

De l'anàlisi efectuada sobre l'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva realitzada en el temps lliure de l'alumnat d'Almeria, objecte d'aquesta investigació, podem extreure les conclusions següents:

- Els alumnes universitaris d'Almeria es posicionen a favor de tenir un interès alt per la pràctica d'activitat físicoesportiva.
- En la població universitària s'aprecia que, transcorreguts dos anys, decreix l'interès per la pràctica d'activitats físicoesportives com a conseqüència de l'aparició d'altres interessos nous.
- Els alumnes de segon cicle més grans de vint-i-un anys mostren més interès cap a la pràctica d'activitats físicoesportives que no pas els menors de vint anys.
- Els barons manifesten més interès vers la pràctica d'activitats físicoesportives que no pas les dones, i aquesta diferència s'incrementa amb l'edat.
- Els alumnes universitaris d'Almeria que són solters tenen més interès vers la pràctica d'activitats físicoesportives que els qui no ho són.
- Els alumnes de primer cicle són els que mostren un interès més baix vers la pràctica d'activitat físicoesportiva.
- La valoració positiva de l'Educació Física rebuda com a assignatura, l'actitud, igualment positiva, dels pares respecte de les activitats físicoesportives realitzades pels seus fills en el temps lliure, incideixen favorablement en les opinions expressades sobre l'interès vers aquesta forma d'ocupació del lleure.

Bibliografia

Corcuera, E. i Villate, R. (1992), *Actitudes ante el deporte en Vitoria-Gasteiz. Estudio cualitativo*. Vitoria-Gasteiz: Neurriak.

García Ferrando, M. (1990), *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza Editorial.

– (1993), "Tendencias de las prácticas físico-deportivas del alumnado universitario". A *Servei d´Activitat Física de la Universitat Autònoma de Barcelona*. (Ed.) III Jornades de Activitat Física i Universitat, pàg. 21-38. Barcelona: Servei d'Activitat Física de la Universitat Autònoma de Barcelona.

– (1997), *Los españoles y el deporte, 1980-1995 (Un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores)*. Madrid i València: Consell Superior d'Esports i Tirant lo Blanch.

García Montes, M. E. (1997), *Actitudes y Comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre*. Tesis Doctoral. Granada: Departament de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològic. Universitat de Granada.

Hernández, I. (1999), *Análisis de la demanda de la comunidad universitaria almeriense en actividades físico-deportivas. Estudio de adecuación de la oferta*. Tesis Doctoral. Granada: Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de Granada.

Romero, Martínez, Pacheco, Sanchís, Antequera i Rey (1994), *La Actividad físico-deportiva en Sevilla*. Sevilla: Ajuntament de Sevilla. Institut Municipal d'Esports.

Fòrum J. M. Cagigal

Imatges del cos humà

Conrad Vilanou
Universitat de Barcelona

No hi ha dubte que una de les aportacions historiogràfiques més recents ha estat la recuperació del cos, cosa lògica ja que va ser un dels temes inclosos per Jacques Le Goff i Pierre Nora al llibre *Hacer la història*. Al costat d'un seguit de nous problemes i enfocaments, aquella obra –que data de començament de la dècada dels anys setanta– oferia propostes a manera de presentació de nous àmbits d'estudi. Aquesta situació va afavorir la proliferació d'obres individuals i col·lectives que tenien per objecte l'estudi històric de la imatge del cos humà, referides especialment al període que va de l'Edat Mitjana fins a la modernitat.

De fet, feia temps que el descobriment de l'inconscient havia minat la confiança en els valors assertius de la paraula, i això va situar el cos al centre dels discursos. En aquella mateixa obra, Jacques Revel i Jean-Pierre Peter van destacar la manca de memòria del cos, essent –com ho és– el lloc del desig, perquè, en darrer terme, tota paraula és desig, tota paraula ve del cos, per més que "tota paraula ordenada, reflexionada, institucionalitzada, s'utilitza a negar el cos".[1]

Des d'una perspectiva històrica, és obvi que els imaginaris corporals han quedat sotmesos a un univers d'ordre, tant sota el pes del rigorisme moral com sota la mirada d'una asèptica objectivitat científica. "L'autocontrol físic ha casat perfectament amb el desig de controlar els cossos dels altres per aconseguir un millor ordre social i religiosomoral".[2] Les diferents formes de coerció física que tant predicament han tingut tradicionalment en l'educació han estat repetidament oblidades: "una història de l'educació que se centri amb exclusivitat en l'aconseguiment d'aptituds com la de la lectura i l'escriptura oblidarà una de les principals funcions de les escoles pobres, de caritat o elementals en el passat: la imposició, l'obediència física o l'educació com a procés per doblegar els nens".[3]

El cos s'ha adaptat, doncs, als usos, als costums, als vaivens de la història. Es pot dir que el cos és l'hoste silenciós dels signes de la cultura, per la qual cosa posseeix un alfabet que és possible conèixer i descodificar. Conseqüentment, l'imaginari del cos ha passat per diverses transformacions i es troba sotmès, actualment, a la lògica consumista. Amb tot i això, ens hem oblidat del cos, de la seva memòria, o igualment, de les seves evolucions i de la seva presència en el procés històric, circumstància xocant quan observem que el cos és la materialitat més contundent i, alhora, la realitat més immediata de la nostra entitat psicofísica. A vegades, fa l'efecte que hom ha actuat una mica pejorativament, tot negant a la realitat corporal el seu corresponent lloc a la història.

Situació paradoxal la que s'ha generat ja que, encara que el cos és un producte social, se'n constata l'absència en els discursos que, per contra, han destacat, des de temps reculats, els valors ideològics. L'eliminació dels "llocs de la memòria" (i el cos és un d'aquests *tópos*) deixa les societats desprotegides i incapaces de renovar la seva vida cultural. Malgrat tot, les crides del cos són reclams que es van començar a sentir cap a final del segle XIX. Ja Nietzsche va denigrar, al *Zaratustra*, els menyspreadors del cos. En qualsevol cas, els plantejaments de l'escola dels *Annals* i de la història de les mentalitats, sense oblidar les aportacions de l'an-

1. Le Goff, J. i Nora, P., *Hacer la historia*. III. Objectes nous. Barcelona: Editorial Laia, 1980, pàg. 179.
2. Porter, R., "Historia del cuerpo", a *Formas de hacer Historia*. Madrid: Alianza Editorial, 1993, pàg. 272.
3. Ibidem, pàg. 275.

tropologia, han potenciat el ressorgir de la història del cos. Tant ha estat així, que allò que és corporal ocupa, finalment, un lloc privilegiat en les diferents maneres de fer història, i es plantegen també línies de treball –com les que va formular Roy Porter en el seu moment– sobre aquest particular.

La construcció social del cos

Si, durant anys, la investigació històrica s'ha caracteritzat pel silenci del cos, és evident que en els últims temps la seva tematització ha generat una important bibliografia que aborda la qüestió des de diverses perspectives.[4] Gràcies a aquest procés, el cos humà ha deixat de ser objecte exclusiu de la biologia per ser considerat també una construcció social i cultural. D'altra banda, la història de les dones ha permès assentar els principis teòrics que inspiren les modernes investigacions sobre el cos que, per norma, s'ha construït sota la mirada masculina en un imaginari social que ha pres –com s'esdevé en el quadre de Munch *La dansa de la vida*– diferents formes, a saber, la dona blanca (associada a la virginitat), la dona vermella (vinculada a la imatge de desig masculí) i, finalment, la dona negra (reflex d'una tardor menopàusica on acostuma a habitar la histèria).[5] Tot sembla indicar que els treballs sobre la història del cos de les dones han erosionat el mite de l'"etern femení" que ha associat la dona a la imatge de la fecunditat lunar.[6] S'ha passat d'un model únic –segons el qual el cos femení no era més que una còpia defectuosa del masculí– a una concepció diferenciada, és a dir, a una visió del cos de la dona com alguna cosa distinta que s'ha construït històricament.

Paral·lelament a aquest procés, el context postmodern (amb una cultura audiovisual i informatitzada que ha permès el desenvolupament de l'enginyeria genètica) ha obligat a replantejar un seguit de posicions. És evident que sota els palimpsests postmoderns s'amaguen imatges i perfils de concepcions anteriors, algunes d'elles inequívocament modernes i vinculades al discórrer històric de les revolucions cientificotecnològiques. El cos ha estat presentat durant la modernitat a manera de màquina i motor, analogies que avui –per les mateixes característiques de la cultura postindustrial– evolucionen i es configuren mitjançant *altres* imatges i llenguatges que insisteixen, actualment, en dos aspectes que apareixen enllaçats: la serialitat (repetició que, amb les tècniques de clonació, va més enllà de la simple hipòtesi) i la representació del cos afavorida pel desenvolupament massiu dels mitjans audiovisuals, circumstància que provoca la desaparició de l'aura que embolcallava els cossos humans.[7]

Walter Benjamin –amb la seva categoria estètica de l'*aura*– va deixar constància de la nostàlgia per aquells moments de la història de la humanitat en els quals la memòria de l'home encara no havia estat desvalisada. Els cossos seriats (fotografiats o filmats) queden mancats de la seva *aura*, és a dir, de la singularitat, originalitat i autenticitat que els atorgava antigament una entitat pròpia. Quan el cos cau sota la lògica de la seva reproducció tècnica, la figura humana es despersonalitza, i és substituïda per l'anonimat de la massa. Així es dóna pas a una sèrie de cossos sense atributs que no es poden distingir entre la multitud, procés que va culminar amb els reportatges propagandístics de la cineasta Leni Riefenstahl que van bombardejar, durant el període nacionalsocialista, el món sencer.

Tant se val com fos, el cert és que l'emergència d'una sèrie de novetats bibliogràfiques, d'exposicions artístiques, d'assaigs plàstics, de renovacions en el camp de la dansa, confirmen l'actualitat d'un cos que, durant segles, ha estat considerat com un autèntic tabú. Allò que és corporal sempre ha tingut, des de la irrupció de la filosofia pitagòrica sistematitzada pel platonisme, alguna cosa de demoníac, de corromput i, per tant, de menyspreable. Ja per a Plató el cos era la presó de l'ànima, de manera que la tradició cultural occidental –en assumir bona part de l'herència de la filosofia grega– ha situat el que és corporal en un lloc secundari.

D'aquí ve la importància d'aquestes noves formulacions i experiències que ens proposen –des de perspectives i mirades plurals, com correspon a la sensibilitat postmoderna– assajar nous discursos sobre el cos. Tanmateix, convé subratllar que l'anàlisi desconstructiva ha vist els cossos com a indrets de la manifestació del poder, és a dir, de repressió del desig. D'altra banda, la crítica freudomarxista va fer palès quelcom que Foucault va destacar profusament: l'existència, al llarg de la història, d'un seguit de dispositius disciplinaris (suplici, càstig, repressió, presó) que han actuat sobre el cos humà. "El poder s'ha introduït en el cos, es troba exposat en el cos mateix".[8]

El domini del cos s'ha manifestat en el control de la mobilitat, de la manera de vestir, del pentinat i, també, de la mirada de tots aquells que –com els escolars i els soldats– han estat internats històricament en diverses institucions. Així s'explica la continuïtat dels exercicis gimnàstics que, durant dècades, van uniformitzar el discurs corporal des de l'escola fins a la caserna: els cossos també s'han supeditat als engranatges institucionals. No consti-

4. Entre les obres més recents destaquem: Laín Entralgo, P., *El cuerpo humano. Oriente y Grecia Antigua*. Madrid: Espasa-Calpe, 1987; Ana Buñuel Heras, *La construcción social del cuerpo. Prácticas gimnásticas y nuevos modelos culturales*. Madrid: Editorial de la Universitat Complutense, 1992; Jacques Ulmann, *Corps et civilisations. Éducation physique, médecine, sport*. París: J. Vrin, 1993; Jacques Gleyse, *L'instrumentalisation du corps. Une archéologie de la rationalisation instrumentale du corps, de l'Âge classique à l'époque hypermoderne*. París: L'Hartmann, 1997; Aurelio Pérez Jiménez i Gonzalo Cruz Andreotti (Eds.), *Unidad y pluralidad del cuerpo humano. La anatomía en las culturas mediterráneas*. Madrid: Ediciones Clásicas, 1999; Weiss, G., *Body images*. Nova York /London: Routledge, 1999.
5. Alario Trigueros, M. T., "La imagen: un espejo distorsionador", *Persona, genero y educación*. Salamanca: Amarú Ediciones, 1997, pàg. 87-112.
6. Bolufer Peruga, M., "Cos femení, cos social. Apunts d'historiografia sobre els sabers mèdics i la construcció cultural d'identitats sexuades (segles XVI-XIX)", *Afers*, 33/34, 1999, pàg. 531-550.
7. Benet, V. J. i Nos, E. (Eds.), *Cuerpos en serie*. Castelló de la Plana: Publicacions de la Universitat Jaume I, 1999.
8. Foucault, M., *Microfísica del poder*. Madrid: Ediciones La Piqueta, 1992, pàg. 104.

tueix cap novetat si diem que el cos ha estat silenciat a l'aula escolar, mentre que als esbarjos –i cal recordar que moltes escoles no contemplaven aquesta possibilitat per manca d'instal·lacions apropiades– els cossos es deslliuraven com a reacció a la restricció motriu imposada a l'aula, encara que un cos deslliurat no sigui sempre un cos lliure.[9]

L'evolució de les formes analitzades per Norbert Elias, així com la consolidació de l'ortopèdia a mitjan segle XVIII, són alguns exemples que confirmen l'existència d'un discurs pedagogicomoral preocupat pel correcte creixement i posició del cos, segons un model jerarquitzat que té, en l'arbre que creix rectament, un exemple a seguir i a imitar.[10] En conseqüència, les desviacions anatòmiques van ser considerades com una cosa curiosa i heterodoxa: els sinistres monstres humans (des de fetus prematurs fins a persones amb palmàries deformacions físiques) són, comptat i debatut, testimonis silenciosos d'una fantasmagoria encarnada en uns cossos que, per la seva raresa, seran objecte d'estudi en diferents acadèmies científiques.[11] La norma és clara: també als cossos, de la mateixa manera que a l'art neoclàssic que Winckelmann va rehabilitar en ple segle XVIII, se'ls exigeix ordre i mesura, és a dir, una proporció canònica que implica una estructura equilibrada i un desenvolupament harmònic.

El mite mecànic

Des de l'època grega la passió pels autòmats ha estat una de les grans temptacions de la humanitat. És sabut que Homer i Apol·loni van descriure, cadascun per la seva banda, uns enginys mítics que es movien per ells mateixos i que servien vi i d'altres begudes a les festes. Aristòtil, a la seva *Política*, justifica l'esclavitud davant la manca de màquines automàtiques: "perquè, si cada un dels instruments pogués realitzar per si mateix el seu treball, quan rebés ordres, o en preveure-les, i, com conten de les estàtues de Dèdal o dels trípodes d'Hefest, dels quals diu el poeta que entraven per ells sols a l'assemblea de déus, de la mateixa manera les llançadores teixissin per elles mateixes i els plectres toquessin la cítara, per a res no necessitarien ni els mestres d'obres servents ni els amos esclaus".[12]

Amb l'arribada de la modernitat, va semblar que la vella profecia mecànica podia convertir-se en una realitat immediata. Si l'Antiguitat va concebre la natura com un gran animal, la modernitat –sota l'influx del model mecanicista (cartesià-newtonià)– va considerar que la realitat natural té una estructura comparable a la d'una màquina, atès que els seus moviments són regits per lleis causals. Per tant, la imatge del cos humà es va articular a través de l'analogia entre el cos i la màquina. A més a més, el racionalisme cartesià va consolidar la idea de cos-màquina, i es va generar una nova imatge biomecànica del cos humà, tal com es desprèn del *Tractat de l'home* de Descartes. Gràcies a aquest procés, l'home es desenganxa d'aquell món màgic regit pels astres i els signes del zodíac, que tanta influència va tenir en les visions animistes del Renaixement. Des d'aquell mateix moment (segle XVII), tot pot explicar-se apel·lant als mecanismes dels membres, vísceres i músculs del cos humà, encara que la filosofia cartesiana –que recorre al funcionament mecànic de l'organisme animal per il·lustrar el de l'home– manté el dualisme antropològic entre cos i ànima.[13]

Descartes és un exemple paradigmàtic d'indubtables repercussions per a la superior situació del cos en la cultura occidental: la *màquina* humana cartesiana tracta de despullar-se de qualsevol misteri i obre pas a una nova època de les relacions entre l'home i la natura. Si abans el cos constituïa una cosa estranya i ignota, ara l'explicació científica ho redueix tot a l'estatut d'una simple màquina. Aviat s'assisteix –des de la visió matemàtica que introdueix el paradigma científic modern– a una geometrització de l'espai i dels cossos que l'ocupen. Aquesta matematització de l'espai i del moviment pren forma primer als manuals d'esgrima dels segles XVII i XVIII i, una mica més tard, als tractats gimnàstics del segle XIX.

És sabut que el mateix Descartes, que considerava màquines als animals, va construir una companya artificial, que va anomenar Francine que, pel que sembla, es va perdre al mar per la indignació d'un capità en trobar-la i considerar-la una criatura diabòlica. En qualsevol cas, una vegada rera l'altra, s'ha insistit en l'*error* de Descartes. Quin va ser aquest error? Consumar la definitiva separació entre ment i cos, entre *res cogitans* i *res extensa*, o igualment, suposar que les operacions de la ment estan separades de l'estructura i del funcionament de l'organisme biològic, malgrat que va supeditar –a través de la glàndula pineal– la *res extensa* a la *res cogitans*.[14]

Durant dècades, la cosa psíquica i la biològica, la intel·lectual i la corporal, van anar per camins divergents i separats. Entre la tradició humanisticofilosòfica (Sòcrates) i la medicobiològica (Hipòcrates) es va obrir un abisme quasi insalvable, que solament alguns metges-filòsofs de l'humanisme renaixentista van intentar superar recorrent, en més d'una ocasió, a una filosofia natural, orgànica i global que –contrària als principis de la física newtoniana– ressorgirà amb el model del desenvolupament orgànic de Leibniz i, a la llarga, amb la *naturphilosophie* romàntica, procés que inspirarà sistemes filosoficopedagògics, de caràcter teosòfic, com el

9. Martínez Álvarez, L. i García Monge, A., "Educación física y género. Una mirada al cuerpo en la escuela", *Persona, género y educación*. Salamanca: Amarú Ediciones, 1997, pàg. 31-71.
10. Vigarelo, G., "El adiestramiento del cuerpo desde la edad de la caballeria hasta la urbanidad cortesana", a M. Feher, *Fragmentos para una historia del cuerpo humano*. Madrid: Taurus, 1991, part 1a, pàg. 149-197.
11. Tort, P., *L'ordre et les monstres. Le débat sur l'origine des désviations anatomiques au XVIII siècle*. París: Syllepse, 1998.
12. Aristòtil, *La Política*, llibre primer, capítol IV.
13. Descartes, *El tractado del hombre*. Edició a càrrec de G. Quintás. Madrid: Alianza Editorial, 1990.
14. Damasio, A.R., *El error de Descartes*. Barcelona: Crítica, 1996.

de Rudolf Steiner i la seva metodologia Waldorf.

Per a Leibniz, reduir l'home al model de la màquina equival a limitar-lo unilateralment a la perspectiva externa de la successió dels seus estats sense aprehendre la unitat interna que determina el seu autodesenvolupament. Segons la *Monadologia* leibniziana el cos es presenta com un agregat orgànic de substàncies indivisibles i incorruptibles: "cada cos orgànic d'un ésser viu és una Espècie de Màquina divina o d'Autòmat Natural, que sobrepassa infinitament tots els Autòmats artificials". La diferència entre el natural/orgànic i l'artificial/mecànic és clara perquè "una màquina feta per l'art de l'home no és una Màquina en cada una de les seves parts".[15]

Cal no oblidar tampoc que, justament, el rescat romàntic de la natura va propiciar el desenvolupament de determinades pràctiques físiques, com ara l'excursionisme i el muntanyisme, des de la valoració positiva de la natura que es presenta a pensadors, artistes i esportistes enmig de l'exaltació de les forces tel·lúriques. Giménez Caballero exclama: "L'alpinisme va començar per originar-se d'una elucubració sentimental i pedagògica (Oh, Rousseau!). No es concep un grec anant a buscar la divinitat a l'infinit del Mont Blanc".[16]

Tanmateix, el maquinisme (amb la seva apologia de la disciplina mecànica satiritzada per Charlot a *Temps Moderns*) va deixar la seva empremta en la corporalitat. La revolució tecnocientífica moderna s'aixeca sobre els fonaments d'un món que serà interpretat, seguint la tradició artesana, com si fos una màquina que es reflecteix en la metàfora del rellotge. Déu, a manera de gran enginyer, ha construït el món amb tota perfecció, com si es tractés d'una ajustada maquinària de rellotgeria. Les clàssiques arts liberals cedeixen la seva hegemonia a les arts mecàniques que cobren especial rellevància durant el període que va del Renaixement a la Il·lustració. Els dissenys voladors de Leonardo da Vinci van anunciar l'arribada de l'"animal màquina". Les invencions de Julen Leroy (1686-1759) i Jacques Vaucanson (1709-1782) influeixen sobre Julien de La Mettrie que, amb la seva fisiologia mecànica, consolidarà una mitologia mecànica, de tarannà materialista. No per casualitat, La Mettrie conclou el seu tractat de *L'home màquina* assenyalant que "l'home és una màquina, i que a tot l'univers no existeix més que una sola substància diversament modificada".[17]

Paral·lelament a aquest procés, les instal·lacions d'autòmats que funcionen al ritme de la música floreixen arreu (especialment en mansions burgeses i aristocràtiques), i s'estableix una nova relació entre l'home, la ciència i la natura. La màquina deixa de ser un camuflatge per esdevenir un símbol del domini de l'home sobre la naturalesa, més encara si tenim en compte que el món dels autòmats s'emancipa aviat de l'ambient cortesà en què fins aleshores s'havia mogut.

Així, se'n divulga el coneixement –que serà utilitzat en el segle XIX amb finalitats publicitàries– entre les classes populars: els autòmats passen de ser jocs de la Cort o curiositats de gabinet a representacions teatrals i de carrer. L'autòmat, a més a més d'un giny mecànic, és igualment un objecte estètic i lúdic, i s'apodera, amb el pas del temps, del món de les joguines. Els mecànics plasmen les idees antropològiques que se sostenen en el model de l'home-màquina que funciona automàticament al ritme musical: mitjançant aquest procés, la imatge de l'home-màquina amb el seu fred funcionament, neutralitza l'halo màgic i espiritual que, des de temps reculats, havia acompanyat el cos humà.[18]

Les màquines comencen a ser alguna cosa més que simples eines o distrets passatemps atès incideixen directament en els processos econòmics de producció a gran escala. Però les crítiques no es fan esperar. Marcel Duchamp, amb els seus *ready-made*, s'enfronta a les màquines i és, doncs, un dels primers a denunciar el caràcter ruïnós de la tecnociència. Els únics mecanismes que apassionen Duchamp seran els antimecanismes (els *ready-made*), el funcionament insòlit dels quals els anul·la com a màquines.[19] El seu aparent sense sentit només és fictici ja que posseeixen una inequívoca significació: són màquines que destil·len la crítica d'elles mateixes. Amb els seus simulacres de màquines, Duchamp pretenia contribuir a la subversió irònica del mite futurista de l'home-màquina, el centaure modern que, amb l'exaltació de la velocitat, es transmuta en una cosa totèmica. Després de l'hegemonia del regne animal, s'imposa la tirania del món mecànic, fins al punt que l'autor dramàtic Karel Capek introdueix la paraula "robot" (terme que en txec significa una mena d'obrer esclavitzat) a la seva obra *R.U.R.* (*Rossum's Universal Robots*) que data de 1920.[20] Els cossos dels obrers són un simple engranatge, sotmès al ritme frenètic de les tècniques de producció. Però no acaba aquí la cosa, perquè a fi de comptes, aquests mateixos cossos són els que apareixen als documentals de les primeres dècades del segle XX, aquells cossos que s'estremien entre el fang de les trinxeres de la primera guerra mundial o bé aquells d'altres cossos que marxaven cap a una morta segura –el cos és un *tópos* on el temps deixa la seva empremta– als camps d'extermini de la barbàrie nacionalsocialista.

Però el documentalisme fotogràfic i cinematogràfic ha permès tenir memòria d'aquesta manipulació, d'aquest ús i abús

15. Leibniz, W. G., *Monadología*, 64.
16. Giménez Caballero, E., *Hércules jugando a los dados*. Madrid: Ediciones La Nave, 1928.
17. La Mettrie, *Obra Filosófica*. Madrid: Editora Nacional, 1983, pàg. 250.
18. Aracil, A., *Juego y artificio. Autómatas y otras ficciones en la cultura del Renacimiento a la Ilustración*. Madrid: Cátedra, 1998.
19. Els *ready-made* són objectes normals de la vida quotidiana (una roda de bicicletes, un tamboret, una gàbia). Es tracta d'objectes anònims que, malgrat la seva aparent inutilitat, busquen la provocació i la ironia. El primer *ready-made* conegut data de 1913 i consistia en la juxtaposició d'una roda de bicicleta i un tamboret, però el primer que es va exposar va ser *Fontaine* (1917) que no era altra cosa que un urinari.
20. Geduld, H. M. i Gottesman, R. (Ed.), *Robots*. Nova York: Graphic Society, 1978.

exercit sobre uns cossos que desfilaven d'una manera mecànica i automàtica, com si es tractés dels ressorts d'una màquina bèl·lica, expressió de l'irracionalisme i del totalitarisme. L'últim gran espectacle nacionalsocialista, abans de l'inici de la segona guerra mundial, va ser la celebració del 50 aniversari d'Hitler, el 20 d'abril de 1939. Una imponent desfilada militar va recórrer, durant quatre hores, els deu quilòmetres de l'eix Est-Oest que travessava Berlín, una mena de *via triumphalis*, que servia de talaia no solament per demostrar la força militar del Reich sinó també per expressar, amb tota la seva cruesa, la sinistra estètica de la violència i de l'horror.

Cossos amb motor

Després de consolidar-se la imatge mecànica del cos humà durant els segles XVII al XIX, es va assistir a la seva motorització. Aviat l'hegemonia de la màquina i dels sabers mecànics van cedir el seu protagonisme a un nou model que, sobre els fonaments d'un món que era interpretat com a màquina, va trobar en el motor la seva imatge preferida. A propòsit de les reflexions de Michel Serres, sorgeixen dues metàfores ben diferenciades. En primer lloc, la idea de màquina que correspon al període clàssic (des del Renaixement al segle XIX) i que interpreta cos i naturalesa com si ells mateixos fossin màquines. I posteriorment, des de la segona meitat del segle XIX, s'assisteix a una "biologització" de la metàfora, a manera símil de les màquines de vapor que apareixen com si fossin organismes vivents.[21]

Així doncs, es produeix una identificació entre el cos i la màquina de vapor, tal com confirma l'atracció exercida per les locomotores, que són comparades amb els cavalls a tota brida. Després, aquesta identificació es realitza respecte al motor tèrmic que produeix energia mecànica a partir de la combustió de l'energia química. La imatge del motor insuflarà a la màquina una nova dimensió que, en correspondència amb l'avantguarda futurista, exalta el moviment i la velocitat. A més a més, tot es va precipitar amb la integració de les velles tècniques i coneixements en un model que va trobar en el motor el seu artefacte prioritari, i en la química, l'electromagnetisme i la termodinàmica, les seves principals disciplines.

Les metàfores sobre el cos i la natura es construeixen ara des del gradual esgotament del clàssic model mecanicista, que deixa les portes obertes a la instauració d'un emergent model orgànic que troba en el relat del doctor Frankenstein, segons descriu la novel·la de Mary W. Shelley, un punt de referència: l'excel·lència del saber químic –de la nova química de Lavoisier– es posarà al servei de la "recerca de la pedra filosofal i l'elixir de la vida". En un cert sentit, es torna a un model organicista-vitalista clàssic (amb les seves resurreccions renaixentistes) on hi ha una organització del tot, semblant a un organisme viu que funciona gràcies a una motorització del cos humà en el qual les parts no s'agreguen com una simple "suma" sinó com un tot de caràcter vitalista.

Fet i fet, el vitalisme –aquell *élan vital* reclamat per la filosofia de Bergson– confirma l'hiat existent entre l'arbre de la ciència (d'una ciència abstracta, geomètrica, racional i mecànica) de l'arbre de la vida, d'una vida que –a través de Schopenhauer i Nietzsche– reivindica un lloc en el pensament del segle XIX. A més a més, amb els nous descobriments en geologia i l'aparició de la teoria darwiniana de l'evolució, assistim a una progressiva "biologització" metafòrica de la tecnologia: les màquines s'animen i els cossos es motoritzen. El 1897 s'inicia la construcció del motor *Diesel*. També aquell mateix any, quan les carreres de l'hipòdrom estaven en el seu màxim apogeu, es patenta a França el cavall de gasolina: el drama de l'animal consisteix en l'èxit de l'home, que veu en la imatge de les motocicletes i dels automòbils una poderosa i misteriosa força que l'acosta a la mitologia clàssica dels cavalls alats. L'home esdevé així un autèntic centaure que, gràcies a la motorització, domina –com els ocells– les tècniques de vol i d'aterratge. Tot indica que l'home ha tornat al totemisme: desitja ser ocell i peix, com si estigués dotat d'un poder sobrenatural. No és estrany, doncs, que els primers vols aeris fossin inclosos en els llibres dels rècords esportius com a grans proeses heroiques, que van tenir en els viatges transoceànics, entre Europa i Amèrica, la seva millor manifestació.

La imaginació del futurista –vet aquí el *Manifest* de Marinetti– és analògica: les màquines es metaforitzen com a animals. Si en un principi la modernitat va forjar la imatge del cos com a màquina, en les últimes dècades del segle XIX s'introdueix, des d'una nova visió de la tècnica, la metàfora del cos amb motor. Al voltant del 1900, la figura que domina i encobreix aquesta correspondència entre el que és artificial i el que és natural, és la imatge omnipresent de la dona. El que és femení resumeix la gran metàfora del progrés. Els cartells publicitaris de l'època reflecteixen dones pilotant automòbils, embarcacions nàutiques o aeroplans.[22]

La imatge del cos amb motor es correspon històricament amb l'època de la consolidació de l'esport com a fenomen social. Les activitats físiques, que durant el segle XIX s'havien circumscrit majoritàriament a l'espai tancat dels gimnasos –molts d'ells instal·lats en locals insalubres i amb escassa ventilació– passen a desenvolupar-se a l'aire lliure, procés que adquireix una especial significació que es reflecteix ben aviat en l'art a través de la "poètica de les energies". És sabut que impressionistes com Manet i Degas es van interessar per les curses hípiques, esport típicament anglès, que va assolir una gran popularitat a França. En el cas de Degas, l'hípica va ser un dels pocs temes que pintava a l'aire lliure. El seu quadre "Cavalls de cursa: l'entrenament" (1894) demostra que, oblidant-se dels espectadors i de l'entorn de l'hipòdrom, Degas concentra la seva atenció en els genets i en els cavalls, perquè aquestes són les imatges on

21. Serres, M., *Feux et signaux de brume: Zola*. París: Grasset, 1975. També sobre aquest tema: Rabinbach, A., *The human motor: Energy, fatigue and origins of modernity*. Basic Books, 1990.

22. Díaz Cuyas, J. (Coordinador), *Cuerpos a motor*. Las Palmas de Gran Canaria: Centro Atlántico de Arte Moderno, 1997.

pot copsar millor l'acció i el moviment, aspectes que Marey va intentar fixar a través de la cronofotografia.

El cos humà, sota la metàfora de la motorització, adquireix una dimensió dinàmica, és a dir, transmet força (*dynamis*) i moviment, que els pintors estudien àvidament. La sèrie de 46 dibuixos exposada per Umberto Boccioni entre març i juny de 1914, a la Galeria Gonnelli de Florència, així ho confirma. Naturalment, els esportistes (boxejadors, futbolistes, ciclistes) traspuen perfectament aquesta imatge plàstica de dinamisme que serà assumida pels artistes de l'avantguarda futurista, que veuen en l'esport un clar signe de modernitat.[23]

L'esportista –des de l'horitzó del cos motor– necessita consumir combustible sota la forma d'oxigen. Els diferents moviments higienistes, l'escoltisme, la promoció dels mètodes naturals en l'educació física (Hébert), promocionen el neonomadisme. El cos amb motor recorre, novament, a la natura, per tal de trobar l'aire pur per alimentar un cos que necessita combustible. El petroli que fa moure els motors, és reemplaçat en el cas humà per l'oxigen: l'interès per l'augment de la capacitat toràcica i la pràctica dels exercicis respiratoris a l'aire lliure confirmen aquesta tendència, que s'introdueix en les pràctiques educatives amb una finalitat medicohigiènica. L'oxigenació del cos humà n'afavoreix l'enfortiment i, per tant, constitueix la millor defensa contra un seguit de malalties que es transmeten mitjançant els microbis que pul·lulen pels ambients enrarits.

Ens trobem davant l'exaltació del "*plenairisme*", és a dir, en la recerca d'escenaris "*au plein air*". Els nous corrents expressionistes destacaran la importància del paisatge –platges, espais naturals, etc.– on, en ocasions, es detecta la presència de figures humanes que es banyen a l'aigua. Per combatre el neosedentarisme de la societat industrial, res de millor que tornar a la natura, on l'aire –nova font energètica del cos humà– és pur i cristal·lí. La imatge cinematogràfica (el cinema no és més que una exaltació de les imatges en moviment) d'un Tarzan atlètic -al cap i a la fi, aquesta era la visió que pretenia transmetre Johnny Weismuller, campió olímpic transmutat en artista cinematogràfic– plasmava d'alguna manera aquesta visió idíl·lica d'un cos de motor: enmig de la naturalesa africana Tarzan solament comptava, a més a més de la seva bondat natural que l'acostava a l'"*homme sauvage*" de Rousseau, amb la capacitat dels seus pulmons, una mena de motor que solament depenia del subministrament d'unes quantes dosis d'oxigen.

Però la imatge del cos va experimentar un tomb radical després de la segona guerra mundial. Les càmeres de fotografia dels reporters de guerra van difondre un esborronador món de terror. Res no va ser el mateix després de 1945. La barbàrie –amb la destrucció sistemàtica i planificada de tants cossos, de tantes vides– adquiria una lúgubre cara humana: tot es reduïa a matèria anònima i mutilada. Des d'aquest moment, molts artistes es van preguntar si era possible encara representar la figura humana. La pintura de Francis Bacon, amb els seus cossos destrossats i reduïts plasmant el dolor, és una bona mostra del desfici que es va produir en la consciència d'artistes i intel·lectuals. Fins i tot hi va haver artistes que, després de la guerra, van rebutjar l'ideal de bellesa –vet aquí les pintures de Jean Dubuffet– per emfasitzar, com a provocació, allò que és lleig. L'existencialisme, amb els seus temes preferits (la buidor, el sense sentit, el dolor, la nàusea i la mort) confirma que la vida humana s'encamina cap a uns temps d'estretor que, necessàriament, provoquen angoixa. I encara que després de la segona conflagració mundial, l'escultor Alberto Giacometti va prometre que les seves escultures no disminuirien un sol centímetre, les seves figures –que reflecteixen l'extrema fragilitat humana- van adquirir un extraordinari aprimament. Davant d'aquestes representacions, Sartre va descriure les escultures de Giacometti com a esbossos que es mouen sempre a mig camí entre el ser i el no-res.

Del robot al cyborg

Paradoxalment, la guerra ens va portar també l'arrencada de la robòtica, l'avís de l'arribada de l'era dels ordinadors, la digitalització de la informació i el sorgiment de la societat del coneixement. És clar que els antecedents de la cibercultura –que té Wiener com a un dels seus fundadors més preclars– es troben en els estudis sobre automatització i control promoguts per la indústria bèl·lica durant la segona guerra mundial. Però l'enfocament tecnocultural de la cibernètica supera els estrictes límits de la ciència i afecta, també, aspectes antropològics, fins i tot més enllà de l'articulació d'un incipient *homo digitalis*: s'assisteix –en paraules de G. Colaizzi– al trànsit del veïnatge universal al circuit integrat, de manera que s'anuncia l'arribada d'una nova etapa postorgànica, en què els límits entre allò que és físic i allò que no és físic s'esfumen. Després del descobriment de la cadena de l'ADN els organismes biològics s'entenen com a textos codificats, i descodificats per la informàtica, la biologia i la medicina.[24]

El petroli –font d'energia de la modernitat– ha obert pas a noves energies –les derivades de la informàtica– que, entre d'altres virtuts, no contaminen, són inexhauribles i molt més barates. Per això, cada vegada es destaca amb més èmfasi el pas del subjecte biològic –segons la imatge que descansa en l'analogia entre cos i motor– al *cyborg*, abreviatura de *cybernetic organism*, és a dir, un ésser híbrid, cibernètic, resultat de la combinació d'organismes o cossos amb màquines que prenen forma en una sèrie d'imatges de la

23. El març de 1928, Salvador Dalí –al costat de Lluís Montanyà i Sebastià Gasch– va publicar el Manifest Groc, que seria titllat de futurista i on expressaven el seu entusiasme pels objectes industrials, per l'esport, el nudisme, el cinema i la fotografia. Aquest manifest va ser reproduït en castellà per *Gallo*, la revista que editava Federico García Lorca a Granada.

24. Per la seva significació destaquem l'exposició *Post Human. Nuevas formas de la figuración en el arte contemporáneo* que va circular, durant l'any 1992, per diferents països d'Europa. Per a un ampli comentari sobre ella: Olivares, R., *Lápiz*, núm. 93, maig 1993, pàg. 24-28.

cinematografia de ciència-ficció, com una mena de Terminator.[25]

El *cyborg* és una figura metafòrica encunyada per Haraway el 1985 –i desenvolupada posteriorment– que presenta allò que és humà com una possibilitat virtual, fins al punt de constituir una nova ontologia postmoderna.[26] Les màquines i les noves tecnologies (heus ací l'enginyeria genètica com una mena de *software* humà) han convertit en quelcom d'ambigu la diferència entre allò que és natural i allò que és artificial, entre l'home i la dona, entre el cos i la ment, entre el desenvolupament orgànic i la planificació exterior, i s'ha generat així la viabilitat d'una epistemologia feminista.

Hem passat del determinisme biològic a la manipulació genètica, de la contingència topogràfica a la ubiqüitat virtual, de la lògica de la representació a la simulació del clonatge virtual, en fi, assistim al trànsit del subjecte biològic al *cyborg,* entès com a quelcom més que una possibilitat telemàtica que garanteix l'intercanvi d'informació entre les tecnologies informàtica, robòtica i biològica. Tot i amb això, la creació per Haraway del *cyborg* no proposa descartar allò que és "real", sinó, per contra, expandir-lo, complicar-lo, mostrar-ne la construcció plurívoca de capes múltiples que acaben amb les distincions, límits de la dominació.

Ens trobem, doncs, davant d'una nova situació ja que allò que és virtual anuncia i escenifica la desaparició de la categoria de lloc. Els avenços tècnics permeten l'aparició de nous discursos corporals, atès que els cossos es fan nòmades, eteris i volàtils. La virtualitat faculta totes les hibridacions entre naturalesa i artifici, entre realitat i simulació. Només l'enunciat d'una nova corporeïtat sembla diluir els principis sobre els quals s'ha definit històricament cada gènere. Si tradicionalment el sexe biològic ha determinat l'adscripció automàtica al seu model cultural de referència, ara assistim a un procés mitjançant el qual les identitats sexuals són qüestionades obertament. Així, apareix l'unisex i la indústria de la moda s'inclina cada vegada més per la creació mediàtica d'un patró sexualment equívoc, que imposen uns models indefinits que accentuen més els trets comuns dels sexes que no pas les seves diferències.

La cosa s'agreuja quan pensem que les mateixes tècniques de reproducció permetran una selecció de la humanitat. Els somnis apocalíptics de la ciència-ficció, amb les seves criatures mecàniques (androides, robots, *terminators*, replicants, alienígenes), semblen trobar-se més a prop que mai. Encara que la idea del robot que ningú no podrà distingir dels éssers humans existeix ja a l'origen del segle XX, el cert és que el pessimisme entorn de la societat del futur es va aguditzar al llarg de l'últim segle. Si *Metròpolis*, de Fritz Lang (1926) –el somni temut, però alhora desitjat, d'una societat mecanitzada i robotizada– representava un cant a l'esperança (fet i fet, això és el que transmetia el personatge femení de Maria, encara que la seva rèplica de laboratori aconsellava la revolta), els replicants de *Blade Runner* (1982) –Los Ángeles, 2019– són rèpliques humanes creades per empreses d'enginyeria genètica.[27]

En aquella data (2019), la metròpoli haurà esdevingut un lloc superpoblat, brut i caòtic. Aleshores, l'enginyeria genètica serà una de les més grans indústries de la Terra, i subministrarà éssers humans manufacturats genèticament -els anomenats replicants– que són enviats a les colònies extraterrestres d'una manera esclavitzada. D'altra banda, els replicants són recognoscibles perquè estan mancats d'una resposta afectiva. Tot i amb això, *Blade Runner*, que retoca romànticament el desenllaç pessimista de la novel·la de Philp K. Dick, ens ofereix una imatge decadent i perversa d'un futur metropolità que es presenta com el final d'una civilització, cosa que contrasta amb l'optimisme cinematogràfic que va des de les pel·lícules futuristes dels anys vint fins a *2001, una odissea a l'espai*.

El cos i allò que és virtual

De la mateixa manera que Georges Orwell ens va alertar sobre els perills que podrien esperar a la humanitat en una data tan emblemàtica com la de l'any 1984, és clar que *Blade Runner* –amb el seu sistema de reproducció en laboratori al marge de les relacions humanes– constitueix una crítica cap a la societat contemporània i un avís sobre la possible ruïna de la nostra civilització, que així troba, en la hipotètica cita del 2019, un seriós advertiment. Hem vist com el cos, al compàs del progrés de la societat industrial, va permetre, en primer lloc, l'analogia amb la màquina automàtica, i més tard, amb el motor d'explosió. Sota la influència d'aquestes metàfores, la cura del cos va quedar sotmesa a la lògica productiva: calia ser fort per ser útil. Però ara, quan estem immergits en un context postindustrial, en què cada vegada és menys necessari el treball corporal, assistim a una nova visió del cos, potenciada pels avenços cientificotècnics, i això permet tota un món de possibilitats en les quals es podran projectar molts desigs. D'aquesta manera sorgeixen aquests cossos idealitzats –plens de bellesa i perfecció, somrients i sempre joves– que pul·lulen pels imaginaris publicistes i que acaben provocant el desfici davant la constatació de les nostres pròpies limitacions i imperfeccions corporals.

No hi ha dubte que el cos humà és *tópos* de la memòria personal. La biografia de cada un de nosaltres deixa les seves empremtes en el cos que, d'aquesta manera, esdevé testimoni de vida i, alhora, d'envelliment. Els rostres dels éssers humans –que tan bé han plasmat artistes i fotògrafs– expressen aquestes penalitats i sofriments que, a través del transcurs del

25. Giannetti, C., "Cyborg no tiene género. Reflexiones sobre la mujer, la ciencia, las nuevas tecnologías y el ciberespacio", a *Sólo para tus ojos; el factor feminista en relación a las artes visuales*. Donosti: Arteleku, 1997, pàg. 15-20.

26. Haraway, D. J., *Ciencia, cyborgs y mujeres. La reinvención de la naturaleza*. Madrid, Cátedra, 1995.

27. En relació amb la creació cinematogràfica d'aquesta mena de criatures, vegeu: Del Teso, B., "Todo ser tiene su rostro, nuestro rostro", *Hombres y máquinas. Realidad y representación*. Donosti: Arteleku, 1998, pàg. 99-114.

temps, deixen la seva empremta en les nostres faccions.[28] Per això, de vegades ens sentim incòmodes davant la nostra pròpia imatge, perquè no són molts els que troben una autocomplaença narcisista en el seu propi cos. Igualment, són pocs els qui es reconeixen satisfactòriament quan es veuen fotografiats o filmats. Sovint voldríem oblidar el nostre propi cos (o com a mínim modificar-lo i reformar-lo) ja que es converteix en una anguniosa ombra que ens persegueix constantment. Finalment, aquest cos causa el nostre propi malestar, perquè "la mort, el sexe, la malaltia, allò que és prohibit, nosaltres mateixos i, per damunt de tot, les nostres relacions amb nosaltres mateixos i amb aquest reflex canviant i repetit que és l'altre, són les nostres obsessions".[29] Es produeix, doncs, una mena d'esquizofrènia, perquè ens sentim –com si fóssim un esperit romàntic– escindits entre la realitat i el desig, el desig d'una immortalitat que troba al *Faust* de Goethe un antecedent històric.

De fet, el cos és el lloc on treballem les nostres pors i els nostres desigs. Gràcies al *fitness*, a la cosmètica i a la cirurgia plàstica, els cossos poden canviar, és a dir, transformar-se i modificar-se. L'abstinència –més enllà de la seva significació com a puresa corporal– es converteix també en una bona estratègia, en una mena de no desig. Aquest és, justament, el significat de l'anorèxia, paraula formada per la partícula *an* de caràcter privatiu i el verb *orego*, desitjar. La insatisfacció provoca, fet i fet, aquest no-desig respecte als nostres propis cossos que, per regla general, no s'adiuen amb els cànons establerts per una cultura visual –una cultura de simulacre, en paraules de Baudrillard– que emmascara la vida humana amb un seguit de representacions que, a manera de xarxes, acaben colonitzant l'existir humà. Així, l'ontologia corporal troba la seva raó de ser, no en la realitat, sinó en la virtualitat: cada vegada ens trobem més a prop d'una imatge del món –i aquí seguim Heidegger– que no representa el món, sinó el món comprès com una imatge.

Habitem en una època en què la ciència, la tècnica i tot el nostre entorn tecnològic i social estan posant les bases d'un canvi radical. El prefix "post" ha anat guanyant terreny, fins a esdevenir una credencial indispensable per accedir a aquests nous temps en els quals s'experimenta amb les possibilitats de la polisèmia del llenguatge, i la imaginació queda al marge de les maneres de procedir convencionals. La postmodernitat ha erosionat els valors de la cultura acadèmica, i s'ha obert a la cosa popular i del carrer. De la mateixa manera que l'art postmodern s'ha vist fascinat per la iconografia de la publicitat –per a molts Andy Warhol marca el punt d'inflexió en l'art del segle XX, atès que amb ell brolla l'art postmodern o neovanguardista– els *drugstors*, les galeries d'art, les agències de viatge, els gabinets de disseny, els centres de *fitness* i tots els altres establiments afins, han estat elevats a la categoria de nous centres culturals.[30]

D'altra banda, s'ha trencat la confiança en l'ésser i en les possibilitats de representar-lo, tal com ja ha succeït amb la fallida de la mimesi artística. Així doncs, la representació del món es converteix en una possibilitat virtual que, lluny d'oposar-se a allò que és real, es troba en situació d'associar-se íntimament a la textura mateixa de la realitat. Pel·lícules recents com *Matrix* –un film de culte instantani, una pel·lícula estendard de tota una generació i que reflecteix aquesta època en què impera l'eclecticisme i la barreja de gèneres– oscil·len entre la realitat i la virtualitat. De manera que allò virtual s'articula com a un món propi, situat a tocar del món real. Així es confirma la vigència d'unes imatges ideals que ja no són ciència-ficció sinó que esdevenen entitats pròpies, amb una existència virtual que és viscuda, també, com a real.

De fet, la virtualitat canvia la nostra relació amb la realitat i, en conseqüència, amb la idea espai/temps. "El cos real es virtualitza i se situa a la xarxa o se submergeix en els mons virtuals, mentre que, a canvi d'això, el cos en levitació virtual no deixa d'adquirir, de vegades, una mena de realitat operativa".[31] Gràcies a aquesta dinàmica, el cos humà es dilueix en una certa intangibilitat, de manera que viu envoltat pel món, encerclat pel que és visible i tangible, però submergit també en allò que és invisible. Probablement resulta més atraient viure aquest món de virtualitat no tangible que no pas un món de "realitats" problemàtiques de difícil solució. Actitud potser de covardia, però que, en darrer terme, expressa també un desig i una voluntat de rebuig assumida per molts dels nostres joves: millor navegar per un imaginari virtual que no pas habitar tediosament una realitat incòmoda, heretada amb desgana i amb escassa capacitat d'il·lusionar.

D'aquí ve potser, la importància de la publicitat, que contribueix al desenvolupament d'aquests imaginaris virtuals en què fa l'efecte que molts –com a evasió– voldrien instal·lar-s'hi. Així, quan van irrompre, fa uns anys, aquests cossos prims i pàl·lids –que han fet estralls en el món de la moda– molts no entenien l'emergència d'aquests cossos que mostraven joves amb expressions esbalaïdes i depressives i, fins i tot, amb un aspecte malaltís. Quin és el significat d'aquesta primesa? De fet, l'aprimament ha tingut, al llarg de la història, un significat complex, tal com es desprèn de les imatges de l'èxtasi religiós o la de l'artista famèlic. En qualsevol cas, la pregunta no perd vigència. Què és el que es vol desitjar, avui, amb aquests cossos anorèctics? Encara que de l'anorèxia

28. Destacar aquí l'exposició "Cronos" del fotògraf Pere Formiguera que va presentar al Centre d'Art Santa Mònica de Barcelona, durant la primavera de l'any 2000, el resum d'un treball realitzat al llarg de deu anys. De 1991 al 2000, va prendre cada mes una fotografia a 32 persones de diferents edats. Cadascun escollia ser fotografiat nu de mig cos, de cos sencer o només el cap. El projecte va aconseguir reunir milers de fotografies que van registrar mes a mes el procés, al llarg d'una dècada, del creixement o de l'envelliment humà. La mostra de l'exposició recull unes 600 imatges que corresponen a diversos adults i adolescents.

29. Olivares, R., "En cuerpo y alma", *Lápiz*, XVII, núm. 139/140, gener-febrer 1998, pàg. 77.

30. Amb relació al tema de la postmodernitat, vegeu: Vilanou, C., "Danzas i contradanzas de la modernidad: hacia un nuevo imaginario cultural y pedagógico", *Alternativas* (Universidad de San Luis, Argentina), núm. 16, octubre de 1999, pàg. 17-44.

31. Quéau, Ph., "La presencia del espíritu", *Revista de Occidente*, núm. 206, juliol 1998, pàg. 53.

s'ha dit que representa una actitud pròpia de qui no desitja créixer, també pot interpretar-se com una actitud que expressa una certa rebel·lia juvenil en distanciar-se dels patrons culturals establerts que, a les opulentes societats occidentals, exigeixen uns cossos ben alimentats.

Per això l'anorèxia també pot significar el rebuig d'un cos que, segons els cànons, ha de ser robust i que, per tant, necessita una aportació calòrica compensada i suficient. Encara que sembli una paradoxa, la salut ja no és una cosa prioritària: la cosa fonamental és la imatge. Per tant, la salut és devaluada, com succeeix en el cas dels cossos Danone, Sanex o Fontvella, a simples estratègies publicitàries, ja que sota unes preteses recomanacions higièniques es transmeten uns models corporals contraris a les disposicions de la salut pública, però que, dissortadament, són desitjats per molts dels nostres joves.

Tot i amb això, si s'analitzen amb detenciment aquests cossos –tant masculins com femenins, moltes vegades mediatitzats per les tonalitats grises d'una publicitat en blanc i negre– també es pot pensar que aquestes figures primes expressen el rebuig de bona part dels valors (no solament fisicocorporals, sinó també socials) en general acceptats. "L'aprimament retret i seriós que veiem en aquests anuncis significa el rebuig dels codis dominants d'interacció social, a saber allò que és *accessible*, i el rebuig de normes corporals acceptades".[32] Les normes dicten que el cos ha de ser alimentat convenientment, que s'ha de lluitar per ser feliç, que s'ha de respondre als models clàssics dels gèneres clarament identificables, masculí o femení. Potser el que succeeix és que ens trobem davant d'una joventut que a través de la seva primesa corporal -una altra manifestació d'aquests temps postmodernsrebutja les normes socials, com si es tractés d'un joc que, en ocasions, es fa perillós.

Després de la lluita contra la morbositat infantil (amb la seva preocupació per la creació de cantines i colònies escolars per enfortir la salut de la infància) ens trobem amb una autèntica transgressió dels models defensats per la modernitat medicopedagògica, que va emfasitzar els aspectes higiènics que, d'altra banda, no es deslligaven d'una dimensió moral. En efecte, la noció de salut corporal es va vincular a una determinada concepció de salut moral. "El concepte de salut, una vegada transformats els elements que el componien, seria entès com a fruit de la vinculació del cos amb l'ànima, de manera que el bon capteniment moral seria el responsable de la salut."[33] Partint d'elements estructurals, socials i culturals, es va establir una total correspondència entre el cos humà i el cos social. Per tant, la cura corporal comportaria la millora de la societat, amb la qual cosa resulta lògic l'èxit de l'educació física –entesa des d'una perspectiva higiènica i profilàctica– en el discurs pedagògic modern.[34] Els índexs de robustesa que s'obtenien amb les fitxes antropomètriques d'una època a cavall de dos segles (final del XIX i començament del XX) probablement no variarien en excés respecte als que es podrien obtenir, actualment, entre determinats grups dels nostres joves.

Alguna cosa ha canviat substancialment perquè el culte a la bellesa tísica del segle XIX –tema típicament romàntic– ha tornat a instal·lar-se en els imaginaris sobre el cos. I el curiós del cas és que va caldre lluitar abrivadament contra la tuberculosi i contra totes les altres malalties endèmiques que van amenaçar, i desgraciadament continuen afectant, la infància. Potser el que ha passat és que el cos –tal com ja ha succeït en els moviments contraculturals sorgits entorn de la data mítica de 1968– s'utilitza, també avui, per manifestar un determinat tipus de rebel·lia juvenil. És sabut que aquell moviment de protesta no va ser més que la plasmació popular d'una vasta revolució cultural que va reportar destacades conseqüències per al cos humà. El canvi –que no va afectar tant la política com la cultura– va suposar, a través de les pulsions llibertàries, la interiorització de noves pràctiques i la renovació dels sistemes clàssics d'educació física, amb la incorporació de la psicomotricitat, la dansa i l'expressió corporal. Sense oblidar l'aeròbic (amb una Jane Fonda sempre jove i en forma). Va ser aleshores –enmig del remolí del 68– quan intel·lectuals com Marcuse es van decantar –i en bona mesura ajudats per la crítica freudomarxista– per uns desigs (sobretot, sexuals) que tenien molt –com a mínim en aparença– de transgressió.

Els cossos humans prenien una actitud desitjant afavorida pels aires de llibertat. Tant va ser així que les relacions entre els joves –cal no oblidar que el 1960 es va inventar la píndola contraceptiva– van canviar profundament. El feminisme, amb les seves campanyes a favor de l'alliberament de la dona, es va expandir arreu. Moviments alternatius amb la seva càrrega utòpica –com ara el moviment *hippy*– van introduir els cabells llargs que desembocarien en la moda unisex.

Però malgrat aquests vents de llibertat, el cert és que la imperfecció que s'insinua quotidianament en el reflex del mirall, en la mirada fiscalitzadora dels altres, continua provocant malestar. A més a més, el pas tirànic del temps potencia el mite de l'eterna joventut: anatomies que gràcies a la cirurgia plàstica milloren cada dia, com el cos de Cher, cossos congelats –com el de Walt Disney– que esperen ser reparats algun dia, cossos que canvien el color de la pell, com el de Michael Jackson, amb la qual cosa el cos acaba convertint-se en un significant de classe social i de poder: més bells i, suposadament, sempre joves.

El cos humà, com tantes altres coses, també ha caigut sota la lògica del domini tècnic, de manera que podem concloure que el somni de la ciència-ficció de construir, gràcies a les modernes tècniques de reproducció i clonació, cossos seriats i uniformitzats segons uns models estàndards sembla estar més prop que mai.

---

32. Wallerstein, K., "La delgadez y otras negaciones en la publicidad de la moda contemporánea", *Debate Feminista* (Mèxic), núm. 19, abril 1999, pàg. 182.

33. Ruiz Somavilla, M. J., "El cuerpo limpio". *Análisis de las prácticas higiénicas en la España del mundo moderno*. Màlaga: Universidad de Màlaga, 1993, pàg. 132.

34. Rauch, A., *Le souci du corps. Histoire hygiène en éducation physique*. París: P.U.F. 1983. També pot consultar-se el clàssic estudi de Vigarello, G., *Le propre et le sale. L'hygiène du corps depuis le Moyen âge*. París: Seuil, 1985.

Cap a la nova configuració del cos

És evident que els nostres temps postmoderns (d'altres autors es refereixen a la tardomodernitat, hipermodernitat o ultramodernitat) actuen com a un veritable laboratori on és possible realitzar tota mena de proves i assajar d'altres ordres simbòlics. La postmodernitat, amb la seva crítica a l'etnocentrisme i a la megalomania occidental, recupera aspectes que la racionalitat moderna, amb la seva arrogància dominadora i absorbent, va eludir. A més a més, el procés descolonitzador de l'Àfrica, que va tenir lloc des de la dècada dels anys seixanta i els posteriors fluxos migratoris han canviat el panorama de les ciutats, que esdevenen autèntiques conglomeracions multiracials, amb persones de totes les procedències. Aquesta situació no ha passat desapercebuda als defensors de la pedagogia crítica, que han destacat que el cos no és simplement el resultat d'uns discursos hegemònics sinó també un lloc de lluita i de conflicte. Peter Mc Laren –des de la realitat social nordamericana– assenyala que cada cos (afroamericà, oriental, negre, blanc, homosexual, etc.) posseeix una veu oculta i amagada que convé escoltar més enllà de les normatives a l'ús.[35]

El món actual potencia una ontologia de la diferència que es distingeix de la tradicional ontologia de la representació basada històricament en el principi d'identitat. La lògica de la identitat veu la diferència com a expressió d'alguna cosa incontrolable, pròpia de l'excés i del defecte. Lluny d'aquesta posició, avui la diferència s'inscriu en el quefer humà: la multiplicitat i la diversitat també informen i expliquen la nostra realitat més immediata. Ens trobem davant del nomadisme, la divergència, el descentrament i el constant diferir. Deleuze ha situat la diferència enfront de la lògica de la identitat i de la negació. Tanmateix, és evident que sempre s'ha intentat congelar aquest joc de la *différence* no solament amb la defensa del principi d'unitat, sinó també amb la formulació de teories tancades que han procurat cosificar l'educació –i, doncs, allò que és corporal– per tal d'impedir la disseminació del significat de la pedagogia.

Si, fins no fa gaire, la història s'ha ocupat de la normalitat, ara ha arribat l'hora de les diferències de tot tipus: gènere, raça, llengua, edat, procedència, etc., fet i fet, hem entrat en un temps que invita a tornar a formular totes les escriptures i, fins i tot, el mateix ofici de narrador, perquè sembla que s'ha perdut –com a mínim aquest és el parer de Günter Kunert– el significat del llegir i de l'escriure. Si és cert que tot allò que és construït pot ser desmantellat (aquesta ha estat, comptat i debatut, la tasca de la desconstrucció), no és menys veritat que també pot ser reconstruït, tornat a conceptualitzar, és a dir, renovellat.

Ja no hi ha –i feliçment, ja no podrà existir– un únic model corporal. L'home de raça blanca s'ha adonat que ja no viu sol al món. Ens trobem abocats al contacte, a l'intercanvi, en fi, a una nova cultura de mestissatge, en la qual el cos ocupa un lloc central, de manera que la corporalitat constitueix l'autèntica condició de possibilitat per assolir un veritable món intercultural. Els múltiples processos de diàspora, desterritorialització, hibridació i fronterització apunten cap a la necessitat d'interacció en pro de la formació de cultures híbrides, que traspassen noves fronteres i habiten nous territoris.[36]

S'ha dit –i amb raó– que el futur serà mestís o no serà. Les diverses maneres de vestir-se, de pentinar-se o d'alimentar-se són un testimoni públic que ens hem instal·lat en l'hàbitat de la diferència. De fet, la construcció de les noves subjectivitats exigeix el reconeixement de les diferències d'identitat, raça i gènere. En veritat, poques metàfores poden il·lustrar millor la diversitat cultural que les imatges que s'obtenen amb cossos que emfasitzen aquesta riquesa de faccions, tons i vestits, aspectes que confereixen a la societat actual una rica dimensió policromàtica i polifònica.

Bona part del capital humà del segle XXI radica, precisament, en aquesta visió plural d'una societat integrada per homes i dones, els cossos dels quals responen a una nova lògica que implica quelcom tan simple com l'acceptació de l'altre. L'alteritat (amb tot el que suposa per a la pràctica pedagogicosocial) parteix de la corporeïtat, és a dir, comença en el reconeixement del cos de l'altre. Solament des de l'acceptació dels altres cossos (que han deixat de ser exòtics), podrem construir un món que doni respostes a les exigències d'una societat que camina cap a un irreversible procés de mestissatge. En sintonia amb el desig construccionista de Deleuze, podem escriure noves històries o narratives d'acord amb una retòrica diferenciada i rizomàtica: "escriure no té res a veure amb significar, sinó amb mesurar, cartografiar, fins i tot les comarques que encara han d'arribar".[37] El pensament rizomàtic és una màquina de guerra contra allò que ja és establert, atès que no respon a cap model estructural o genealògic. "El rizoma és un sistema centrat, no jeràrquic i no significant, sense General, sense memòria organitzadora o autòmat central, definit únicament per una circulació d'estats." Tot juga a favor de les semiòtiques rizomàtiques i en contra de les arborescents, que són sistemes jeràrquics. "L'arborescència és justament el poder d'Estat. En el curs d'una llarga història l'Estat ha estat el model del llibre i del pensament: el logos, el filòsof-rei, la transcendència de la idea, la interioritat del concepte, la república dels esperits, el tribunal de la raó, els funcionaris del pensament, l'home legislador i subjecte." Els consells se simplifiquen: en lloc de fotografies i dibuixos cal traçar cartografies sobre coordenades espaciotemporals obertes a nous ritmes i noves fronteres.

Per això, el cos pot fer de mitjancer activament, des d'un horitzó intercultural, a favor de l'elaboració de noves cartogra-

35. De Alba, A. (Compiladora), *Postmodernidad i educación*. Mèxic: CESU/Porrúa, 1995.

36. En relació amb aquest tema, vegeu: Jarauta, F. (Ed.). *Nuevas fronteras/Nuevos territorios*. Donosti: Arteleku, 1996.

37. Deleuze, G. i Guattari, F., *Rizoma*. València: Pre-Textos, 1977. En relació amb la filosofia del desig construccionista de Deleuze, vegeu: Ferreira Santos, L., *Pensar o Desejo. Freud, Girard e Deleuze*. Braga: Universidade do Minho. Instituto de Educaçao e Psicologia, 1997.

fies que integrin les diferents cultures. Enfront de les temptacions xenòfobes, després de les experiències de la segregació racial i de les solucions finals, ens queda el recurs d'atorgar al cos noves significacions, o el que és el mateix, contribuir a una nova configuració que respongui a la sensibilitat postmoderna emergent articulada al voltant del principi de la diferència.

Aquí radica, justament, el repte que hem d'abordar: configurar de nou un univers simbòlic i relacional entorn del cos humà que, en lloc de ser dominat, segregat o colonitzat, pugui despertar la consciència d'una nova realitat individual i social. Potser si comencem a acceptar el cos dels altres, acabarem també acceptant els nostres propis cossos amb totes les seves imperfeccions i limitacions. La imatge de l'altre ens pot ajudar a recompondre la nostra pròpia identitat personal, tot acceptant un seguit de valors emergents (allò que és íntim, emocional, sentimental, imaginatiu), categories oblidades per la freda racionalitat moderna i que confirmen l'existència d'un veritable gir lingüístic que ha afectat totes les narratives, fins i tot, les corporals. A més a més, la mateixa distància existent entre la realitat educativa (significat) i el discurs pedagògic (signe) permet salvar la relació entre teoria i praxi en clau metafòrica. No per casualitat, la pedagogia sempre s'ha mogut en aquesta duplicitat de plans, és a dir, entre la realitat i el desig: Rousseau no volia *l'homme sauvage* real, sinó *l'homme naturel* hiperreal.

Probablement, solament si apel·lem als valors de la nova sensibilitat postmoderna es podrà amalgamar un horitzó integrador, que previngui de les temptacions de la robotització de la vida humana: si la història ha estat poblada d'autòmats i de creacions maquinistes, tampoc no sembla que vagi a desaparèixer en el futur la passió pels androides.[38] Però encara hi ha motiu per a l'esperança i el misteri del cos humà –més enllà de les seves analogies amb màquines, motors, robots i *cyborgs*– ens invita, un cop més, a treballar en la configuració de nous imaginaris que apostin a favor d'un humanisme integrador que permeti, sense renunciar al progrés tecnològic, un món de possibilitats creatives.

38. La major atracció de l'exposició "Sieben Hügel" (Set turons), oberta des de la primavera a la tardor de l'any 2000, al Martin Gropius-Bau de Berlín, va ser el robot Honda P3, considerat l'androide més avançat del món. Construït per la multinacional automobilística japonesa, que va treballar catorze anys en el projecte, el P3 és capaç de pujar i baixar escales, moure's en sentit lateral, obrir portes, transportar objectes, estrènyer mans i d'altres habilitats. La seva alçada és d'1,60 metres i pesa 130 quilograms.

GEDE
Grup d'Estudi de Dones i Esport

M. del Carme Ribé. De l'esport a la biblioteca, de la biblioteca a l'esport

Maria Lluïsa Berasategui
Biblioteca de l'Esport. Secretaria General de l'Esport
Generalitat de Catalunya

Introducció

El 9 de gener del 2001 s'han complert els deu anys de la mort de la M. del Carme Ribé, bibliotecària exemplar i entusiasta practicant de l'atletisme. Amb motiu del seu traspàs, els professors Jordi Castellanos i Assumpció Estivill[1] van elogiar els aspectes d'una professional que va viure i sentir la cultura catalana. Ara, al cap dels anys, m'agradaria glossar també la seva faceta d'esportista practicant i bibliotecària estudiosa de l'esport.

Trajectòria esportiva

M. del Carme Ribé i Ferré va néixer a Reus el 2 de maig de 1920. De nena es traslladà amb la seva família a Barcelona i el 1933 ingressà a l'Institut Escola de la Generalitat per estudiar-hi el batxillerat.[2] Allà, nasqué la seva afecció per l'esport en general i per l'atletisme en particular, atesa la importància que donava a l'exercici físic el doctor Estalella, director de la modèlica institució.

L'interès de la M. del Carme per l'atletisme no fou casual. Ultra disposar d'unes extraordinàries qualitats físiques, com recorda la seva companya de pupitre, Isidra Maranges, tingué com a professor d'esports a l'Institut Escola en Jaume Àngel, campió d'atletisme en la prova de 1500 m, que desvetllà i potencià aquestes qualitats.

F. Martín i Julià publicava un article a *La Publicitat,*[3] el 1936, amb el suggestiu títol de "La magna obra esportiva de l'Institut Escola: Jaume Àngel forjador d'atletes". Entre altres reflexions l'articulista deia:

> "Àngel, seguint la tàctica de l'Institut Escola, d'ensenyar sense que l'alumne sàpiga gairebé que estudia, els ha iniciat en el rígids entrenaments atlètics sense que cap d'ells se'n doni compte".
> "Els alumnes ho fan tot. El consell del professor emergeix d'esquitllentes enmig de la cursa, o d'un salt, o d'un llançament..."

Ribé s'entrenava al camp de la Bordeta i competia a l'Estadi de Montjuïc. Fou una destacada velocista i saltadora, com ho demostren les marques aconseguides.

El 5 de juny de 1937, la Federació Nacional d'Estudiants de Catalunya (FNEC) organitzà un festival a l'Estadi a benefici d'una colònia de nens refugiats. Hi actuaren estudiants de la FNEC, del BUC (Barcelona Universitari Club) i alumnes i exalumnes de l'Institut Escola. Aquella tarda varen batre rècords Jaume Àngel i Lluís Pratsmarsó.[4] Eren temps de guerra i les notícies no es donaven amb precisió. Uns dies més tard, el 16 de juny, *El Mundo*

1. J. Castellanos. "Carme Ribé, 'in memoriam' ". *Avui*, 19 gener 1991, pàg. 26 ; A. Estivill. "Record de Carme Ribé (1920-1991)". *Item*, 8 (gener-juny),1981, pàg. 80-82.
2. M. del Carme Ribé fou amiga dels seus amics. Ho vaig poder palpar els anys que la vaig conèixer i m'ho va confirmar Teresa Rovira, bibliotecària amiga seva, professora meva a l'Escola primer, després companya de professió i sempre mestra. Ella mateixa em facilità una entrevista amb la senyora Isidra Meranges, companya de classe de M. del Carme a l'Institut. Agraeixo ambdues les dades biogràfiques que m'han facilitat, així com que em concedissin una estona del seu temps unes caloroses tardes de l'estiu barceloní.
3. *La Publicitat*, 9 febrer 1936, pàg. 8.
4. *El Mundo Deportivo*, 5 Junio 1937, pàg. 2.

Deportivo feia pública una rectificació que els havia enviat l'estadístic J. Aguila des del front de l'Aragó. Segons aquesta font, M. del Carme Ribé aconseguí unes marques que van fer caure dos rècords d'Espanya.[5] Ribé havia fet 60m en 8''3 i en salt de longitud 4,77.[6]

Per mèrits propis, Ribé fou seleccionada per participar, com a membre de la delegació del Comitè Català pro Esport Popular, a la III Olimpíada Obrera d'Anvers, el juliol de 1937. D'aquesta participació se'n feren ressò les pàgines d'*El Mundo Deportivo*, que aleshores portava per subtítol "diario de deportes y de guerra".

Abans de marxar els seleccionats catalans, durant un festival benèfic al Camp de l'Espanyol, van desfilar per efectuar la promesa olímpica. Enmig d'una eixordadora ovació sortia Ribé, portadora de la senyera catalana, i als acords dels Segadors. A la llotja d'autoritats hi havia el Dr. Soler Damians, Comissari d'Educació Física i Esports, Gumersind Brunet, del Comitè Català pro Esport Popular i Álvaro Menéndez, president del Consejo Nacional de Educación Física y Deportes, entre altres dirigents de l'esport amateur. En nom dels seleccionats, Francesc Parramon va llegir la solemne promesa.[7]

Als Jocs Populars d'Anvers, l'actuació de M. del Carme Ribé fou discreta. Es classificà per a les semifinals de 100 m, però no va aconseguir superar-les.[8] Malgrat això, ella mateixa explicava que l'experiència personal viscuda li fou molt enriquidora.

La seva voluntat de viure el món de l'esport féu que seguís un curs organitzat per l'Escola de Monitors del Comissariat d'Educació Física i Esports de la Generalitat. Efectivament, el 29 de setembre de 1937 M. del Carme Ribé i Ferré signava la sol·licitud d'inscripció a dita escola i el 8 d'octubre de 1938 en rebia el títol.[9]

Quan l'esport de les dones passà a mans de la Sección Femenina de la FET y de las JONS, aquesta organització instaurà els Campeonatos Nacionales de Gimnasia i prohibí la pràctica de determinats esports. L'atletisme fou un dels vetats a les dones.

El 1947, la Federació Catalana d'Atletisme decidí introduir novament les proves femenines als Campionats Generals de Catalunya d'Atletisme. A parer del Sr. Francesc Castelló, jutge-àrbitre d'atletisme de reconegut prestigi, va ser una mena de sublevació a l'actitud carrinclona de la Sección Femenina.[10] A les proves celebrades a l'Estadi de Montjuïc el 6 de juliol de 1947, Ribé aconseguí el primer lloc en salt d'alçada, amb una marca d'1,20 m i també en salt de longitud amb 4,16 m.[11] A la crònica d'*El Mundo Deportivo* signada per Guerau Garcia, l'insigne atleta i periodista afirmava:

> *"La señorita Ribé, como se preveía, venció en longitud y podía haber dado mejor marca ya que falló un salto que le hubiera dado al menos 15 o 20 cm". También fue para la misma atleta el salto de altura.*[12]

Segons m'explica el Sr. Castelló, en aquella ocasió Ribé competia com a atleta independent, però s'havia afiliat al C.D. Hispano Francès, perquè era un club de tarannà avançat i un dels pocs que feia atletisme femení. Després d'aquests campionats la M. del Carme es retirà de l'atletisme de competició. Tenia 27 anys. Ribé havia hagut de lluitar de valent pel fet de ser dona i amant de l'atletisme. Sens dubte experimentà sensacions i emocions molt diferents. Al costat de la joia per la marca aconseguida i l'orgull d'encapçalar una desfilada d'atletes amb la senyera, li calgué assumir que era practicant d'un esport considerat masculinitzant per la ideologia imperant. En un article de la revista *Atletismo* de la Federació Catalana, de 1949, l'autor, que signava amb les inicials J.M.S., per justificar que aquell any no s'havien celebrat els Campionats de Catalunya d'Atletisme femení deia:

> *"Desde luego, casi podríamos profetizar que nunca una muchacha española llegará a* 'recordwoman' *precisamente por ser mujer y española... hace unas semanas las gráciles mallorquinas han ganado el primer premio del concurso mundial de coros y danzas..."*[13]

A la Catalunya dels anys quaranta quedava llunyà el record de les atletes d'abans de la guerra, com Rosa Castelltort o Anna Tugues. És evident que a la dona se li havia assignat un altre paper.

Malgrat això, M. del Carme Ribé representà un model característic de dona dins la classe mitjana catalana. Era bibliotecària, feia atletisme i li agradava nedar, trets que indicaven una voluntat d'autonomia no gens freqüent entre les dones de la seva època.

Trajectòria professional

El 1937 Ribé exercí de mestra i l'octubre de 1938 ingressà a l'Escola de Bibliotecàries per cursar-hi la carrera. Allà es trobà amb un esplèndid quadre de professors.[14] Els noms de Carles Riba, Manuel de Montoliu, Jordi Rubió o Ramon d'Alòs, contrasten amb la grisor del professorat de la postguerra. El 18 de juny de 1941 féu l'examen de revàlida i obtingué el títol. Inicialment treballà com a bibliotecària a l'empresa privada, concretament, a la

5. Agraeixo aquesta informació a la Sra. Maria Rita Ribé, neboda de la Maria del Carme. També he d'agrair-li que m'hagi facilitat les fotografies de la Maria del Carme a l'Estadi.
6. *El Mundo Deportivo*, 16 Juny, 1937, pàg. 2.
7. *El Mundo Deportivo*, 23 Juliol, 1937, pàg. 1.
8. *El Mundo Deportivo*, 5 Agost 1937, pàg. 1.
9. L'arxiu requisat de la Comissaria d'Educació Física i Esports pot consultar-se en microfilm a l'Arxiu Nacional de Catalunya. La carpeta 230 conté documentació sobre M. del Carme Ribé. Cfr. Iligall 268/6 números 12-16.
10. Agraeixo el Sr. Francesc Castelló la informació que m'ha facilitat sobre la trajectòria esportiva de M. del Carme Ribé i sobre l'època en què competí.
11. *Atletismo:* circular de la Federación Catalana de Atletismo, 40, (Octubre), 1947, pàg. 22.
12. G. García. *El Mundo Deportivo*, 7 Juliol 1947, pàg. 2.
13. Nuestro atletismo femenino. *Atletismo:* circular de la Federación Catalana de Atletismo, 61, (Juliol, 1949), pàg. 12, 19.
14. A. Estivill, *Op. cit.*, pàg. 80.

fàbrica d'automòbils Hispano Suiza, del 9 de desembre de1941 fins al 31 de gener de 1945. Es presentà a les oposicions convocades per la Diputació Provincial de Barcelona el 1956 i obtingué la plaça de directora de la Biblioteca Popular "Santa Oliva", d'Olesa, el novembre de 1956. Aleshores inicià l'amistat amb Teresa Rovira, que era la bibliotecària d'Esparreguera. Més endavant, s'incorporà a la Biblioteca de Catalunya, denominada Biblioteca Central i hi treballà en diverses seccions, fins que el 1981 guanyà la plaça de directora de la Biblioteca Popular de la Santa Creu i Sant Pau. Hi va romandre fins a la seva jubilació, el 1986.

Pel que fa a les seves publicacions, es poden consultar els diferents catàlegs de les biblioteques catalanes, com ara el del CCUC i el manual de la Biblioteca de Catalunya, els índexs de l'*Anuario de la Biblioteca Central y de las Bibliotecas Populares y especiales* i de la revista *Biblioteconomia*. La consulta d'aquest material suggereix que Ribé s'interessà per tres àmbits temàtics: els treballs bibliogràfics –sobre literatura infantil i sobre revistes catalanes–, els de literatura catalana –narrativa i estudis– i els aplicats a l'esport.

a) Quant als estudis de bibliografia i de literatura catalana cal esmentar:

- *Índex de la revista de lo Gay Saber, 1a època 1868-1869*. Premi Ramon d'Alòs-Moner, concedit el 1966 per l'Institut d'Estudis Catalans al millor índex establert amb un criteri científic a una revista catalana del s. XIX. Editat per l'Editorial Barcino i la Fundació Jaume I el 1988.
- *Del dia a la nit*. Novel·la publicada el 1968 per l'editorial Cadí.
- *Bibliografía histórica del libro infantil en catalán* en col·laboració amb Teresa Rovira. Amb aquesta obra obtingueren el premi d'investigació de llibres infantils del Ministerio de Cultura el 1971, i fou publicada per l'ANABA el 1972.
- *Estudi crític i literari de "La Revista" (1915-1936)*, fou la seva tesi de llicenciatura que presentà a la Universitat Autònoma de Barcelona. Editat per l'editorial Barcino i la Fundació Jaume I el 1983.

b) Bibliografia esportiva:

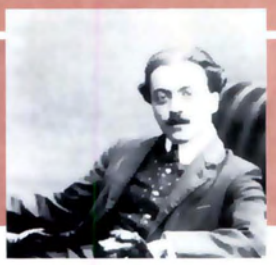
- M. del Carme Ribé pogué familiaritzar-se amb fons bibliogràfics esportius durant els anys en què treballà a la biblioteca particular de J. A. Samaranch. Hi confeccionà acuradament els catàlegs d'autors, de matèries i sistemàtic. El *Manuel d'éducation physique, gymnastique et morale* d'Amorós, la col·lecció "Los Sports" de la llibreria Sintes, el report oficial dels Jocs Olímpics de Los Ángeles de 1932 o la revista *Los Deportes,* són algunes de les obres que passaren per les seves mans.
- D'altra banda, col·laborà a l'Enciclopedia de la Mujer amb un article titulat "Gimnasia y deportes".[15] Es tracta d'un llarg article que s'inicia amb unes definicions sobre la cultura física i la gimnàstica de manteniment. Més endavant fa una presentació general de l'esport modern i una breu introducció

als esports. Obra profusament il·lustrada, acaba amb una referència als Jocs Olímpics i una intel·ligent reflexió sobre la gradual incorporació de la dona als Jocs.
- Finalment, Ribé col·laborà en un monogràfic dedicat a l'Institut Escola.[16] En aquella ocasió n'evocava la classe d'educació física. La lectura d'aquest article, que titulà "L'educació física: una volta més" m'ha semblat concloent per definir la seva manera de ser i de fer. A l'article, la M. del Carme, tot fent memòria dels entrenaments al Camp de la Bordeta, recorda que un dia l'entrenador, en Jaume Àngel, quan ja duien una bona estona d'entrenament i ella només tenia ganes de jeure a la gespa del camp li va dir "una volta més", i ella la va fer.

L'amiga Ribé va saber fer sempre una volta més en totes les facetes de la seva vida.

15. M. del Carme Ribé. "Gimnasia y deporte". Dins: *Enciclopedia de la Mujer*. Barcelona: Vergara, 1961, pàg. 97-188.
16. M. del Carme Ribé. "L'educació física: una volta més". Dins: *L'Institut-Escola: 1932-1939 un fructífer assaig per al segon ensenyament*. (Grans Temes L'Avenç, 2), pàg. 42-43

L'esport al museu



Josep Segrelles als 20 anys.

Josep Segrelles, un artista injustament poc valorat i molt oblidat

R. Balius i Juli

L'encara recent evocació del centenari de la fundació del Club de Futbol Barcelona, ha permès recordar i revalorar l'il·lustrador i pintor Josep Segrelles. Recordar-lo a través del cartell commemoratiu de les Noces d'Argent del Club i revalorar-lo mitjançant una extraordinària exposició antològica presentada en el Museu del Barça.

Josep Segrelles i Albert va néixer a Albaida, País Valencià, l'any 1885, lloc on va passar la primera infància. A partir de 1894 viu a la ciutat de València, on va començar la seva formació artística a l'Escola de Belles Arts de Sant Carles amb Isidre Garuelo. També va rebre algunes lliçons de Joaquim Sorolla. A principi de segle es va traslladar a Barcelona i va estudiar, entre 1905 i 1909, a l'Escola Superior d'Arts (l'anomenada Llotja).

Cap a l'any 1910 es va 'iniciar com a il·lustrador. El seu primer treball és un llibre dedicat al jiu-jitsu, esport que aleshores gaudia de gran popularitat a Catalunya. Després va realitzar les il·lustracions per a uns quaderns populars d'aventures (*Dick Navarro* i *Montbers el Pirata*) i per a

Cartell Inauguració Camp de Les Corts (1923).

Dibuix preparatori i cartell, Noces d'Argent (1924).

Dibuix preparatori i oli s.f., Josep Samitier.

Oli sobre fusta, Agustí Sancho.

novel·les policíaques. Més endavant va col·laborar amb les editorials més importants del país com Granada, Molina, Salvat i Araluce; els dibuixos per als llibres infantils d'aquesta última empresa li donen entrada a totes les llars. Èxit especial tingueren algunes obres entre les quals cal destacar *Las mil y una noches, Las Florecillas de San Francisco, La vida de San José de Calasanz i La vida de San Vicente Ferrer.* El 1922 l'editorial Gallach-Calpe li va encarregar una gran edició de *Don Quijote*, obra que, curiosament, va publicar Espasa-Calpe com esdeveniment artístic nacional l'any 1966, amb 106 il·lustracions en color i 125 dibuixos a la ploma. Va participar també en nombroses revistes com *L'Esquella de la Torratxa, La Campana de Gràcia* i *La Jornada Deportiva* de Barcelona, *La Esfera i Blanco y Negro* de Madrid i, fins i tot, en *Illustrated London News* de Londres; aquesta revista li va contractar, entre 1927 i 1932, les pàgines centrals del número nadalenc.

Durant aquests anys va conrear alhora la il·lustració i la pintura, encara que aquesta concurrència va provocar una certa marginació per part de la crítica. Per altra banda, el seu art, que era molt personal, de tècnica acadèmica que defugia les avantguardes, va impedir que se li reconegués, com mereixia, un lloc preeminent dins del panorama artístic de l'època. Malgrat això, van ser nombroses les exposicions que va presentar a diferents sales de Barcelona, València, Madrid i Londres.

L'any 1929 va guanyar la Medalla d'Or de l'Exposició Internacional de Barcelona per la il·lustració de la *Divina Comèdia*. El mateix any, va viatjar al Estats Units on l'èxit el va obligar a sojornar-hi uns quatre anys. En aquest temps va col·laborar amb revistes tan prestigioses com el *New York Times, The Art Digest, Park Avenue, Cosmopolitan* i *Fortune*. El 1932 va tornar a Espanya i va fixar la seva residència en el seu poble natal.

Després de la Guerra Civil va projectar i dissenyar a Albaida la seva Casa-Museu, que es va inaugurar l'any 1943, i en la qual es pot seguir la seva quotidianitat i la seva trajectòria artística a través dels diferents indrets de la casa i de l'exposició permanent de les seves obres. En aquests anys va dedicar-se fonamentalment a la pintura de temàtica religiosa, va col·laborar en la reconstrucció d'esglésies i va acomplint els nombrosos encàrrecs que rebia del País Valencià, d'Espanya i de l'estranger. Paral·lelament a aquesta etapa *mística*, que va desenvolupar-se fins la seva mort, cap el 1950 inicià una etapa que ell mateix anomena *sideral*: olis, aquarel·les i dibuixos al carbó reflecteixen la seva desbordada fantasia en la creació d'escenaris còsmics imaginaris i personatges de ficció procedents d'altres galàxies. Sense deixar mai de treballar, va morir a Albaida l'any 1969, deixant inacabada una obra de grans dimensions, *Pentecosta*, que pot admirar-se a la seva Casa-Museu.

A posta hem deixat per al final comentar uns aspectes de l'obra de Josep Segrelles que ens interessen molt especialment. Ens referim al Cartellisme i a l'Esport. En el cartellisme conviuen les dues vessants

Oli sobre fusta, Paulino Alcántara.

Cartell VIII Premio Jean Bouin (1927).

Cartell Real Aero Club de Cataluña (1920).

que fins ara hem analitzat: la il·lustració i la pintura. Generalment els esbossos dels cartells són conseqüència de la seva condició d'il·lustrador, mentre que després l'obra s'enriqueix amb la pintura. La majoria de cartells s'estructuren al voltant d'una zona central, que equilibra l'obra, envoltada d'element dinàmics, en alguns, singularment en els de temàtica esportiva, predomina la dinàmica sobre el nucli estàtic, sense que en cap d'ells es perdi l'estabilitat del conjunt. És característica la conjunció de llum i color, concurrent en tots el seus treballs.

Des de l'any 1918 en què presentà els primers cartells, la seva tasca en aquest camp és extensíssima. Els més coneguts foren *Jabones Barangé (1918-1922), Sociedad Protectora de Animales (1922), Papel de fumar Gol (1924- 1929),* els 12 dedicats a la *Compañía Española de Turismo (1926), Aceite de oliva (1928), Exposición Internacional de Barcelona (1929), Automóviles Ford (1930), Automóviles Lincoln (1930), Lotería Nacional (1933) i Centenario de San Vicente Ferrer (1955).*

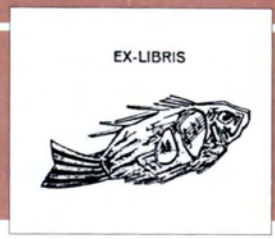
L'activitat de temàtica esportiva de Josep Segrelles és intensa durant els anys vint. Es va iniciar amb el cartells dedicats al *Real Aero Club de Cataluña (1920), i a la Gran Semana Internacional de Automovilismo (1923)* i es mou especialment a l'entorn del Futbol Club Barcelona, per al qual va realitzar, l'any 1923, l'anunci de la *Inauguració del Camp de les Corts.* El 1924, va aconseguir guanyar el concurs convocat per designar l'autor del cartell oficial de les *Noces d'Argent* del Club, amb una obra que és un excel·lent exemple de color, llum i dinamisme; en aquest cartell hi ha una noia bonica, frívola i joiosa, que està asseguda sobre l'escut del Barça i envoltada pel voleiar de la bandera blaugrana, porta a la falda una pilota de futbol de les aleshores reglamentàries.

A més de nombrosos cartells dedicats a diferents activitats barcelonistes, en va realitzar també per al *Real Moto Club de Cataluña (1924),* el *VIII Premio Jean Bouin (1927)* i la *XXVIII Vuelta Ciclista a Cataluña (1948).*

En la recent exposició es van poder contemplar una bona quantitat de dibuixos dedicats al futbol, molts dels quals són esbossos preparatoris de cartells o pintures. En ells s'observa una mena de predilecció pel jugador del Barça *Josep Samitier*, possiblement la figura més popular durant el anys anteriors a la Guerra Civil. D'aquesta època hem de destacar tres olis sobre fusta, de petit format, amb retrats d'*Agustí Sancho, Paulino Alcántara* i l'esmentat *Josep Samitier.* Força interessant és la il·lustració principal del *Llibre d'Or del Futbol Català.*

Sentim una gran satisfacció de pensar que la seva obra de temàtica esportiva ens ha motivat a recordar la figura de Josep Segrelles, artista que en el seu temps no va obtenir el reconeixement de la seva vàlua, al qual tenia dret, i que actualment és trobava força oblidat.

Dibuix color, Llibre d'Or del Futbol Català (1928).



L'esport a la biblioteca

L'esport també pot inspirar poesia

R. Balius i Juli

Tot passejant un diumenge al matí, entre les parades de llibres del Mercat de Sant Antoni, va cridar-me l'atenció un tí-

tol: **El llibre dels poemes esportius. Trobes a l'esport català.** Vaig adquirir-lo sense pensar-m'ho dos cops. Era nou, i recordo que no era car. En tenir-lo a les mans vaig comprovar que tenia tapes de cartró gruixut, senzilles però elegants, resultat d'un relligat acurat. Per sobre de l'esmentat títol, escrit amb lletres negres de bona mida, destacava una flamejant torxa amb els colors de la senyera i per sota el nom de l'autor, **Ferran Solà i Forc**. Una petita llegenda informava que el pròleg l'havia escrit en **Josep M. Espinàs.**

El llibre, que havia estat publicat l'any 1980, l'havia dissenyat **Maria Azua**,els dibuixos els havia fet **Narcís Comadira** i havia estat imprès per l'impressor **Tobella,** del carrer del Carme, un veritable clàssic que, segons crec, ha deixat la professió, per a desgràcia de les bones edicions. Són 142 pàgines de paper doble de color crema, amb lletres negres de fàcil lectura i rètols de to blau nit.

Qui era **Ferran Solà i Forc**? Només observant la portada i les primeres pàgines del llibre, s'en pot intuir el seu tarannà. El títol i sobretot el subtítol, **Trobes a l'esport català**, la torxa barrada amb groc i vermell i la dedicatòria "als esportistes del meu país, capdavanters en tantes disciplines olímpiques", assenyalaven un arrelat nacionalisme i un intens amor per l'esport. El seu *ex-libris*, un peix amb dues significatives escates il·lustrades; una amb un pentagrama i l'altra amb dos avets sobre una muntanya nevada, penso que indica les seves afeccions: la pesca, la música i la muntanya. Totes aquestes fàcils deduccions es confirmen en el primer poema del llibre:

SÓC...Curriculum

Rodamón que implora amb deix de complanta,
infinita queixa per l'arbre i la planta,
per l'aigua i la terra que ens és sacrosanta
i que al món confessa genocídic frau...

Un bard que demana només aire lliure.
Un joglar que clama per un millor viure.
Un poeta anònim que amb místic somriure
reclama amb perfídia un cel molt més blau...

Almoiner d'insòlides aigües molt més clares.
Captaire insaciable d'atmòsferes cares,
que malda amb modèstia per excloure tares
i els homes, un dia, respirin en pau.

L'autor

SOY...Currículum

Vagabundo que implora con regusto de lamentación,
queja infinita por el árbol y la planta,
por el agua y por la tierra que nos es sacrosanta
y que al mundo confiesa fraude genocida...

Un bardo que sólo pide aire libre.
Un juglar que clama para un mejor vivir.
Un poeta anónimo que con mística sonrisa
reclama con perfidia un cielo más azul...

Limosnero de insólitas aguas mucho más claras.
Mendigo insaciable de atmósferas caras,
que se esfuerza con modestia para apartar taras
y que los hombres, un día, respiren en paz.

El autor

Gràcies a l'amabilitat del seu germà Francesc, sé que en **Ferran Solà** va néixer el gener de l'any 1916 i que va ser un dels forjadors del diari AVUI, del qual fou administrador –caixer. En aquest càrrec el recordava en **Josep M. Espinàs**, autor del pròleg del llibre de poemes, quan escriu, "els catalans són gent ben sovint imprevisible. No m'hauria imaginat mai que l'home de la caixa fos l'home de la rima". Havia estat pioner de l'escoltisme català, era cantaire puntual i secretari de la junta de l'Orfeó Gracienc; aficionat als esports, havia practicat el futbol i l'escalada, mai no va deixar l'excursionisme i sempre va cultivar la pesca. L'any 1971 va publicar **Hams i peixos**, un documentat i ben il·lustrat tractat, on es conjuminen la poesia i la *pescomania* que, segons ell, és l'art més antic del món. Durant molts anys va col·laborar setmanalment a l'AVUI sota el pseudònim de **Bernat Pescaire**, en un espai dedicat a l'actualitat de la pesca. Va morir el març de 1980 i possiblement el llibre que estem comentant va tenir caràcter pòstum. Tothom està d'acord que **Solà** era un home bo, amable, cooperador en les més inversemblants empreses, amb afany de viure feliç i d'ajudar els altres a viure feliços.

El llibre dels poemes esportius està dividit en tres grans apartats, d'acord amb les afeccions i el polifacetisme estructurat de **Solà Forc**: esports de muntanya, miscel·lània i esports aquàtics. En total, són més de vuitanta poemes. En la primera part, dedicats al Muntanyisme (10), Escalada (2), Càmping (3), Esquí (4), Espeleologia (4) i Caça (2); en la segona part s'hi troba Rugbi (1), Basquetbol (1), Handbol (1), Tennis (2), Ping-Pong (2), Futbol (6), Golf (1), Ciclisme (4), Billar (5), Hoquei (2), Moto-Cross (2), Vol a vela (1), i Gimnàstica –homenatge a Joaquim Blume (1)–; per últim, en la tercera part, presenta poemes sobre Natació (4), Esquí aquàtic (2), Rem (1), Vela (3), Pesca submarina (2), Pesca d'embarcació (3) i Pesca esportiva amb canya (13).

Precedint al poema o poemes que corresponen a cada esport, **Solà** descriu un "breu resum històric" referit als orígens, filosofia, evolució i expansió d'aquest a Catalunya. Haig d'assenyalar l'erudició que demostra posseir l'autor a l'hora de definir, amb poques i precises paraules, cada una de les especialitats esportives.

Els poemes estan construïts amb paraules belles i amb un ritme encertat i oportú en relació amb la situació que pretenen expressar. No utilitza una riquesa lingüística rebuscada i recargolada, sinó que presenta una poesia expansiva i amable que posseeix la transcendència justa en cada cas.

M'ha estat difícil triar uns pocs poemes, ja que tots ells són prou representatius dels diferents matisos de cada esport. Potser m'he deixat portar per la llargària, a causa de la manca d'espai o pel caràcter insòlit de la temàtica protagonista. Aquest és el cas del poema billarístic titulat "Massé", que va sorprendre **Josep M. Espinás**, tant per l'argument com per la perfecta descripció de la jugada.

Equilibristes (Escalada)

Per rutes volàtils verticals senderes
amb nafres austeres
al greny torturat,
avancen uns éssers d'estranya fal·lera:
amiden cinglera
sota l'espadat.

Per aspres esquerdes van clavant banyons
en els farallons
de l'altiu penyal...
Ses ales són cordes (en ses mans joguines).
Són les concubines
d'un món irreal.

Braus equilibristes d'un trapezi aeri
que amb brusc encanteri
a mida es van fent...
Funàmbuls addictes, sense rebombori
car no hi auditori
ni l'aplaudiment.

Equilibristas (Escalada)

Por rutas volátiles senderos verticales
con heridas austeras
en el risco torturado,
avanzan unos seres de extraña afición:
miden el despeñadero
bajo el escarpado.

Por ásperas hendiduras van clavando pitones
en las rocas agudas
del altivo peñasco...
Sus alas son cuerdas (en sus manos juguetes).
Son las concubinas
de un mundo irreal.

Bravos equilibristas de un trapecio aéreo
que con brusco encantamiento
se van haciendo a medida...
Funámbulos adictos, sin alboroto
porque no hay público
ni aplauso.

Corner

Massa enfellonida...
Per no res, s'embranca...
Angle recte. Línia blanca!

Racó.Xiulet. Home xut.
Traça!

Agitació del miocardi.
Paràbola!
Nervi i múscul en acció.
Salt atlètic. Emoció!

Trajectòria...
Cap. Visió. Carambola!
Estirada fal.lible.

Xarxa!
Clam! Tabola!
Triomf!
Cridòria!

Corner

Masa enloquecida...
Para nada, se ensarza...
¡Ángulo recto. Línea blanca!

Rincón. Silbido. Hombre chut.
¡Habilidad!

Agitación del miocardio.
¡Parábola!
Nervio y músculo
En acción. Salto atlético. ¡Emoción!

Trayectoria...
Cabeza. Visión. ¡Carambola!
Estirada fallida.

¡Red!
¡Clamor! ¡Escándalo!
¡Triunfo!
¡Griterío!

Meta. "Sprint"

Heralds de la prova, la motoritzada
escorta l'elite, virtuals vencedors.
Vibra l'auditori quan al lluny és nada
la compacta massa dels braus corredors.

Els gegants ataquen sens control ni mida,
comença la gesta de l'"sprint" final.
Les cames són bieles de carn endurida
que giren a un ritme fabulós, brutal.

El bloc s'esquartera. Hi ha un mutis brevissim.
Tres "routiers" es juguen el tot en l'intent,
talment els domina un afany vastíssim
quan passen la meta impetuosament.

Meta. "Sprint"

Heraldos de la prueba, la motorizada
escolta la élite, virtuales vencedores.
Vibra el público cuando a lo lejos vislumbra
la masa compacta de los bravos corredores.

Los gigantes atacan sin control ni medida,
comienza la gesta del "sprint" final.
Las piernas son bielas de carne endurecida
que giran a un ritmo fabuloso, brutal.

El bloque se divide. Hay un silencio brevísimo.
Tres "routiers" se lo juegan todo en el intento,
talmente les domina un afán vastísimo
cuando cruzan la meta impetuosamente.

Massé

A l'angle malèfic
hi ha agut reunió.
Les boles es toquen
gairebé amb unció.
Unes mans aixequen,
l'arma en vertical,
apunten amb ciència
la bola, per dalt.
Amb un tret sequissim,
pica en el marfil
de l'esfera blanca
amb perfecte estil.
La bola del centre
gairebé ni es mou.
De sobte el miracle,
l'ànim ens remou.
Com amb vida pròpia
pica la germana;
a la taula toca
i torna galana
per topar amb el "mingo"
que estava en recer...
El tret ha estat savi,
heus ací el "massé."

Massé

En el ángulo maléfico
se ha producido reunión.
Las bolas se tocan
casi con unción.
Unas manos levantan
el arma en vertical,
apuntan con ciencia
la bola, por encima.
Con un disparo sequísimo
percute en el marfil
de la esfera blanca
con estilo perfecto.
La bola del centro
casi no se mueve.
Súbitamente el milagro,
el ánimo nos remueve.
Como con vida propia
toca la hermana;
golpea la mesa
y vuelve galana
para chocar con el "mingo"
que estaba al abrigo...
El tiro ha sido sabio,
he aquí el "massé".

Crawl

Fet de carn i d'ossos: un motor perfecte,
que funciona impàvit en el medi aquós,
amb ritme i cadència, cercant circumspecte,
la fita concreta d'un goig misteriós.

Silueta gràcil, nadant irascible,
pel fluit que és saba i element pregon...
Elegant figura, dansant impassible,
el ballet aquàtic més antic del món.

Com una sageta per l'aire gravita
que ha llançat amb gràcia nereida gentil...
Com un foraborda, alèrgia suscita
i implacable avança com un projectil.

Crawl

Hecho de carne y de huesos: motor perfecto,
que funciona impávido en el medio acuoso,
con ritmo y cadencia, buscando circunspecto,
el hito concreto de un goce misterioso.

Silueta sutil, nadando irascible,
por el fluido que es savia y elemento profundo...
Elegante figura, danzando impasible,
el ballet acuático más antiguo del mundo.

Como una flecha que gravita
por el aire lanzada con gracia de gentil nereida...
Como un fueraborda, suscita alergia
y avanza implacable como un proyectil.

Ventre de lona (vela llatina)

Reflexos harmònics en suau moviment
pels camins aquosos del mar català;
d'onades que lluen, quan fa un xic de vent,
garlandes de puntes com fetes a mà.

Del mar ets senyera de raça llatina!
Ets triangle místic dels mediterrans;
d'ocell mitològic ala gegantina,
que amb calma recorres horitzons germans.
Ets ventre de lona que dónes paisatge
a la història viva d'un mar compromès!
Ets vital bandera del nostre llinatge.
Sense tu el mar nostre, no és res.

Vientre de lona (vela latina)

Reflejos armónicos en suave movimiento
por los caminos acuosos del mar catalán;
de olas que lucen, cuando hace un poco de viento,
como guirnaldas de puntas hechas a mano.

Del mar eres enseña de raza latina!
Eres triángulo místico de los mediterráneos;
de pájaro mitológico de ala gigante,
que con calma recorres horizontes hermanos.
Eres vientre de lona que proporcionas paisaje
a la historia viva de un mar comprometido!
Eres bandera vital de nuestro linaje.
Sin ti nuestro mar, no es nada.

Per finalitzar, crec que és de justícia fer constar que **Narcís Comadira,** el conegut i notable poeta i pintor, va realitzar, possiblement per amistat amb **Ferran Solà i Forc**, uns bonics, senzills i ingenus dibuixos molt escaients amb les característiques de l'obra.