

XOGO E DEPORTE

1. CONCEPTO DE XOGO

Existen moitas definicións de *XOGO*, que se poden resumir en tres puntos:

1. O xogo é unha actividade en si mesma.
2. O xogo é unha actividade espontánea e libre.
3. O xogo é unha actividade placentera.

Nos xogos, os xogadores poden ter tres tipos de actuacións ou accións:

- *Cooperación*: entre compañeiros.
- *Oposición*: entre adversarios.
- *Resolución*: buscar solucións aos problemas ou escoller entre as opcións que aparecen durante o xogo.

Estes tres xeitos de actuación non se teñen por que dar en todos os xogos, xa que:

- Hai xogos nos que non temos compañeiros.
- Hai xogos nos que non temos adversarios.
- Hai xogos nos que non hai a posibilidade de escoller entre varias opcións.

Estes tres xeitos de actuación, coas súas características, tamén se dan nos *deportes* xa que estes son unha forma especial de xogo.

2. CONCEPTO DE DEPORTE

O *DEPORTE* é unha forma especial de xogo, aínda que máis concreto. Tamén existen moitas definicións, que se poden resumir en tres puntos:

- O deporte é unha forma concreta de xogo.
- O deporte é un xogo activo (con movemento) e competitivo. Estas son dúas características esenciais do deporte.
- O deporte é un xogo altamente regrado e institucionalizado, con federacións, asociacións, regras e competicións oficiais.

2.1. Breve historia do Deporte.

Aínda que a actividade física é tan antiga como a propia humanidade, o DEPORTE propiamente dito aparece nun momento determinado.

Atopamos os seus orixes na Grecia Clásica, onde os atletas competían en probas deportivas, sendo a máis relevante os **Xogos Olímpicos**, celebrados cada catro anos como homenaxe aos deuses na cidade grega de Olimpia. Estes xogos tiñan tanta importancia que incluso en épocas de guerras facíanse treguas durante a súa celebración, e os vencedores eran tratados con todos os honores. Rememorando os antigos Xogos Olímpicos gregos nacen as actuais **OLIMPIADAS**,

Pero o deporte tal e como o coñecemos hoxe en día (actividade regrada, institucionalizada e competitiva), ten a súa orixe en **Inglaterra a finais do século XVIII** (relacionado coa era de progreso industrial, que empeza a proporcionar máis tempo de lecer á poboación), momento no que comezan a facerse máis severas e estritas as regras que regulan os xogos populares. Nun principio era unha actividade practicada pola aristocracia, pois era a que tiña máis tempo de lecer, pero pouco a pouco vanse incorporando o resto das clases sociais, a medida que o progreso económico e industrial posibilita adicarlle menos horas ao traballo.

Actualmente o deporte non é só unha forma de facer exercicio físico, senón que se convertiu nun **fenómeno de masas**. De feito, non hai máis que ver como unha cidade, un país ou gran parte do mundo se mobilizan ao redor dun acontecemento deportivo (Mundial de Fútbol, Olimpíadas, liga, voltas ciclistas...).

A que é debida a extensión do deporte na sociedade actual?:

Hai moitos motivos, e entre eles podemos citar:

- Búsqueda de saúde.
- Satisfacer a nosa necesidade de movemento, nunha sociedade cada vez máis sedentaria.
- Estética, sentirse ben co noso corpo e coa nosa mente.
- Modas, influencia do grupo (amigos, familia, clase...).

- Necesidade de relación social (por exemplo a ximnasia de mantemento para xubilados). Un aspecto importante do deporte é que non só se coida o corpo e a mente, senón o trato cos demais.
- Disponibilidade de máis tempo de lecer, que podemos emplear en practicar algún deporte.

2.2. Os Xogos Olímpicos

No ano 393 D.C. o emperador Teodosio I suspendeu a celebración dos antigos Xogos Olímpicos, pois os consideraba un espectáculo pagán.

No século XIX, O barón **Pierre de Coubertain** desenvolveu a idea de revivir os antigos Xogos Olímpicos sobre a base de que a rivalidade internacional no terreo deportivo promovería a amizade entre os países, producíndose así beneficios educativos.

No ano 1896, promovidos polo francés Pierre de Coubertain, celébranse en Atenas (Grecia) os primeiros Xogos Olímpicos da idade moderna. Acudiron 13 países cun total de 311 deportistas que participaron en 9 deportes: atletismo, ciclismo, esgrima, ximnasia, halterofilia, natación, loita e tiro. As probas de natación disputáronse en mar aberto.

Unha das probas máis significativas dos Xogos Olímpicos é a *carreira de maratón*. Esta carreira ten a súa orixe na carreira do soldado ateniense Filípides, entre a chaira de Maratón e a cidade de Atenas, para comunicarlles aos seus cidadáns a vitoria grega e que morreu xusto despois de cumprir o seu propósito. Tomouse a distancia entre estas dúas localidades para realizar esta carreira, 42.196 metros.

3. TIPOS DE DEPORTES

Existen varias clasificacións, pero a máis utilizada é a seguinte:

- Deportes individuais.
- Deportes de adversario.
- Deportes colectivos.

3.1. Deportes individuais

O deportista enfróntase el so ás dificultades, tratando de superar un tempo, unha distancia ou unha puntuación técnica.

P.e.: atletismo, natación, ximnasia artística, ximnasia rítmica, escalada...

3.2. Deportes de adversario

Son aqueles nos que se produce un enfrontamento entre dous deportistas (coa variedade dos enfrontamentos por parellas ou *dobres*). O enfrontamento pode ser con contacto próximo ou a certa distancia.

A súa principal característica é que o deportista atópase cunha “oposición intelixente” provocada por outra persoa.

P.e.: judo, kick boxing, taekwondo, kung-fu, kárate. E tamén bádminton, tenis, frontón...

3.3. Deportes colectivos

Un grupo de deportistas (*equipo*) enfróntase a outro grupo. Un *equipo* é un conxunto de persoas que perseguen un **obxectivo común** e **colaboran** para conseguilo.

P.e.: baloncesto, fútbol, voleibol, balonmán, waterpolo, rugby...