

REVISIÓN DOCUMENTAL Y BIBLIOGRÁFICA ACERCA DEL DEPORTE



YASMINE PATRICIA DE LEÓN AMARÍS

ASESOR

JUAN CARLOS IBARRA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

BOGOTÁ, D.C.

2014

REVISIÓN DOCUMENTAL Y BIBLIOGRÁFICA ACERCA DEL DEPORTE

YASMINE PATRICIA DE LEÓN AMARÍS

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

BOGOTÁ, D.C.

2014

DEDICATORIA

En muchas iglesias inglesas, en siglos pasados, estaban grabadas las palabras “Piensa y da gracias”. Son las mismas palabras que están grabadas en mi corazón y por eso hoy, expreso mis más sinceros agradecimientos a todos los que han sido partícipes y han contribuido a la cristalización de este sueño que he alcanzado con gran esfuerzo

Inicialmente quiero dar gracias al autor y fuente de toda bondad, belleza y verdad, de la honestidad y del amor: nuestro Padre Celestial, que día a día aviva el fuego en nuestro interior y nos da la fortaleza para convertir cada uno de nuestros sueños en realidad.

No existen palabras para agradecer a esos ángeles que Dios colocó en mi vida para guiarme y amarme incondicionalmente: Cesar De León Marín y Neris Amarís Flórez; mis padres. Esas personas tan maravillosas que me regalaron el bello milagro de la vida, se merecen que hoy les dedique este logro, ya que me han brindado su amor, dedicación, sacrificio y total entrega para que haya alcanzado esta meta tan anhelada.

El presente trabajo de investigación fue realizado bajo la supervisión del Lic. Juan Carlos Ibarra, a quien expreso mi más profundo agradecimiento, por hacer posible la realización de este estudio. Agradezco su paciencia, tiempo y dedicación.

Agradezco inmensamente a todos mis maestros de esta gran institución que han contribuido con mi formación profesional y que sin duda ha sido un pilar importante para la obtención de este logro.

Agradezco de todo corazón a mis hermanas, a mis abuelitos; en especial a mi socio Oswaldo Amarís por el cariño y apoyo moral que siempre he recibido de ustedes y con el cual he logrado culminar mi esfuerzo, terminando así una etapa de mi carrera profesional, que es para mí la mejor de las herencias.

Agradezco a mis amigos, por ser parte de mi vida, en mis momentos tristes y alegres, por alentarme a seguir adelante, por estar ahí cuando necesité de sus sabios consejos. Agradezco especialmente a William, Yamm y Luz Stella, por su apoyo incondicional.

Desear es obtener; aspirar es lograr. Los sueños son semilleros de realidades”. Hoy cuando estoy a poco tiempo de obtener un nuevo título, resulta de gran satisfacción este logro que ha sido el fruto de un esfuerzo constante a lo largo de todos estos meses, ya que la firmeza del esfuerzo es la medida del resultado.

Es por eso, que un ingrediente principal para alcanzar el éxito es el precio del mismo, no hay ningún éxito gratuito. El éxito no es algo que debe merecerse o ganarse. Es más bien un derecho y una responsabilidad inherente. La única clasificación necesaria para alcanzarlo es que seamos nosotros mismos, que utilicemos las combinaciones de talento que poseemos hasta el máximo grado que nos sea posible.

“Él ahora es el único tiempo del que disponemos. Es nuestra única moneda negociable. El ayer es un cheque cancelado. El mañana es un documento promisorio. Únicamente podemos pasar el día de hoy en el noble esfuerzo de utilizar todos los dones que Dios nos ha dado”.

Gracias....

Yasmine Patricia De León Amaris.

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN – RAE

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Revisión Documental y Bibliográfica acerca del Deporte
Autor(es)	De León Amarís, Yasmine Patricia
Director	Ibarra Rodríguez, Juan Carlos
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional. 2014. 189 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional
Palabras Claves	Deporte, Deporte Social, Deporte y Salud.

2. Descripción
<p>Trabajo de grado que se propone con el objetivo de contribuir a una parte del marco teórico y metodológico del proyecto CARACTERIZACIÓN Y ESTADO DEL ARTE DEL DEPORTE SOCIAL EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ, proyecto presentado en la facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional por los investigadores: Oscar Horacio Bernal, Juan Carlos Ibarra y Ramiro Andrés Alzate.</p> <p>En esta indagación, se da a conocer en qué estado se encuentra el deporte en los escenarios diferentes a los de ámbito federado y escolar. Para esto se optó por realizar un proceso referenciado en la Revisión Documental y Bibliográfica en centros de documentación y bibliotecas seleccionados de la ciudad de Bogotá, lo cual permitió reconocer la producción documental existente hasta el momento con relación al Deporte, Deporte Social y Deporte y Salud y la incidencia que este tiene en la vida de los sujetos.</p>

3. Fuentes
Blanchard Kendall. (1986) <i>Antropología del Deporte</i> . Ediciones S.A.
Franco Estadella Antonio. (1975) <i>Deporte y Sociedad</i> . Salvat Editores S.A.
Colonia Diego. (2001) <i>la Lúdica en la enseñanza del deporte</i> . Santiago de Cali: Faid Editores.
Rodríguez Díaz Alvaro. (2008) <i>El Deporte en la construcción del espacio social</i> . Madrid: Centro

de investigaciones sociológicas.

Gutiérrez Sanmartín Melchor. (2002) *Valores sociales y deporte*. Madrid: Gymnos, Editorial deportiva.

Weineck Jurgen. (2001) *Salud, Ejercicio y Deporte*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Each Robert E. (1991) *Medicina del Deporte*. Colombia: Ediciones Lerner LTDA.

Jones Diana. (1994) *V Congreso mundial del deporte para todos*. Montevideo-Uruguay.

Gutiérrez Sanmartín Melchor. (2004) *El valor del deporte en la educación integral del ser humano*. Revista de educación, 335.

Vera Guardia Carlos. (1989) *Desarrollo humano, Deporte, Recreación y Educación Física*. Revista N°2. Instituto Colombiano de Deporte. (Diciembre 29 del 2000). *Sector social de recreación, deporte, educación física y aprovechamiento del tiempo libre*. Documento Conpes.

Martín Martín Octavio. (Febrero del 2002). *Funciones Sociales del Deporte*. Documento.

4. Contenidos

Esta Revisión Documental y Bibliográfica, pretende fortalecer el marco teórico y metodológico del proyecto Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá, mostrando una parte del estado del arte en el que se encuentra el Deporte que se lleva a cabo en los escenarios diferentes a los ámbito federado y escolar, y cómo éste se vincula de manera significativa en los hábitos y estilos de vida de los sujetos, buscando con ello generar nuevas prácticas y fortalecer al mismo tiempo los procesos de socialización. En este sentido, se busca un abordaje más amplio al fenómeno del Deporte y de esta manera, demostrar la incidencia que tiene este en los procesos de construcción y consolidación de ciudadanía en nuestro país.

Para realizar esta indagación, se tomaron algunas herramientas que componen la revisión documental y el análisis del discurso, apoyadas en una metodología de paradigma fenomenológico.

Proceso: se seleccionaron en el proceso de asesoría tres grandes temas conjuntamente con el profesor Juan Carlos Ibarra (deporte, deporte social y deporte y salud), con el fin de poderlos articular con el proyecto Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá. Para la definición a estos temas fue necesario:

Primera fase:

- Seleccionar varios textos (libros, revistas, documentos, tesis y ensayos).
- Hacer un diseño de R.A.E.
- Realizar una consulta bibliográfica.

- Hacer la definición de temas comunes.
- Realizar cuadros de roles.

Para la descripción de los temas comunes, se realizó una revisión documental y bibliográfica en diferentes bibliotecas y centros seleccionados de la ciudad, a partir de la cual se definieron temas como: deporte, deporte social y deporte y salud. Esta descripción de conceptos, mostró que el deporte incluye a toda una comunidad sin discriminación de sexo, condición física, social, cultural o racial. Esta búsqueda, quedó plasmada en unos R.A.E.S, los cuales fueron diseñados y aprobados conjuntamente con el profesor Juan Carlos Ibarra, accediendo al más pertinente para llevar a cabo este proyecto.

Por último, se diseñaron cuadros de roles, con base a los conceptos de los diferentes autores con el propósito de reconocer el papel que cumplen algunos actores vinculados con el deporte como son: los entrenadores, profesores, deportistas y la comunidad con respecto al deporte, deporte social y deporte y salud.

Segunda fase:

- Analizar los R.A.E.S en general.
- Definir categorías.

En este proceso, se clasificaron detalladamente los R.A.E.S y se estudiaron cada uno de los conceptos de los autores investigados, con la finalidad de afianzar conocimientos sobre los temas comunes. Este análisis de los R.A.E.S, permitió la recopilación de la información más relevante para el proyecto, dicha indagación se expresó en una matriz. Este instrumento se utilizó para garantizar la coherencia y congruencia entre los elementos del diseño de propuesta en esta investigación cualitativa.

Después de la clasificación de los R.A.E.S, se derivaron unas categorías de análisis de deporte, deporte social y deporte y salud. Las respuestas a los temas comunes, se clasificaron en categorías, atendiendo a criterios temáticos relacionados con los objetivos de la investigación.

Tercera fase:

- Sistematizar la indagación.

La sistematización se hizo después del estudio que se realizó en los diferentes centros seleccionados de documentación y bibliotecas de la ciudad de Bogotá. En esta sistematización, se muestra la interpretación crítica de varias experiencias, que a partir de su ordenamiento y reconstrucción descubre y explica el proceso vivido en la revisión documental y bibliográfica.

Con base en lo anterior, el deporte social es de vital importancia porque se puede reconocer, según algunos autores, como un elemento integrador de sujetos, un medio para enseñar responsabilidad a personas en riesgo, una herramienta para la prevención y tratamiento de las drogodependencias, un mecanismo favorecedor de la reinserción en las instituciones penitenciarias, útil en la recuperación social de los barrios marginales y activador de las personas con discapacidad.

Este proyecto (Revisión Documental y Bibliográfica del Deporte) es importante porque a través de él, se logra aportar algunos elementos al marco teórico del proyecto Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá, en donde se muestra al deporte como un fenómeno social y cultural que puede incidir significativamente en la vida de los sujetos, ofreciendo diferentes medios para instaurar estilos de vida que sean perdurables, enriquecedores y estimulantes.

5. Metodología

Para el desarrollo e implementación del proyecto, se optó por una metodología de corte fenomenológico, apoyado en un modelo cualitativo, el cual permite la comprensión e interpretación de los fenómenos. Entendida la fenomenología según Edmund Husserl (1982), como “un método de investigación que consiste en el análisis de la esencia de lo dado, del fenómeno”.

6. Conclusiones

El proyecto Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá, supone nuevos conocimientos sobre el fenómeno del deporte en instituciones diferentes a las federadas y escolares, y como éste puede aportar para la construcción de sujetos en una comunidad.

El objetivo principal del proyecto de investigación, es dar a conocer que por medio del deporte social, se puede fomentar una pedagogía integral que estimule la formación en urbanidad, el civismo y los valores humanos.

El proyecto incorpora una Revisión Documental y Bibliográfica, en donde se puede concluir con base a los conceptos de los diferentes Autores investigados que el deporte puede generar situaciones de inclusión, educación, promoción de la salud, socialización, calidad de vida y la organización comunitaria sin discriminación de edad, sexo, condición física, social, cultural o étnica.

Elaborado por:	Yasmine Patricia De León Amarís		
Revisado por:	Juan Carlos Ibarra		
Fecha de elaboración del Resumen:	29	05	2014

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN -----	12
JUSTIFICAN -----	14
OBJETIVOS -----	17
Objetivo general-----	17
Objetivos específicos-----	17
1. METODOLOGÍA -----	18
1.1.REALIZACIÓN DEL PROCESO-----	20
1.1.1. Primera fase o momento-----	20
1.1.2. Segunda fase o momento-----	28
1.1.3. Tercera fase o momento-----	29
1.2.CONCEPTOS DE DEPORTE-----	30
1.3.CONCEPTOS DE DEPORTE SOCIAL-----	42
1.4.CONCEPTOS DE DEPORTE Y SALUD-----	62
2. CATEGORÍAS -----	75
2.1.CATEGORÍAS DE DEPORTE-----	75
2.1.1. Deporte, inclusión y valores-----	75
2.1.2. Deporte Y Construcción De La Personalidad-----	77
2.1.3. Deporte y Creatividad-----	77

2.1.4. Deporte no educativo-----	80
2.2.CATEGORÍAS DE DEPORTE SOCIAL-----	85
2.2.1. Deporte e integralidad del sujeto-----	85
2.2.2. Deporte y uso del tiempo libre-----	85
2.2.3. Deporte y comunidad-----	88
2.2.4. Deporte y razonamiento moral-----	89
2.2.5. Deporte y calidad de vida-----	93
2.3.CATEGORÍAS DE DEPORTE Y SALUD-----	99
2.3.1. Deporte y hábitos de vida saludable-----	99
2.3.2. Deporte y prevención de enfermedades-----	101
2.3.3. Iniciación temprana en el deporte-----	104
CONCLUSIONES-----	108
BIBLIOGRAFÍA-----	111
ANEXOS-----	113

LISTA DE R.A.E Y MATRICES

1. R.A.E. (RESÚMENES ANALÍTICOS ESPECIALIZADOS)-----	114
2. MATRIZ DE DEPORTE-----	189
3. MATRIZ DE DEPORTE SOCIAL-----	191
4. MATRIZ DE DEPORTE Y SALUD-----	193

INTRODUCCIÓN

Este proyecto se hace con el propósito de contribuir a la construcción de una parte del marco teórico y metodológico del proyecto de CARACTERIZACIÓN Y ESTADO DEL ARTE DEL DEPORTE SOCIAL EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ, este proyecto fue presentado en la Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional por los investigadores: OSCAR HORACIO BERNAL, JUAN CARLOS IBARRA Y RAMIRO ANDRÉS ALZATE.

En este proyecto de investigación, se da a conocer en qué estado de desarrollo se encuentra el deporte en escenarios diferentes a los de ámbito federado y escolar. Para esto se optó por realizar un proceso referenciado en la revisión documental y bibliográfica en centros de documentación y bibliotecas seleccionados lo cual permitió reconocer la producción documental existente hasta el momento con relación al Deporte, Deporte Social y Deporte y Salud y la incidencia que éste tiene en la vida de los sujetos.

En la revisión documental y bibliográfica, se encontraron y seleccionaron diferentes tipos de documentos como son: libros, artículos en revistas especializadas, documentos, tesis de maestría y ensayos. La información de estos textos quedó plasmada en unos R.A.E.s, a partir de los cuales, se propuso una definición de los temas comunes sugeridos, conjuntamente, por el

profesor Juan Carlos Ibarra y la autora de este trabajo (Deporte, Deporte Social y Deporte y Salud).

Después de la consulta bibliográfica, se hizo un análisis general de los R.A.E.s, el cual permitió la definición de varias categorías, con el propósito de contribuir con una parte en el marco teórico y metodológico del proyecto Caracterización y Estado del Arte del Deporte Social en la ciudad de Bogotá.

Sin embargo, aunque esta REVISIÓN DOCUMENTAL Y BIBLIOGRÁFICA, pretende contribuir con el proyecto presentado a la Universidad Pedagógica Nacional, igualmente, esta tiene definidos unos criterios propios, cuenta con una justificación, con unos objetivos y con una metodología de carácter fenomenológico, la cual ayuda a esclarecer los temas comunes para poderlos articular con el proyecto grande.

Por otra parte, es importante destacar, que el planteamiento del problema, los antecedentes de la investigación y el marco legal, corresponden al proyecto de investigación **CARACTERIZACIÓN Y ESTADO DEL ARTE DEL DEPORTE SOCIAL EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ.**

JUSTIFICACIÓN

El proyecto de investigación Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá, pretende iniciar una línea de investigación cuyo objeto de estudio es el deporte social. Esta investigación es importante porque permite ampliar el conocimiento de los profesores y estudiantes, mediante un abordaje amplio al fenómeno del deporte y de esta manera denotar la incidencia que tiene en los procesos de construcción y consolidación de ciudadanía de nuestro país así como “destacar valores que pretenden mejorar la calidad de vida de las personas que lo practican, promoviendo relaciones sociales que sostienen en el discurso, valores que se neutralizan a la práctica deportiva bajo el ideal del *fair play* (Meynaud, 1972).

La intención de este proyecto, es dar a conocer algunas características y una parte del estado del arte en que se encuentra ese otro tipo de deporte que se practica en escenarios diferentes a los convencionales ámbitos federado y escolar. En esta revisión documental y bibliográfica, se pretende mostrar y evidenciar la relación entre el deporte, deporte social y deporte y salud, y cómo este es significativo en la vida de los sujetos.

Por lo tanto, para llevar a cabo el proyecto, fue necesario realizar una revisión documental y bibliográfica en diferentes centros seleccionados. Estos centros fueron seleccionados por su

prestigio e historia, estas brindan a sus lectores herramientas educativas y culturales que facilitan el acceso equitativo al mundo de los libros posibilitando el desarrollo cultural, para dar cuenta que tanta información existe sobre el fenómeno del deporte y que aporta éste en la vida cotidiana de quienes lo practican. La revisión documental y bibliográfica, se hizo en diferentes bibliotecas y centros de documentación de la ciudad. A partir de esta revisión documental y bibliográfica, se definieron unos procesos o pasos: el primero fue la definición de temas comunes tales como: deporte, deporte social y deporte y salud. Esta definición de conceptos, mostró que el deporte incluye a toda la comunidad sin discriminación de sexo, condición física, social, cultural o racial. El segundo paso fue la definición de unas categorías con base a la investigación realizada sobre los temas comunes, y como tercero se optó por realizar una sistematización.

Una de las características encontradas en la consulta nos dice que el deporte, es una actividad que propicia la promoción de valores, hábitos e integración que le permite al sujeto crecer “sanamente” dentro de la comunidad. De tal manera, podría manifestarse, que el deporte en la actualidad es un juego o actividad reglamentada con una gran repercusión y conexiones sociales, políticas y culturales. Algunas de las repercusiones más importantes son las implicaciones sociales y culturales que conllevan este tipo de prácticas deportivas en forma de: fomento de la relación entre sujetos iguales, comunicación entre desconocidos, contactos e intercambios.

Con base en lo anterior, se asume que el deporte social es de vital importancia porque se puede reconocer, según algunos autores, como un elemento integrador de sujetos, un medio para enseñar responsabilidad a personas en riesgo, como un mecanismo que puede favorecer la reinserción, resocialización de las personas con algún tipo de medida judicial en las instituciones penitenciarias y carcelarias, útil en la recuperación social de los barrios, incluidos los marginales y también puede ser un activador de las personas con discapacidad e incluso como una herramienta para la prevención y tratamiento de las drogodependencia.

Este trabajo de Revisión documental y bibliográfica, es muy importante porque a través de él, se logra el aporte de algunos elementos que pueden configurar el marco teórico del proyecto Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá, en donde se muestra al deporte como un fenómeno que puede incidir significativamente en la vida de los sujetos, ofreciendo diferentes medios para instaurar estilos de vida que sean perdurables, enriquecedores y estimulantes.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Realizar una consulta sobre los documentos existentes acerca de deporte, deporte social y deporte y salud en los centros de documentación y bibliotecas seleccionados, como aporte al proyecto de investigación: Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ✓ Realizar una revisión documental, que muestre la producción conceptual existente hasta el momento con relación al deporte, deporte social y deporte y salud en los centros de documentación y en las bibliotecas escogidas.
- ✓ Establecer una distinción entre los conceptos de deporte, deporte social y deporte y salud a partir de la revisión documental.
- ✓ Presentar un análisis de los temas comunes encontrados y establecer la relación que estos tienen con el proyecto de investigación.
- ✓ Establecer unas categorías con base en la información encontrada sobre temas comunes.

1. METODOLOGÍA

Esta investigación pretende fortalecer el marco teórico y metodológico del proyecto Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá, a partir de poner en evidencia una parte del estado del arte en que se encuentra el Deporte que se lleva a cabo en los escenarios diferentes a los ámbito escolar y federado. Se quiere mirar cómo éste se vincula de manera significativa en los hábitos y estilos de vida de los sujetos, buscando con ello generar nuevas prácticas y fortalecer al mismo tiempo los procesos de socialización. En este sentido, se busca un abordaje más amplio al fenómeno del Deporte y de esta manera, demostrar la incidencia que tiene este en los procesos de construcción y consolidación de ciudadanía en nuestro país.

Para llevar a cabo lo anterior, se tomaron algunas herramientas que componen la revisión documental y el análisis del discurso.

Del Análisis del Discurso se tomaron los siguientes ejes temáticos:

-Temas.

-Ideología (valores, actitudes, visión del mundo).

-Argumentaciones.

De la Revisión Documental se tomaron los siguientes ejes temáticos:

-Fase de revisión inicial y selección de documentos.

-Fase de registro y sistematización.

Para el desarrollo e implementación del proyecto se optó por una metodología de corte fenomenológico, apoyado en un modelo cualitativo, el cual permite la comprensión e interpretación de los fenómenos. Entendida la fenomenología según Edmund Husserl (1982) como “un método de investigación que consiste en el análisis de la esencia de lo dado, del fenómeno”. Entre las filosofías que surgen en el siglo XX ocupa un lugar destacado la fenomenología, creada por el matemático, físico y astrónomo alemán Edmund Hüsserl, que rompe con el vitalismo para inaugurar una nueva etapa de pensamiento. La fenomenología se caracteriza entonces, por ser puramente descriptiva y su método consiste en la descripción de las esencias.

Para llevar a cabo este proceso, fue necesario visitar varias bibliotecas de la ciudad, para indagar y saber en qué estado se encuentra los elementos a investigar y que aporta en la construcción de sujetos.

1.1. REALIZACIÓN DEL PROCESO:

Este proceso se inició en la facultad de Educación Física en la Especialización de Pedagogía del Entrenamiento Deportivo en el periodo del 2013 – 1, como requisito para poder optar al grado como Especialista en Pedagogía del Entrenamiento Deportivo. El proceso se realizó en el énfasis social en tres fases o momentos:

-Definición de temas (Deporte, Deporte Social y Deporte y Salud).

-Definición de Categorías.

-Sistematización.

1.1.1 Primera Fase o Momento: En el proceso de realización del proyecto, hubo un primer momento en el que se definieron los tres grandes temas, estos fueron seleccionados de manera conjunta con el profesor Juan Carlos Ibarra (deporte, deporte social y deporte y salud) en el marco del proceso de asesoría que se realizó los días lunes y miércoles, desde el primer nivel de investigación en la especialización de Pedagogía del Entrenamiento Deportivo con el fin de poderlos articular con el proyecto de **CARACTERIZACIÓN Y ESTADO DEL ARTE DEL DEPORTE SOCIAL EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ**, pero para dar una definición a estos temas, en el periodo 20013-1, fue necesario:

- Seleccionar varios textos (Libros, Revistas, Documentos, Tesis y Ensayos): Estos textos fueron seleccionados y analizados en diferentes centros de documentación y bibliotecas de la ciudad, con el fin de poder determinar un concepto para cada uno de los temas comunes (Deporte, Deporte Social y Deporte y Salud).

En total los textos investigados fueron:

<i>LIBROS</i>	<i>16</i>
<i>ARTÍCULOS DE REVISTAS</i>	<i>5</i>
<i>DOCUMENTOS</i>	<i>5</i>
<i>TESIS</i>	<i>1</i>
<i>ENSAYO</i>	<i>1</i>

Los textos investigados son:

<i>LIBROS</i>	
Deporte y Salud familiar Autor: Zamora	Deporte sin límites Autor: I.N.D.E.R
Manual de Educación Física y Deportes Autor: Oceano	Deporte y sociedad Autor: Antonio Franco Estadella
La Lúdica en la enseñanza del deporte Autor: Diego Colonia	Antropología del deporte Autor: Kendall Blanchard
Actividad Física, Educación Física y Deporte Autor: Héctor José Peralta Berbesi	Personalidad, Actividad Física y Deporte Autor: Hiram M. Valdés Casal
Psicología del deporte y del deportista Autor: John D. Lawther	Medicina del deporte (Tomo I, II, IV) Autor: Bruce G. Simons-Morton Dr. Morris B. Mellion Dr. Juan J. González Dr. Robert E. Each
El deporte en la construcción del espacio social Autor: Álvaro Rodríguez Díaz	Manual de la vida sana (Alimentación, Deporte y Medicina) Autor: Miguel Amengual Pliego
Salud, Ejercicio y Deporte Autor: JürgenWeineck	V congreso mundial del deporte para todos Autor: Dra. Diana Jonés
Valores sociales y deporte Autor: Melchor Gutiérrez	Deporte Autor: Juan Rodríguez

<i>ARTÍCULOS DE REVISTAS</i>	
Deporte y Educación Física Autor: Carlos Bonilla	Deporte con todos Autor: Coldeportes Nacional
Educación (El valor del deporte en la educación integral del ser humano) Autor: Melchor Gutiérrez	Desarrollo humana, Deporte, Recreación y Educación Física Autor: Carlos Vera Guardia
Indeportes Antioquia Autor: Beatríz Restrepo Gallego	

<i>DOCUMENTOS</i>	
Consejería de turismo y de deportes Autor: Roberto San Salvador	Boletín informativo del consejo superior Autor: Consejo Superior de Deportes
Funciones sociales del deporte Autor: Octavio Martín	Investigación Autor: José Alejandro Escalona
Conpes sector social de recreación, deporte, educación física y aprovechamiento del tiempo libre Autor: Instituto Colombiano del deporte (Coldeportes Nacional)	

<i>TESIS</i>
Deporte social: Una estrategia para la integración social en Mendoza Autor: Jimena Beatríz Cabezas

<i>ENSAYO</i>
Psicología del Deporte Autor: Jorge Garzarelli

- Hacer un diseño de R.A.E.S:

Para el diseño de R.A.E.S, fue necesaria la elaboración de varios bosquejos de estos, con el objetivo de construir conjuntamente con el profesor Juan Carlos Ibarra el más pertinente para llevar a cabo la indagación.

El diseño de R.A.E que se utilizó en este proceso es el siguiente:

<i>R.A.E. (RESUMEN ANALÍTICO ESPECIALIZADO) N°</i>	
TÍTULO:	
AUTOR:	
EDICIÓN:	
CLASIFICACIÓN:	
PALABRAS CLAVES:	
TIPO DE DOCUMENTO:	
UBICACIÓN DEL DOCUMENTO:	
FUENTES:	
CONTENIDO:	
CONCLUSIONES:	

- Realizar una consulta bibliográfica:

Esta consulta bibliográfica se hizo en varios centros de documentación y bibliotecas seleccionados en la ciudad de Bogotá, con el objetivo de saber que tanto existe en el ámbito del deporte, deporte social y deporte y salud, entre estos centros de documentación están:

- Biblioteca Virgilio Barco.
 - Biblioteca del Instituto Distrital de Recreación y Deporte (I.D.R.D)
 - Biblioteca del Comité Olímpico Colombiano.
 - Biblioteca Luis Ángel Arango.
 - Biblioteca de la Universidad Pedagógica Nacional (U.P.N)
- Hacer la definición de temas comunes (Deporte, Deporte Social y Deporte y Salud):
Estos temas, fueron propuestos por el profesor Juan Carlos Ibarra con la intención de articularlos con el proyecto de Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá. Para el proceso de indagación, se visitaron varios centros de documentación y bibliotecas seleccionados de la ciudad de Bogotá, y por medio de los textos, se pudo dar una definición a los temas comunes, esta información, está plasmada en los R.A.E.S, los cuales fueron diseñados acorde al tipo de investigación, orientados a la obtención de nuevos conocimientos y su aplicación para la solución a problemas o interrogantes de carácter científico.

Sin embargo, después de la definición de DEPORTE, DEPORTE SOCIAL Y DEPORTE Y SALUD, se presentaron algunas dudas, debido a que el deporte y el deporte social están correlacionados, en tal sentido, decidimos establecer un solo concepto para los dos temas. Pero al transcurrir el tiempo consideramos que era necesario que cada uno de estos ítems tuviese su propio ámbito de análisis, por ende se realizó un nuevo análisis detallado de los conceptos según los diferentes autores y se pudo dar definiciones por separados a cada uno de los temas expuestos anteriormente.

Además de esto, se definió y se planteó la realización de una matriz de roles, en donde se muestra que rol cumple los profesores, entrenadores, deportistas y comunidad en el deporte, deporte social y deporte y salud.

En las tablas que encontraremos a continuación, se muestran cada uno de los autores consultados respecto a los conceptos de Deporte, Deporte Social y Deporte y Salud.

Autores consultados:

<i>DEPORTE</i>	
ANTONIO FRANCO	KENDALL BLANCHARD
MELCHOR GUTIÉRREZ	JOHN LAWThER
JORGE GARZARELLI	INSTITUTO COLOMBIANO DE DEPORTES

<i>DEPORTE SOCIAL</i>	
MELCHOR GUTIÉRREZ	DIEGO COLONIA
JOSÉ ALEJANDRO ESCALONA	EDUARDO BLANCO
COLDEPORTES-ANTIOQUIA	ROBERTO SAN SALVADOR
OCTAVIO MARTÍN MARTÍN	HIRAM VALDÉS CASAL
ÁLVARO RODRÍGUEZ DÍAZ	JIMENA BEATRIZ CABEZAS
CARLOS BONILLA	BEATRIZ RESTREPO GALLEGO
HÉCTOR JOSÉ PERALTA	CARLOS VERA GUARDIA

<i>DEPORTE Y SALUD</i>	
OCTAVIO MARTÍN MARTÍN	CONSEJO SUPERIOR DEL DEPORTE
JIMENA BEATRIZ CANEZAS	JURGEN WEINECK
DOCTOR ROBERTO LEACH	BRUCE SIMONS-MORTON
DOCTOR MORRIS MELLION	DOCTOR JUAN JOSÉ GONZÁLES
DOCTORA DIANA JONES	MIGUEL AMENGUAL
INDER-ANTIOQUIA	MELCHOR GUTIÉRREZ

1.1.2. Segunda Fase o Momento: Como un segundo momento del proceso de investigación de esta revisión documental y bibliográfica en el periodo 2013-2, fue imprescindible:

- Analizar los R.A.E.s en general:

Para este procedimiento, se clasificaron detalladamente los R.A.E.s y se estudiaron cada uno de los conceptos de los diferentes autores, con la finalidad de afianzar conocimientos sobre los temas comunes. Este análisis de los R.A.E.s, nos permitió la recopilación de la información más relevante para este proyecto, dicha indagación se expresó en una matriz.

La matriz “es un instrumento, que se utiliza para garantizar la coherencia y congruencia entre los elementos del diseño de propuesta en una investigación cualitativa” (Silvia García Vargas).

A demás de la comprensión de los textos investigados en los diferentes centros de documentación de la ciudad, la matriz proporcionó un análisis de cada uno de los autores indagados con respecto a los temas de deporte, deporte social y deporte y social, dicha distinción se encuentra al final de cada uno de los conceptos anteriormente expuestos.

- Definición de categorías:

Después de haber elaborado unos conceptos para los temas expuestos como: deporte, deporte social y deporte y salud, se hizo un análisis general de los R.A.E.s para definir unas categorías de diferentes ámbitos: las de carácter filosófico (hacen referencia al razonamiento moral), las de carácter médico (hacen referencia a la salud, a la calidad de vida), las de carácter antropológico y psicológico (hacen referencia a la relación social y a la personalidad) y por último las de carácter sociológico (hacen referencia a los efectos no educativos del deporte), con el propósito de abordar la incidencia que el deporte, el deporte social y el deporte y salud tienen en la vida de las personas que llevan a cabo su práctica. En este proceso, también se reveló un análisis general de las categorías por medio de una matriz.

1.1.3. Tercera Fase o Momento: Como un tercer momento, implícito en el periodo 2014-1, se hizo una sistematización del estudio que se realizó en los diferentes centros seleccionados de documentación y bibliotecas de la ciudad de Bogotá. La sistematización “es un acto primordial de conocimiento. Es por lo tanto, una modalidad de investigación que procura hacer una serie de conceptualizaciones a partir de la práctica. Esto significa que la experiencia se ubica en un “sistema de abstracción” al cual denominamos teoría. La “abstracción” tiene como aspecto necesario la reconstrucción, en el caso de lo social, de los problemas y procesos sociales. En definitiva, es la tarea de conceptualización lo que le da sentido y contenido a los procesos de sistematización. Sin embargo, esta dinámica se dificulta enormemente a raíz de que la mayoría de las experiencias de trabajo adolecen de un marco conceptual explícito que facilite la labor de interpretación y generalización, lo cual demanda un esfuerzo de los encargados o participantes en la mencionada actividad que tendrán que reconstruir cual es el modelo, enfoque, escuela, o

paradigma básico del proyecto; mirar la orientación teórica e ideológica de los actores (profesionales, funcionarios, Etc.), o revisar las hipótesis operativas que subyacen”. (Ciro Alfonso Serna Mendoza y Nicasio Serna M.).

“Sistematizar, es un proceso colectivo que se sustenta por dos acciones centrales. Uno, de registro que utiliza la identificación, descripción y documentación de las experiencias que se dan en la gestión educativa, y otra, que es un proceso de reflexión colectivo continuo de estas acciones, donde se evalúa y analiza la gestión educativa, identificando logros, dificultades, oportunidades, amenazas y carencias”. (Ana María Mengoa, Bolivia 2004).

En esta sistematización, se muestra la interpretación crítica de varias experiencias, que a partir de su ordenamiento y reconstrucción descubre y explica el proceso vivido en la revisión documental y bibliográfica.

1.2. CONCEPTOS DE DEPORTE

Autores:

JOHN D. LAWThER	MELCHOR GUTIÉRREZ
KENDAL BLANCHARD	ANTONIO FRANCO

Etimológicamente, la palabra Deporte se deriva de disporte (dis y portare) que significa, sustraer el trabajo. Esta derivación, implica que el Deporte es diversión y no tarea pesada. Por lo anterior, el Deporte puede definirse como un esfuerzo corporal más o menos vigoroso realizado por el placer y recreación de la actividad misma y practicada por lo general de acuerdo con formas tradicionales o conjunto de reglamentaciones. El Deporte puede ser o no competitivo, aunque esta condición parece añadirle interés e introduce incentivos adicionales y motivaciones que aumentan el valor de su práctica. En este sentido, Blázquez (1995) considera al Deporte recreativo, como aquel que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce; por otra parte, considera al Deporte competitivo, como la práctica con la intención de vencer a un adversario o de superarse a sí mismo; y por último, considera al Deporte educativo, como aquel cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y de potenciar los valores del individuo. Sin embargo, Sánchez (1995) afirma, que el Deporte puede ser toda actividad física que el individuo que la práctica asume como un esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación, de reto, de cumplimiento o superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo.

Visto desde esta perspectiva, el Deporte se presenta como una especie de conflicto social, una lucha en pos de valores, méritos, rango, poder y riquezas con un adversario dispuesto a neutralizar, herir o eliminar sus rivales (Coser, 1956). La competición es una especie de conflicto en el que dos o más individuos luchan por alcanzar un objetivo. El área de la conducta

humana que denominamos Deporte, comprende un gran número de personas, entre participantes y espectadores en casi todas las naciones y civilizaciones del mundo. Efectivamente, la actividad deportiva ha sido una característica del hombre a lo largo de la historia.

Según la definición del barón de Coubertin, promotor del Olimpismo moderno; dice que el Deporte es el culto voluntario y habitual del ejercicio muscular intensivo, apoyado en el deseo de progreso y que puede llegar hasta el riesgo. También resulta válida la tesis del francés Bernard Gillet, en donde expresa que el Deporte es una lucha y un juego, es una actividad física intensa sometida a reglas precisas y preparadas por un entrenamiento intensivo. Por otra parte, el comité de la UNESCO, afirma que el Deporte es una actividad específica de competición, en la que se valora intensamente la práctica de ejercicios físicos con vistas a la obtención por parte del individuo, al perfeccionamiento de las posibilidades morfo-funcionales y psíquicas, concretadas en el record, en la superación de sí mismo o en la de un adversario.

Sin embargo, hay algo que escapa de la valorización de todas esas definiciones, es decir, la realidad de que la práctica deportiva es por su propia naturaleza, exigente, obliga a dar un máximo rendimiento y a buscar los límites de esfuerzo. Por otra parte, el Deporte entendido como actividad no profesional presenta un componente a menudo olvidado: la generosidad del esfuerzo.

Por otra parte, el autor MELCHOR GUTIERREZ, manifiesta que cada día son más frecuentes las prácticas deportivas que se olvidan de esos valores y resaltan la vanidad personal, intolerancia, alineaciones ilegales, empleo de drogas para mejorar el rendimiento, conductas agresivas y abundancia de trampas, esto debido al excesivo empeño en el triunfo y que la competición reduce los comportamientos pro-sociales y promueve conductas antisociales.

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	REVISTA DE EDUCACIÓN (EL VALOR DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	REVISTA DE EDUCACIÓN 335, (2004)
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE	¿CÓMO CONCEBE EL DEPORTE?	Es la actividad física de naturaleza competitiva y gobernada por reglas institucionalizadas. Pero la cuestión no queda aún resuelta, puesto que cuando se habla de Deporte se hace necesario especificar a qué tipo de Deporte nos estamos refiriendo. En este sentido. Blázquez (1995) considera el Deporte recreativo, como aquel que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce. Entiende al Deporte competitivo, como aquel practicado con la intención de vencer a un adversario o de superarse a sí mismo; y por último manifiesta que el Deporte educativo, es aquel cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y de potenciar los valores del individuo.
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	El rol del entrenador no aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	El rol del deportista, basado en seguir las reglas institucionalizadas por los Deportes.

	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	El rol de la comunidad, basado en seguir las reglas institucionalizadas por los Deportes.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	El Deporte se puede realizar con fines diferentes: Deporte recreativo, Deporte competitivo y Deporte educativo.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	KENDALL BLANCHARD – ALYCE CHESKA
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	ANTROPOLOGÍA DEL DEPORTE (CAP I)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	EDICIONES S.A. 01/04/1986
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE?	Es un conflicto social, una lucha en pos de valores, méritos, rango, poder y riquezas, con un adversario dispuesto a neutralizar, herir o eliminar a sus rivales (Coser, 1956). La competición es un conflicto en el que dos o más individuos luchan por alcanzar un objetivo, con el énfasis puesto exclusivamente en el objetivo y no en los antagonistas (Nisbet, 1970). El conflicto en una sociedad determinada reviste varias formas, algunas de las cuales se definen a menudo, como acontecimientos deportivos.
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	El rol del entrenador no aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	El rol de los deportistas en una competición es el de luchar por un objetivo.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	El rol de la comunidad es el de los acontecimientos deportivos.

CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	El deporte como conflicto social, un tipo de actividad que implica un comportamiento agresivo por la competición.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	ANTONIO FRANCO ESTADELLA
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	DEPORTE Y SOCIEDAD (CAP I)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	SALVAT EDITORES, S.A. 1975
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE	¿CÓMO CONCEBE EL DEPORTE?	<p>El fenómeno del deporte, es una práctica individual según la definición que elaboró el barón de Coubertin, promotor del Olimpismo Moderno: El Deporte es el culto voluntario y habitual del ejercicio muscular intensivo, apoyado en el deseo de progreso y que puede llegar hasta el riesgo. Por otra parte, Bernard Gillet dice que el Deporte es una lucha y un juego, una actividad física intensa sometida a reglas precisas y preparadas por un entrenamiento intensivo. Sin embargo, la UNESCO define el Deporte, como una actividad específica de competición, en la que se valora intensamente la práctica de ejercicios físicos con vista a la obtención por parte del individuo, al perfeccionamiento de las posibilidades morfo-funcionales y psíquicas, concentradas en el record, en la superación de sí mismo o de un adversario.</p> <p>La práctica deportiva es por su propia naturaleza exigente, obliga a dar un máximo rendimiento y a buscar los límites de esfuerzo.</p>
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, no aplica.
	ROL DEL	¿QUÉ FUNCIÓN	Rol de los deportistas es de practicar deporte con algún fin.

ROLES	DEPORTISTA	CUMPLE EL DEPORTISTA?	
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, no aplica.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Están orientados a la práctica deportiva con diversos fines, en donde se necesita esfuerzo para conseguir un rendimiento deportivo.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	JOHN D. LAWThER
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y DEL DEPORTISTA, DIVERSIÓN, TIEMPO LIBRE (CAP I)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	PAIDOS IBERICA, S. A. 2DA EDICIÓN
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE	¿CÓMO CONCEBE EL DEPORTE?	<p>Etimológicamente, la palabra Deporte se deriva de disporte (dis y portare), sustraer al trabajo. Esta derivación de la palabra implica que el Deporte es diversión, no tarea pesada. El Deporte puede definirse como un esfuerzo corporal más o menos vigoroso realizado por el placer y recreación de la actividad misma y practicada por lo general de acuerdo con formas tradicionales o conjunto de reglamentaciones. Puede ser o no competitivo, aunque esta condición parece añadirle interés e introduce incentivos adicionales y motivaciones que aumentan el valor de su práctica.</p> <p>El Deporte se relaciona con la actividad física, ya sea como un juego o competición subordinada a un conjunto de reglas. Además se define como una demostración de destreza física y mental, en donde hay recreación, placer y diversión.</p>
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	El rol del entrenador no aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL	El rol de los deportistas, seguir las normas del juego.

		DEPORTISTA?	
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	El rol de la comunidad es seguir las normas del juego.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	El principal objetivo puede ser una experiencia social de carácter relajador o meramente un pequeño pasatiempo.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

1.3. CONCEPTOS DE DEPORTE SOCIAL

Autores:

DIEGO COLONIA	OCTAVIO MARTÍN MARTÍN
ÁLVARO RODRÍGUEZ DÍAZ	CARLOS VERA GUARDIA
BEATRIZ RESTREPO GALLEGO	

El Deporte Social, es un complemento, una herramienta didáctica y formativa del ser humano en la cual, socializa y sensibiliza el carácter de un grupo (FORMACION INTEGRAL). Por consiguiente, por medio del Deporte se alcanza una armonía integral que soporta y fomenta una mejor calidad de vida para sí y para su comunidad. Se afirma que el Deporte proporciona un punto de encuentro para el desarrollo social y características positivas, desarrollando rasgos o valores que son socialmente deseados.

En tal sentido, el Deporte constituye poderosos instrumentos para promover una sociedad más inclusiva, para luchar contra la intolerancia, la discriminación de toda índole, la violencia, el abuso del alcohol o el uso de estupefacientes; contribuyendo a la reivindicación e integración de las personas excluidas de la vida social y comunitaria tales como los discapacitados o muy buena parte de los grupos de adultos mayores.

Por otra parte, el autor EDUARDO BLANCO, también dice, que los poderes públicos deben jugar un papel muy importante para que lo anterior se lleve a cabo en las diferentes comunidades, la cual no está basada únicamente en la gestión máxima del aprovechamiento social de las instalaciones deportivas, sino generando también una oferta de la práctica deportiva y de ocupación del tiempo libre, creando un marco de colaboración con el asociacionismo escolar y de barrio.

El Deporte puede fomentar el razonamiento moral; el problema radica en que los profesores o entrenadores deben intencionalmente llevarlo a cabo, lo cual supone invertir tiempo en ello y eliminar otros aspectos del programa. CARLOS BONILLA dice, que en este sentido, el profesor o entrenador atribuye a la importancia de la ayuda social a otros.

ROBERTO SAN SALVADOR Y MELCHOR GUTIÉRREZ, también dicen que el Deporte, ayuda a la prevención de enfermedades y elimina estados de fatiga o de agotamiento psíquico debido a tensiones repetidas, por consiguiente el Deporte tiene un valor terapéutico.

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	DIEGO COLONIA
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	LA LÚDICA EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE (CAP I, II Y III)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	FAID EDITORES 2001 – SANTIGO DE CALI
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	<p>La Lúdica, además de ser un área de la humanidades que rescata la convivencia social y la ciudadanía, permite ensanchar el saber y crear una serie de cambios que deja el tener siempre una herramienta nueva en todos los campos del conocimiento, dados por el goce que el crear y recrear faculta en el complemento didáctico y formativo del ser humano como tal. De igual forma, las actividades deportivas recreativas son para la socialización y sensibilización del carácter del grupo, como un medio pedagógico para el complemento de la fundamentación deportiva.</p> <p>En el siglo XXI, la Lúdica ha tomado fuerza y los trabajadores del cuerpo deben ser creativos, entusiastas, ante todo trabajar la humanización y tomar los espacios para las actividades socio-lúdicas (Deporte recreativo), que mejoran la calidad de vida y por ende la autoestima, el amor y el respeto por la naturaleza.</p>
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, debe trabajar constantemente la humanización.

ROLES	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, por medio del Deporte aprender la humanización para una mejor calidad de vida.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, por medio del Deporte aprender la humanización para una mejor calidad de vida.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	La Lúdica en el Deporte, como complemento didáctico y formativo en el ser humano.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	ALVARO RODRÍGUEZ DÍAZ
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	EL DEPORTE EN LA CONSTRUCCIÓN DEL ESPACIO SOCIAL (CAP I)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	2008 CENTRO DE INVESTIGACIÓN SOCIOÑÓGICAS – MADRID
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	<p>Se aborda la cuestión sustancial de los valores, para identificar el Deporte como un objeto valioso, en tanto que se incorpora como elemento de cohesión para construir los nacionalismos, para formar educativamente a los menores y para cubrir el ocio de los trabajadores fuera de sus empresas.</p> <p>El Deporte es uno de los objetos más valiosos que ha encontrado la modernidad para su legitimación en tanto que se entendió que su uso estaba abierto a la participación de cualquier ciudadano. Los principios de la igualdad y de la meritocracia se consideraron especialmente en el ámbito del Deporte, ya que la mayor capacidad y habilidad física podrían ser atributos de sujetos que procedieran de clases menos favorecidas. El comportamiento deportivo, representa un comportamiento ético: el juego limpio fue lema común. Se trataba de encontrar una actividad física que suprimiese o redujese la violencia entre varones.</p>
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador no aplica.

	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista basado en el comportamiento ético, adquirido por medio del Deporte.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad no aplica.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Formar educativamente a los estudiantes por medio del Deporte.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	CARLOS VERA GUARDIA
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	REVISTA DESARROLLO HUMANO, DEPORTE, RECREACIÓN Y EDUCACIÓN FÍSICA
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	IPEF/VENEZUELA. PUBLICACIÓN N°2. 1989
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	<p>El Deporte, dentro del desarrollo humano tiene una gran importancia ya que ayuda a que el ser humano tenga una mejor calidad de vida, tanto en cuestiones físicas como mentales y contribuye a una mejor salud dando sensación de bienestar. Por ello, el Deporte es un excelente medio para desarrollar en el hombre, en especial en el niño, ciertas actitudes y la comprensión de ciertos valores, que siendo muy difíciles de entender conceptualmente son asimilados y adquiridos a través de las prácticas o juegos deportivos.</p> <p>El tema del Deporte, es de gran importancia, ya que en la actualidad éste tiene mucho valor en la formación integral del persona, es decir, para cada una de sus áreas del desarrollo, tanto para las físicas como para las psicológicas y las sociales, además influye en el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales.</p>
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador no aplica.

	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, aprendizaje de valores a través del Deporte, contribuyendo a una mejor calidad de vida.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, aprendizaje de valores a través del Deporte, contribuyendo a una mejor calidad de vida.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Formación integral de las personas a través del Deporte.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	BEATRIZ RESTREPO GALLEGO
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	REVISTA DE INDEPORTES EL DEPORTE Y LA FORMACIÓN ÉTICO-MORAL
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	2001
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	<p>La importancia del Deporte, entendida como formación integral y ello porque la psicopedagogía, por una parte, ha recuperado y valorado la dimensión corporal y sensible del ser humano y su interés para la educación, y por otra parte, ha reconocido que el juego es elemento constitutivo del ser humano en cuanto ejercicio de libertad y posibilidad de goce. Por esta razón, las normas y las reglas del Deporte, forman parte del mundo moral; en ello, radica la posibilidad de la analogía entre las reglas de juego y la praxis moral.</p> <p>En este sentido, es responsabilidad de cada docente o entrenador, realizar las actividades físicas de la mejor manera posible, para que éstas posibiliten valores humanos por medio del Deporte.</p>
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, facilitador de actividades que posibiliten el aprendizaje de valores por medio del Deporte.

ROLES	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, formación integral a través del Deporte.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad no aplica.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Formación integral de los sujetos y aprendizaje de lo moral (valores) por medio del Deporte.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	VALORES SOCIALES Y DEPORTE
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	REVISTA DE EDUCACIÓN 335, (2004)
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCEBE EL DEPORTE SOCIAL?	El valor educativo del Deporte para el desarrollo psicosocial del individuo y como medio de integración social y cultural. Quienes defienden este planteamiento, consideran el Deporte como una herramienta apropiada para enseñar a todos, pero sobre todo a los más jóvenes, virtudes y cualidades positivas como justicia, lealtad, afán de superación, convivencia, respeto, compañerismo, trabajo en equipo, disciplina, responsabilidad y conformidad (Cruz 2004). Pero a su vez, no podemos ignorar que cada día son más frecuentes las prácticas deportivas que se olvidan de esos valores y resaltan la vanidad personal, intolerancia, alineaciones ilegales, empleo de drogas para mejorar el rendimiento, conductas agresivas y abundancia de trampas (Shields y Bredemier 1995). También señalan algunos autores el excesivo empeño puesto en el triunfo y que la competición reduce los comportamientos pro-sociales y promueve conductas anti-sociales (Bay-Hinitz y Cols 1994; Beller y Stoll 1995 yBredemeier 1996)
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador gestor del aprendizaje.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, aprender virtudes y cualidades positivas por medio del Deporte.

	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad no aplica.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	El valor educativo del Deporte. El Deporte con fines no educativos.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	CARLOS BONILLA BAQUERO
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	REVISTA DE DEPORTE Y EDUCACIÓN FÍSICA
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	ABRIL 1991
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	<p>La educación debe apuntar a una formación lo más amplia e integral posible, para lo cual se debe tener en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Los valores sociales. -Los valores personales. -Los fundamentos científicos. -La instrucción técnica. <p>Lo que se propone es que todo educador, le corresponde el esfuerzo por esclarecer cómo integrar estas cuatro aspiraciones como su disciplina específica de trabajo, en donde la Educación Física y el Deporte son una disciplina pedagógica, cuya misión central es la de contribuir a la formación del hombre, aportando valores sociales e individuales desde su campo específico y la motricidad humana.</p>
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, integrar estas cuatro aspiraciones para de esta manera contribuir con la formación del hombre.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, absorber conocimientos, los valores sociales e individuales.

	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad no aplica.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	La Educación Física y el Deporte como disciplinas pedagógicas.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	ROBERTO SAN SALVADOR DEL VALLE
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	DOCUMENTO DE LA CONSEJERIA DE TURISMO Y DEPORTES
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	ESPAÑOLA 1996 SANTA ROSA DE LIMA-MALAGA
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	<p>Se define el ocio como una experiencia personal, creativa, lúdica, festiva, solidaria y de bienestar que posibilita el desarrollo de procesos de interiorización y actividades en el marco de los diversos ámbitos en los que se manifiesta como: la cultura, recreación, deporte, turismo, desarrollo comunitario y la salud.</p> <p>El Ocio se manifiesta como una intervención progresiva que implica una intencionalidad de desarrollo personal y social, pero en ocasiones adquiere una finalidad preventiva ante realidades de riesgo. Por lo tanto, el Deporte logra un perfil preventivo, como instrumento para afrontar situaciones de riesgo para la salud (solución o alternativa de tratamientos de enfermedades o discapacidad) y el bienestar social (alternativas para determinados procesos degenerativos de marginación social).</p>
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador no aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, procesos de interiorización, prevención de enfermedades y mejoramiento de la calidad de vida a través del Deporte.

	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, procesos de interiorización, prevención de enfermedades y mejoramiento de la calidad de vida a través del Deporte.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Perfil preventivo de enfermedades y bienestar social por medio del Deporte.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	INSTITUTO COLOMBIANO DEL DEPORTE
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	DOCUMENTO CONPES SECTOR SOCIAL DE RECREACIÓN, DEPORTE, EDUCACIÓN FÍSICA Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	DICIEMBRE 29 DE 2000
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	<p>El Deporte en Colombia puede contribuir al desarrollo de programas para la juventud, niñez, reconocimiento humano e integración social de las personas, la promoción de la mujer y en particular cumplir un papel preponderante dentro de una estrategia general articulada al proceso de paz. En tal sentido, el Deporte, las Actividades Recreativas y la Educación Física, se constituyen en poderosos instrumentos para promover una sociedad más inclusiva, para luchar contra la intolerancia, la discriminación de toda índole, la violencia, el abuso del alcohol o el uso de estupefacientes; el sector puede contribuir a la integración de las personas excluidas de la vida social y comunitaria tales como los discapacitados o grupos mayores. Por lo anterior, se afirma que el ejercicio del Deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas, tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud.</p>
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador no aplica.
	ROL DEL	¿QUÉ FUNCIÓN	Rol del deportista, formación integral a través del Deporte, la Recreación y

ROLES	DEPORTISTA	CUMPLE EL DEPORTISTA?	la Educación Física.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, formación integral a través del Deporte, la Recreación y la Educación Física.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	El Deporte, las Actividades Recreativas y la Educación Física como poderosos instrumentos para promover una sociedad más inclusiva.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	OCTAVIO MARTÍN MARTÍN
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	FUNCIÓN EDUCATIVA DEL DEPORTE (CAP I)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	FEBRERO 2002 – ESPAÑA
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE SOCIAL?	Como institución social en una sociedad moderna, el Deporte afecta, de un modo u otro, prácticamente a todos los individuos. Una buena educación, permite el desarrollo integral del individuo como ser humano y ser social. El Deporte, encierra un interés muy grande desde un punto de vista pedagógico, sobre todo cuando sabemos que los Deportes organizados constituyen el principal ambiente de socialización “pública” de los jóvenes. El Deporte, es el modelo ideal de aprendizaje del comportamiento social (Consejo de Europa, 1996).
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, basado en la práctica deportiva como elemento que enseña socialización.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, basado en la práctica deportiva como elemento que enseña socialización.

	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, basado en la práctica deportiva como elemento que enseña socialización.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Enfocados hacia la socialización de las personas por medio del Deporte. El Deporte como herramienta educativa.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

1.4. CONCEPTOS DE DEPORTE Y SALUD

Autores:

MELCHOR GUTIÉRREZ	OCTAVIO MARTÍN MARTÍN
JURGEN WEINECK	BRUCE G. SIMONS-MORTON
DR. ROBERTO E. EACH	DRA. DIANA JONES
JIMENA BEATRIZ CABEZAS	

En el último medio siglo de la historia de la humanidad, se ha venido produciendo una serie de cambios en la sociedad: disminución de la jornada laboral, la implantación de la jornada escolar intensiva, la inestabilidad del empleo, el sedentarismo, el consumo de drogas y de otras sustancias psicoactivas como alcohol y tabaco, el incremento de la delincuencia, entre otros. Ante estos cambios sociales, diferentes autores pregonan con que el Deporte busca ofrecer nuevas posibilidades y alternativas para la ocupación del tiempo libre, en forma que le permita a los individuos desarrollar su personalidad y creatividad, así como adquirir hábitos saludables, mejorando entonces la calidad de vida de las personas. Manifiestan que el Deporte, es una forma esencial de prevenir enfermedades tales como las coronarias, cardiovasculares, hipertensión, diabetes, osteoporosis, cáncer de colon y de mama y tienen un gran valor terapéutico en el estado de ánimo y la depresión de las personas. Se dice que las personas que practiquen Deportes tienen un buen nivel de salud que les permite llevar una vida social y económicamente

productiva. La atención primaria de la salud es la estrategia elegida para alcanzar esa meta, obteniendo así una mejor calidad de vida.

MELCHOR GUTIÉRREZ afirma, que si los niños y adolescentes adquieren estilos de vidas activos y saludables, los hábitos instaurados en las primeras edades, influirán significativamente marcando la continuidad de este estilo en la edad adulta.

Por otra parte BRUCE SIMONS-MORTON, dice que casi cualquier momento continuo en la actividad física y el deporte puede preservar o mejorar la salud, pero que la actividad aeróbica ofrece los mayores beneficios conocidos. La participación en la actividad aeróbica, es una forma eficaz de mejorar la aptitud cardiorrespiratoria.

Sin embargo, EL Deporte es algo que se practica siempre con finalidades diferentes afirma JURGUEN WEINECK.

En esta recopilación de conceptos con respecto al deporte, deporte social y deporte y salud, se descubre que los Autores abordan la importancia que tiene el Deporte en el desarrollo integral de las personas, cuya misión central es la de contribuir a la formación del hombre en todos sus aspectos de la vida diaria. Pero, ¿De qué manera influye el deporte en la vida de los sujetos?, después de haber hecho la indagación sobre temas comunes, es necesario definir algunas categorías que darán a conocer de qué manera el Deporte, el Deporte Social y el Deporte y Salud están relacionados con los sujetos.

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	OCTAVIO MARTÍN MARTÍN
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	FUNCIONES TERAPÉUTICAS DEL DEPORTE (CAP III)
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	FEBRERO 2002 ESPAÑA
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE Y SALUD	¿CÓMO CONCEBE EL DEPORTE Y SALUD?	<p>El ejercicio físico, puede frenar el declive de las aptitudes fisiológicas y contribuir a preservar la conciencia y la estima de uno mismo.</p> <p>El consejo de Europa (1996) dice que el ejercicio físico y el Deporte regularmente durante toda la vida, ayuda a mejorar la salud de todas las personas (niños, jóvenes, adultos o ancianos), los efectos que provoca el ejercicio son imposibles de conseguir de otra manera.</p> <p>Según resultados de estudios, el ejercicio físico y el deporte:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Aumenta y mejora las capacidades funcionales: aptitud muscular (fuerza, potencia y resistencia), función cardiorrespiratoria (capacidad aeróbica y resistencia). -Mejora las estructuras: densidad y composición óseas, estructura y función de las articulaciones, flexibilidad... -Mejora aspectos psicosociales: bienestar psicológico y social, función cognitiva, buenas costumbres (hábitos alimenticios, cuidar el sueño).
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, no aplica.
	ROL DEL	¿QUÉ FUNCIÓN	Rol de los deportistas, a través del Deporte pueden mejorar la salud.

ROLES	DEPORTISTA	CUMPLE EL DEPORTISTA?	
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, a través del Deporte pueden mejorar la salud.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	El ejercicio físico y el deporte, ayuda a mejorar la salud.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	JURGEN WEINECK
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	SALUD, EJERCICIO Y DEPORTE
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	BARCELONA 2001
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE Y SALUD	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE Y SALUD?	<p>El Deporte para la Salud, pretende alcanzar un equilibrio, una recuperación o un buen estado físico, y que pueda estar organizado de muy diversas formas... tanto como deporte popular, de ocio o lifetime.</p> <p>El Deporte tiene un alto valor para la Salud, sobre todo los deportes de resistencia, que son muy adecuados para la prevención de las enfermedades cardiovasculares. Junto al entrenamiento de la resistencia, también ha aumentado el deporte que conduce sobre una reeducación de los movimientos y la fuerza, así como el entrenamiento de las capacidades de coordinación. La reeducación de la fuerza, sirve para prevenir los daños producidos por las malas posturas, la osteoporosis y las dolencias de espalda.</p>
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, no aplica.

ROLES	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, no aplica.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, prevención de enfermedades.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Enfocado hacia el valor que tiene el Deporte en la Salud (Prevención de enfermedades).
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	DOCTOR ROBERT E. EACH
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	MEDICINA DEL DEPORTE TOMO I
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	COLOMBIA 1991
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE Y SALUD	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE Y SALUD?	<p>El apogeo de los ejercicios físicos es un fenómeno social y la comunidad médica debe y puede aplaudirlo de todo corazón. Como resultado la población es más sana tanto física como mentalmente y tiene mayor conocimientos e interés por la salud. Parece que el ejercicio es una de las pocas cosas buenas sobre las que coinciden el gobierno, la industria y las entidades encargadas de la salud pública.</p> <p>Desde el punto de vista de los cuidados de la salud, el interés primordial reside en el sistema cardiovascular. Existe buena evidencia de que los pacientes que hacen ejercicios tienen una mayor probabilidad de sobrevivir a un infarto cardiaco.</p> <p>Por otra parte, la actividad física es también útil para controlar el peso, fortalecer y vigorizar el aparato musculo esquelético y quizás mantener la salud mental.</p>
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, no aplica.

ROLES	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, una población más sana tanto física como mentalmente.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, una población más sana tanto física como mentalmente.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Referenciado en la calidad de vida sana por medio del ejercicio.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	DOCTORA DIANA JONES
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	V CONGRESO MUNDIAL DE DEPORTES PARA TODOS
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	DICIEMBRE 1994 MONTEVIDEO-URUGUAY
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE Y SALUD	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE Y SALUD?	<p>En los últimos años, el valor del ejercicio físico en la prevención de la enfermedad coronaria ha ganado mucha atención. El ejercicio ha probado ser efectivo en mejorar factores como la hiperlipidemia, hipertensión y diabetes mellitus, todos los cuales son considerados principales factores de riesgo para la enfermedad coronaria.</p> <p>Reconocen la importante contribución que tienen los Deportes en lo que se refiere a la promoción de la actividad social y los valores humanos, para promover cuerpos y mentes saludables.</p> <p>El Dr. Iwane, ya ha cubierto vario de los excelentes beneficios de la actividad física. Dice que ésta, tiene un efecto profundo en varios niveles y esto condiciona las enfermedades cardiacas, hipertensión, diabetes no dependiente de la insulina, osteoporosis, cáncer de colon y de mama y ahora los diversos investigadores se han dado cuenta del profundo efecto que la actividad física tiene en el estado de ánimo y la depresión.</p> <p>En estudios de epidemiología, se ha encontrado que no es necesario ser un triatleta para conseguir un beneficio en nuestra salud.</p>
	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, no aplica.

ROLES	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, beneficios en cuanto a prevención de enfermedades, a través de la actividad física.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, beneficios en cuanto a prevención de enfermedades, a través de la actividad física.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	Actividad física para beneficios de la salud.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL			
	ITEM	PREGUNTAS ORIENTADORAS	DESCRIPCIÓN/DESARROLLO
CONTEXTUALIZACIÓN	AUTOR	¿QUIÉN ESCRIBIÓ EL TEXTO?	MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN
	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	REVISTA DE EDUCACIÓN (EL VALOR DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO
	EDICIÓN	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	REVISTA DE EDUCACIÓN 335, 2004
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DE DEPORTE Y SALUD	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE Y SALUD?	<p>El estilo de vida que predomina en nuestra sociedad es sedentario, caracterizado por altos índices de estrés. Éste estilo de vida, relacionado con carencia de actividad física, ha ocasionado diversos problemas psicológicos tales como: ansiedad, depresión y estados de ánimo poco saludables. Para contrarrestar este efecto, numerosos gobiernos se han hecho eco de esta problemática, incorporando a la actividad física y el Deporte en sus programas de promoción de la salud. En estos países se está llevando a cabo, acciones para cambiar la actitud y la conducta de sus ciudadanos respecto a la práctica deportiva, de tal manera que la educación físico-deportiva es considerada como un área importante en el desarrollo personal y en la mejora de la calidad de vida, valorándose como medio apropiado para conseguir dos demandas básicas de nuestra sociedad: la mejora funcional de la imagen corporal y la salud, y el uso constructivo del tiempo de ocio mediante actividades físicas, recreativas y deportivas.</p> <p>El desarrollo temprano de prácticas saludables parece ser primordial tanto para la salud infantil como para la calidad de vida de los adultos. Por lo anterior, existe el convencimiento general de que si los niños y adolescentes adquieren estilos de vida activos y saludables, los hábitos instaurados en las primeras edades, influirán significativamente marcando la continuidad de éste estilo en la edad adulta, y también que si los estilos de vida activos</p>

			acompañan a los estilos de vida saludables, podremos potenciar éstos a través de la actividad física y el deporte.
ROLES	ROL DEL ENTRENADOR	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL ENTRENADOR?	Rol del entrenador, no aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE EL DEPORTISTA?	Rol del deportista, estilo de vida saludable obtenido por las actividades físicas y el deporte.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿QUÉ FUNCIÓN CUMPLE LA COMUNIDAD?	Rol de la comunidad, estilos de vida saludables obtenido por las actividades físicas y el deporte.
CONOCIMIENTOS BÁSICOS	CONTENIDO	¿QUÉ ENSEÑA EL TEXTO Y EN QUÉ ENFATIZA LA ENSEÑANZA?	La actividad física y el deporte como un área importante en el desarrollo personal y la calidad de vida de las personas.
ELABORADO POR	YASMINE DE LEÓN AMARÍS		

2. CATEGORÍAS

Se denominan categorías a las nociones más abstractas y generales por las cuales las ideas y los objetos son reconocidos, diferenciados y entendidos. Las categorías de análisis en cualquier ciencia, son conceptos que sirven de análisis para explicar la realidad (Percy C. Acuña Vigil).

Una vez realizada la indagación correspondiente a la revisión documental y bibliográfica, se procedió a la categorización. Las respuestas de los temas comunes, se clasificaron en categorías atendiendo a criterios temáticos relacionados con los objetivos de esta investigación. A continuación se exponen las categorías resultantes de esta indagación teniendo en cuenta los conceptos de los diferentes autores con respecto al deporte, deporte social y deporte y salud.

2.1. CATEGORÍAS DE DEPORTE:

2.1.1 Deporte, Inclusión y Valores:

Melchor Gutiérrez (27-28002):

Tradicionalmente, han venido siendo dos los planteamientos teóricos que más frecuentemente se han utilizado para la educación de valores mediante la actividad física y

deportiva: la teoría del aprendizaje social y la teoría del desarrollo estructural, siendo la primera, la que mayor atención ha recibido en el pasado, aunque parece ser la segunda perspectiva la que ofrece mayores esperanzas para el futuro. Los seguidores del aprendizaje social atribuyen a la sociedad la capacidad de ejercer una poderosa influencia sobre los procesos de interiorización de los valores, ya que las normas de conducta se establecen por observación e imitación de los modelos y personas significativas así como de la guía que estos proporcionan.

Se ha comprobado que el método tradicional de aprendizaje de los valores relacionados con la participación deportiva, ha tenido lugar por convención social, lo que equivale a decir que para que exista el juego deben seguirse las normas, pero a su vez también se ha llegado a la conclusión de que realmente, si se quiere que se produzca un desarrollo moral en el contexto deportivo, deben aplicarse las estrategias de razonamiento moral que sobrepasen los principios de la convención social.

Álvaro Rodríguez (2008):

El Deporte es uno de los objetos más valiosos que ha encontrado la modernidad para su legitimación en tanto que se entendió que su uso estaba abierto a la participación de cualquier ciudadano. El comportamiento deportivo, representa un comportamiento ético, el juego limpio

fue lema común, se trata de encontrar una actividad física que suprima o reduzca la violencia que siempre hay entre los sujetos.

Coldeportes Nacional (2000):

En este sentido, el deporte, las actividades recreativas y la educación física, se constituyen en poderosos instrumentos para promover una sociedad más inclusiva, para luchar contra la intolerancia, la discriminación de toda índole, la violencia, el abuso de alcohol o el uso de estupefacientes, entre otros.

APORTE PERSONAL: A través del deporte, se puede lograr la inclusión social y la formación en valores de los sujetos, debido a que las actividades deportivas dan lugar a las manifestaciones bio-sociales, psicológicas y psicosociales de los sujetos que lo practican.

2.1.2. Deporte y Construcción de la Personalidad:

José A. Escalona (2010):

El deporte es una parte esencial en la formación del ser humano, siendo una parte fundamental para el desarrollo y crecimiento de las habilidades y aptitudes de cada persona, hablando del deporte como estilo de vida, por salud o entrenamiento.

Melchor Gutiérrez (2004):

Psicólogos, pedagogos, sociólogos y educadores físicos, vienen destacando el valor educativo del deporte para el desarrollo psicosocial del individuo y como medio de integración social y cultural. Quienes defienden este planteamiento, consideran al deporte como una herramienta apropiada para enseñar a todos, pero sobre todo a los más jóvenes: virtudes y cualidades positivas como justicia, lealtad, afán de superación, convivencia, respeto, compañerismo, trabajo en equipo, disciplina, responsabilidad, conformidad y otras.

Hiram M. Valdés (1996):

De toda esta esquematización, lo que debe quedar es que la actividad deportiva, resulta distinguible entre otros tipos de actividades y que es susceptible de convertirse en una ocupación capaz de canalizar las energías y absorber el pensamiento y el corazón de muchas personas. Esto nos lleva a plantearnos el estudio de la personalidad en la actividad física y el deporte desde una perspectiva humanista y dialéctica. Un estudio de esta naturaleza implica el carácter holista de la persona como premisa fundamental: el estudio de las formaciones complejas de la personalidad inmersa en la actividad física que poseen el ineludible carácter cognitivo-afectivo. La adecuada interrelación de estas formaciones buscando el significado y valor funcional que poseen para la

personalidad más que tratando de validarla en un plano conductual inmediato lo que conllevaría a la conceptualización de determinación lineal del comportamiento.

Algunas de las formaciones complejas de la personalidad que parecen ser muy importantes en el medio deportivo son: la motivación, autovaloración, ideales y normas morales, activación y ansiedad y sobre todo la creatividad.

APORTE PERSONAL: Podríamos reconocerle al deporte, su capacidad de múltiples aportaciones a la educación integral del ser humano, resaltando en este, valores positivos derivados de su práctica, valores que el sujeto podrá poner a prueba en la sociedad donde se desenvuelva.

2.1.1.2 Deporte Y Creatividad:

Coldeportes (1989):

Estudiosos de la historia y las civilizaciones, han conceptualizado sobre la sociedad moderna, afirmando que existe una mejor voluntad y fe en el progreso y un avance significativo hacia la conquista de la naturaleza, el dominio del universo, la promoción de la libertad y la proyección de la ciencia. Por lo tanto, se puede decir que el deporte estimula la creatividad, provee la

satisfacción de sus necesidades de orden espiritual y estético, y se engrana en el aparato social, para lograr una estructura socio-cultural, que le permita integrar sus diferentes dimensiones, dando cabida al desenvolvimiento de sus posibilidades, o facilitando las oportunidades que la cultura le ofrezca, para alcanzar una armonía integral que soporte y fomente una mejor calidad de vida para sí y para su comunidad.

Este proceso, va estableciendo un rol para la vida social, para la transmisión de cualquier vivencia, que no solo se hace a través de la comunicación oral, sino también a través de la expresión corporal, del movimiento, que inclusive apoya el desarrollo cultural en todas sus manifestaciones, integrando al deporte en sus modalidades; formativa o educativa, competitiva, recreativa y terapéutica.

Roberto San Salvador (1996):

Esta dimensión creativa, es definida por el profesor Cuenca como una dimensión del deporte, en donde el encuentro deportista-entorno prevalece. Por consiguiente, la recreación en el deporte propone una actividad que produzca placer, realización personal, desarrollo colectivo, relajación, integración y equilibrio psicofísico.

APORTE PERSONAL: El deporte es factible de identificarse como una actividad creativa, ésta puede ser definida, como una actividad humana que requiere intencionalidad,

transformación del medio y obtención de un resultado con cierto grado de novedad y valor. Ayudando a la construcción de un sujeto transformador, capaz de resolver cualquier problema que se le pueda presentar.

2.1.3. Deporte no educativo:

Kendall Blanchard – AlyceChaska (1986):

Visto desde esta perspectiva, el deporte se presenta como una especie de conflicto social, una lucha en pos de valores, méritos, rango, poder y riquezas con un adversario dispuesto a neutralizar, herir o eliminar a sus rivales (Coser, 1956). La competición es un conflicto en el que dos o más individuos luchan por alcanzar un objetivo.

El conflicto en una sociedad determinada reviste varias formas, algunas de las cuales se definen, como acontecimientos deportivos. En los Estados Unidos las dimensiones conflictivas del fútbol representan probablemente el ejemplo más evidente del hecho, pero se concluye, que este factor de conflicto se ofrece en todas las sociedades como componentes de una pauta cultural más amplia.

Melchor Gutiérrez (27-28002):

Arnold (1991) dice que como cualquier otro instrumento inventado por el hombre, el deporte puede utilizarse con buenos o malos propósitos. Bien aplicado, puede enseñar: resistencia y estimular un sentimiento del juego limpio y un respeto por las reglas, un esfuerzo coordinado y la subordinación de los intereses personales a los de grupo. Mal utilizado puede: estimular la vanidad personal y la del grupo, el deseo codicioso de victoria y el odio a los rivales, un espíritu corporativo de intolerancia y un desdén por aquellas personas que se encuentran más allá de un cierto rol arbitrariamente seleccionado.

(Cruz, 2004; Gutierrez, 1994, 1995, 2003) Pero a su vez no podemos ignorar que cada día son más frecuentes las prácticas deportivas que se olvidan de los valores y resaltan esa vanidad personal, la intolerancia, alineaciones ilegales, empleo de drogas para mejorar el rendimiento, conductas agresivas y abundancia de trampas (Shields y Bredemeier, 1995), pero todo esto se debe, al excesivo empeño puesto en el Triunfo y que la competición reduce los comportamientos pro-sociales y promueve conductas antisociales con base a lo anterior.

APORTE PERSONAL: El deporte no educativo, considero que es aquel que ignora todo aquello que está relacionado con la ética y la moral, es decir, el que fomenta acciones no educativas en las personas, pero esto debido a que los que hacen parte de éste proceso, tienen objetivos totalmente diferentes al de la construcción de sujetos para la sociedad.

ANÁLISIS GENERAL DE LAS CATEGORÍAS DE DEPORTE

CATEGORÍA	ITEM	PREGUNTA	JOHN D. LAWTHER	MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN	KENDALL BLANCHARD – ALYCE CHESKA	ANTONIO FRANCO ESTADELLA
CONTEXTUALIZACIÓN	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y DEL DEPORTISTA, DIVERSIÓN, TIEMPO LIBRE	REVISTA DE EDUCACIÓN (EL VALOR DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO)	ANTROPOLOGÍA DEL DEPORTE	DEPORTE Y SOCIEDAD
	AÑO	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	SEGUNDA EDICIÓN	2004	1986	1975
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DEPORTE	¿Cómo concibe el Deporte?	El Deporte es un esfuerzo corporal realizado por el placer y recreación de la actividad misma, practicado por lo general de acuerdo con formas tradicionales o conjunto de reglamentaciones.	Es la actividad física de naturaleza competitiva y gobernada por reglas institucionalizadas. Existe el Deporte Competitivo, el Recreativo y el Educativo.	Es un conflicto social, una lucha en pos de valores, méritos, rango, poder y riquezas, con un adversario dispuesto a neutralizar, herir o eliminar a sus rivales.	El fenómeno del deporte, es una práctica individual sometida a reglas precisas y preparadas por un entrenamiento intenso según la definición que elaboró el barón Pierre de Coubertin, promotor del Olimpismo Moderno.
	ROL DEL ENTRENADOR O PROFESOR	¿Qué función cumple el Entrenador o Profesor en el proceso?	El rol del entrenador no aplica.	El rol del entrenador no aplica.	El rol del entrenador no aplica.	El rol del entrenador no aplica.

ROLES	ROL DEL DEPORTISTA O ESTUDIANTE	¿Qué función cumple el Deportista o Estudiante en el proceso?	El rol de los deportistas es seguir las normas del juego.	El rol del deportista está basado en seguir las reglas institucionalizadas por los Deportes.	El rol de los deportistas en una competición es el de luchar por un objetivo.	Rol de los deportistas es de practicar deporte con algún fin.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿Qué función cumple la comunidad en el proceso?	El rol de la comunidad es seguir las normas de juego.	El rol de la comunidad está basado en seguir las reglas institucionalizadas por los Deportes.	El rol de la comunidad es el de los acontecimientos deportivos.	El rol de la comunidad no aplica.
CONOCIMIENTO BÁSICO	CONTENIDO	¿Qué enseña el texto? ¿En qué enfatiza la enseñanza?	El principal objetivo puede ser una experiencia social de carácter relajador o meramente un pequeño pasatiempo.	El Deporte se puede realizar con fines diferentes: Deporte recreativo, Deporte competitivo y Deporte educativo.	El deporte como conflicto social, un tipo de actividad que implica un comportamiento agresivo por la competición.	Orientados a la práctica deportiva con diversos fines, en donde se necesita esfuerzo para conseguir un rendimiento deportivo.

2.2. CATEGORÍAS DE DEPORTE SOCIAL:

2.2.2. Deporte e Integralidad del Sujeto:

Beatriz Restrepo (2001):

Es ya un lugar común hablar de la importancia del deporte, entendida como formación integral, y esto debido a que la psicopedagogía por una parte, ha recuperado y valorado la dimensión corporal y sensible del ser humano y su interés para la educación, y por otra, ha reconocido que el juego es elemento constitutivo del ser humano en cuanto a ejercicio de libertad y posibilidad de goce.

Jimena B. Cabezas (2007):

Sin embargo, la Provincia de Mendoza (Argentina), se adopta al deporte como la actividad desarrollada con fines formativos, competitivos o recreativos, cuyo objeto es el desarrollo psíquico, físico y social de la población como factor de formación integral del hombre y constituyendo así una manifestación cultural del mismo.

Octavio Martín (2002):

Hay una gran cantidad de consecuencias de una buena educación, entendida esta como aquella que permite el desarrollo integral del individuo como ser humano y ser social. Con respecto al tema que ocupa, una buena educación tiene mucho de educación física, y de educación a través de lo físico: “el deporte encierra un interés muy grande desde un punto de vista pedagógico, sobre todo cuando sabemos que “Los deportes organizados constituyen el principal ambiente de socialización “pública” de los jóvenes”.

Carlos Vera (1989):

Por ello, todo el deporte es un excelente medio para desarrollar en el hombre, en especial en el niño, ciertas actitudes y la comprensión de ciertos valores que siendo muy difíciles de entender conceptualmente son asimilados y adquiridos a través de las prácticas o juegos deportivos.

Por esta razón, el deporte es de mucha importancia, ya que en la actualidad este tiene mucho valor en la formación integral de la persona, es decir, para cada una de sus áreas del desarrollo, tanto como para las físicas como para las psicológicas y sociales, además de poder influir sobre el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales. También ayuda a rehacer nuestras habilidades psicológicas, emocionales y saludables, éste fortalece a cada uno de los individuos y ayuda a desarrollar habilidades mentales.

APORTE PERSONAL: Puede ponerse en manifiesto, la capacidad que tiene el deporte como una herramienta para la socialización y el desarrollo moral de los sujetos, en el cual, aprenden ciertas actitudes y la comprensión de algunos valores, los cuales ayudan en el proceso de desarrollo para una mejor calidad de vida.

2.2.3. Deporte y Uso Del Tiempo Libre:

Bogotá – Colombia (MMVIII):

En el último medio siglo de la historia de la humanidad se ha venido produciendo una serie de cambios en la sociedad, tales como: la disminución de la jornada laboral, la implantación de la jornada escolar intensiva, la inestabilidad del empleo, el sedentarismo, el consumo de drogas y de otras sustancias psicoactivas como alcohol y tabaco y el incremento de la delincuencia, entre otros muchos factores. Estas transformaciones imponen el que cada vez más sea necesario incluir, no solo en la educación de los niños y los jóvenes sino en la terapia de los adultos y de los mayores, pautas de capacitación para la organización del tiempo libre. Ante estos cambios sociales, diferentes autores pregonan por la necesidad de una educación del tiempo libre a través de las actividades físicas y el deporte, como una forma de enseñanza que nos prepare desde niños a utilizar el tiempo libre de una forma constructiva y acorde a las necesidades, motivaciones e intereses propios de cada edad, y que al mismo tiempo enriquezca y favorezca el desarrollo personal y social.

Esta pedagogía del tiempo libre, busca ofrecer nuevas posibilidades y alternativas para la ocupación de dicho tiempo, en forma tal que permita a los individuos desarrollar su personalidad y creatividad, así como el adquirir hábitos saludables, mejorando entonces la calidad de vida de las personas. Debido a esto, la actividad física y deportiva, adquiere una gran importancia, al punto que el Estado inicia la regulación de su práctica, instruyéndola como un derecho de toda la población y originando la política de “Deporte para todos”, en medio de las acciones educativas y de salubridad pública institucionales. Por lo anterior, se dice que la actividad física, la educación física y el deporte, dentro de esta óptica tiene la doble vía de atender a toda la población, en las actividades física, recreativas y deportivas, sin discriminación de ninguna naturaleza y por otra servir de espacio para desarrollar programas innovadores que lleguen a ese espacio marginado en los espacios sociales, clubes, gimnasios, colegios, escuelas y universidades Colombianas.

APORTE PERSONAL: El tiempo libre, puede ser el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva por medio del deporte. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psico-biológica.

2.2.4. Deporte y Comunidad:

John D. Lawther (2da Edición):

En nuestra cultura, los deportes forman parte de los patrones de relación social y representan modalidades grupales de la necesidad de encuentro que experimenta nuestra sociedad. Los deportes son un producto cultural y una clase de juego pero, eso sí, una categoría especial. En lo que respecta a la reglamentación, el deporte en particular tiene normas, reglamentos, tradiciones y técnicas, pero es irreal en el sentido de que en sí mismo, es una evasión de las normas comunes de la vida.

La democracia implica trabajo en equipo e igualdad, y el mejor aprendizaje de ambos se realiza por medio de los deportes de equipo... los competidores aprenden, especialmente cuando trabajan en equipo a no tener en cuenta las diferencias económicas, sociales, raciales y religiosas. Estas diferencias, tienden a compensarse cuando todos los jugadores luchan en pos de un triunfo común puesto que todos se sacrifican y empeñan en lograr lo mejor para el grupo. Tanto el liderazgo como la cooperación de los seguidores son el resultado de un aprendizaje.

Octavio Martín (2002):

Por esta razón el Deporte es tan importante en la educación, no solo en las primeras edades sino en todas, debido a que constituye teóricamente, el modelo ideal de aprendizaje del comportamiento social (Consejo de Europa, 1996) y porque los cambios en los progresos de socialización de los individuos que practican una actividad física, solo pueden tener lugar gracias al aprendizaje social.

Roberto San Salvador (1996):

En este contexto, se puede decir, que el deporte es una experiencia personal, creativa, lúdica, festiva, solidaria y de bienestar, que posibilita el desarrollo de procesos de interiorización y actividades en el marco de los diversos ámbitos en los que se manifiestan como: la cultura, la recreación, el deporte, el turismo, el desarrollo comunitario y la salud.

APORTE PERSONAL: El hombre como ser biológico y ente social desde siempre necesitó de un espacio y un tiempo para recrearse; debemos reconocer a las actividades deportivas y recreativas, como aquellas que están condicionadas a elevar el nivel de participación masiva en una comunidad.

2.3.4 Deporte y Razonamiento Moral:

Beatriz Restrepo (2001):

Como toda conducta humana, también el deporte posee normas que regulan su actividad. En este sentido se considera al deportista como una persona que podrá tener placer en el propio ejercicio del deporte y como alguien comprometido con toda su estructura personal. Este compromiso puede adquirir la forma de un contrato al que de hecho contiene tantos factores morales como afectivos. Los primeros estarán vinculados con el cumplimiento de las normas propias del juego y del grupo, mientras que las segundas, lo estarán en relaciones a factores personales depositados en el juego y por la forma en que se sienten afectados cada uno de los miembros del equipo en relación a su capitán, a sus compañeros, al orden de ganar o de perder, al contrincante o complementario, no como enemigo, sino como complementario imprescindible para que el juego pueda realizarse aun en el caso que se trate de una sola persona.

Melchor Gutiérrez (27-28002):

El deporte, puede fomentar el razonamiento moral; pero es responsabilidad de cada docente o entrenador, realizar las actividades físicas de la mejor manera posible, para que estas posibiliten los valores humanos. En este sentido, los educadores están en la tarea de cualificar el desarrollo psicomotor, que se refiere a la necesidad que tiene el alumno, de recibir experiencias y orientaciones que le permitan integrar su esquema corporal, su percepción temporal-espacial, el

equilibrio y la coordinación, en el entendimiento que estas funciones psicomotoras son decisivas para su desarrollo integral, un eficiente desempeño académico y una vida socio-afectiva equilibrada. También tenemos las habilidades y destrezas naturales, se refiere a la importancia que tiene para la vida del alumno, el dominio eficiente en sus habilidades de locomoción (caminar, correr, saltar, etc) y de manipulación (pasar, recibir, lanzar, etc). Por otro lado, los valores sociales que los deportes aportan a los seres humanos, ayudando a la construcción de una mejor persona.

Con todo esto, se pretende tener conciencia de la responsabilidad tan grande que tienen los docentes o entrenadores de ser formadores de formadores en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en donde el principal factor, es el estudiante.

APORTE PERSONAL: Hacer deporte puede contribuir a incrementar las actitudes y comportamientos de fairplay, con una repercusión importante sobre la capacidad de razonamiento moral de los niños, jóvenes y adultos. Además, podría mejorar su desarrollo social y evitar algunos problemas de salud.

2.3.5 Deporte y Calidad de Vida:

Diego Colonia (2001)

En el principio del siglo XXI, la lúdica ha tomado fuerza y los trabajadores del cuerpo deben ser creativos, entusiastas, ante todo trabajar la humanización y tomar los espacios para las actividades socio-lúdicas (deporte recreativo), que mejoran la calidad de vida y por ende la autoestima, el amor y el respeto por la naturaleza. Por esta razón, en la etapa de la madurez y la vejez, el ejercicio, la vida social del grupo, las actividades deportivas y lúdicas, son quizás el mejor modo de mantenerse en forma y protegerse contra los problemas presentes o futuros como enfermedades (hipertensión, infarto del miocardio, estrés, entre otras).

Melchor Gutiérrez (2004):

El deporte es un fenómeno social cada vez más incorporado al ámbito de lo cotidiano en la sociedad contemporánea, que afecta en gran medida al concepto de calidad de vida, se incorpora dentro del gran espectro del ocio como elemento catalizador de la salud física y psicológica del individuo, y cada vez más, se utiliza como producto, objeto de intercambio social y el eje económico en muchos casos. Diversos estudios han demostrado que al realizar deporte, es beneficioso para la salud.

APORTE PERSONAL: Las actividades deportivas, son consideradas unas de las principales herramientas que poseen las personas para mejorar y mantener su salud, y por ende una calidad de vida saludable. Podría prevenir enfermedades como: la hipertensión arterial, las enfermedades cardiacas, diabetes, entre otras. Los deportes, pueden aportar al organismo muchos beneficios lo cual permitirá a los sujetos vivir la vida con mayor optimismo.

ANÁLISIS GENERAL DE LAS CATEGORÍAS DE DEPORTE SOCIAL

CATEGORÍA	ITEM	PREGUNTA	BEATRÍZ RESTREPO GALLEGO	MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN	CARLOS BONILLA BAQUERO	ROBERTO SAN SALVADOR DEL VALLE	INSTITUTO COLOMBIANO DEL DEPORTE
CONTEXTUALIZACIÓN	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	REVISTA DE INDEPORTES EL DEPORTE Y LA FORMACIÓN ÉTICO MORAL	VALORES SOCIALES Y DEPORTE	REVISTA DE DEPORTE Y EDUCACIÓN FÍSICA	DOCUMENTO DE LA CONSEJERIA DE TURISMO Y DEPORTES	DOCUMENTO CONPES
	AÑO	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	2001	2004	1991	1996	2000
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE?	La importancia del Deporte, entendida como formación integral y ello porque la psicopedagogía, por una parte, ha recuperado y valorado la dimensión corporal y sensible del ser humano y su interés para la educación.	El valor educativo del Deporte para el desarrollo psicosocial del individuo y como medio de integración social y cultural. Es una herramienta para enseñar a todos, pero sobre todo a los más jóvenes, virtudes y cualidades positivas.	La educación debe apuntar a una formación lo más amplia e integral posible, para lo cual se debe tener en cuenta: -Los valores sociales. -Los valores personales. -Los fundamentos científicos. -La instrucción técnica.	El Deporte logra un perfil preventivo para la salud y bienestar social.	El Deporte en Colombia puede contribuir al desarrollo de programas para la juventud, niñez, reconocimiento humano e integración social de las personas.
		¿Qué función cumple el	Rol del entrenador,	Rol del entrenador,	Rol del entrenador,	Rol del entrenador no	Rol del entrenador no

ROLES	ROL DEL ENTRENADOR O PROFESOR	Entrenador o Profesor en el proceso?	facilitador de actividades que posibiliten el aprendizaje de valores por medio del Deporte.	gestor del aprendizaje.	integrar estas cuatro aspiraciones para de esta manera contribuir con la formación del hombre.	aplica.	aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA O ESTUDIANTE	¿Qué función cumple el Deportista o Estudiante en el proceso?	Rol del deportista, formación integral a través del Deporte.	Rol del deportista, aprender virtudes y cualidades positivas por medio del Deporte.	Rol del deportista, absorber conocimientos, los valores sociales e individuales.	Rol del deportista, procesos de interiorización, prevención de enfermedades y mejoramiento de la calidad de vida.	Rol del deportista, formación integral a través del Deporte, la Recreación y la Educación Física.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿Qué función cumple la comunidad en el proceso?	Rol de la comunidad no aplica.	Rol de la comunidad no aplica.	Rol de la comunidad no aplica.	Rol de la comunidad, procesos de interiorización, prevención de enfermedades y mejoramiento de la calidad de vida.	Rol de la comunidad, formación integral a través del Deporte, la Recreación y la Educación Física.
CONOCIMIENTO BÁSICO	CONTENIDO	¿Qué enseña el texto? ¿En qué enfatiza la enseñanza?	Formación integral de los sujetos y aprendizaje de lo moral (valores) por medio del Deporte.	El valor educativo del Deporte. El Deporte con fines no educativos.	La Educación Física y el Deporte como disciplinas pedagógicas.	Perfil preventivo de enfermedades y bienestar social por medio del Deporte.	El Deporte, como instrumento para promover una sociedad más inclusiva.

ANÁLISIS GENERAL DE LAS CATEGORÍAS DE DEPORTE SOCIAL

CATEGORÍA	ITEM	PREGUNTA	OCTAVIO MARTÍN MARTÍN	DIEGO COLONIA	ÁLVARO RODRÍGUEZ DÍAZ	CARLOS VERA GUARDIA
CONTEXTUALIZACIÓN	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	FUNCIÓN EDUCATIVA DEL DEPORTE	LA LÚDICA EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE	EL DEPORTE EN LA CONSTRUCCIÓN DEL ESPACIO SOCIAL	REVISTA DESARROLLO HUMANO, DEPORTE, RECREACIÓN Y EDUCACIÓN FÍSICA
	AÑO	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	2002	2001	2008	1989
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DEPORTE SOCIAL	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE?	Permite el desarrollo integral del individuo como ser humano y ser social. El Deporte, encierra un interés muy grande desde un punto de vista pedagógico, es el modelo ideal de aprendizaje del comportamiento social.	Las actividades deportivas recreativas son para la socialización y sensibilización del carácter del grupo, como un medio pedagógico para el complemento de la fundamentación deportiva.	El Deporte como un objeto valioso, en tanto que se incorpora como elemento de cohesión para construir los nacionalismos, para formar educativamente a los menores y para cubrir el ocio de los trabajadores fuera de sus empresas.	El Deporte es un excelente medio para desarrollar en el hombre, en especial en el niño, ciertas actitudes y la comprensión de ciertos valores, que siendo muy difíciles de entender conceptualmente son asimilados y adquiridos a través de las prácticas o juegos deportivos.

ROLES	ROL DEL ENTRENADOR O PROFESOR	¿Qué función cumple el Entrenador o Profesor en el proceso?	Rol del entrenador, basado en la práctica deportiva como elemento que enseña socialización.	Rol del entrenador, debe trabajar constantemente la humanización.	Rol del entrenador no aplica.	Rol del entrenador no aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA O ESTUDIANTE	¿Qué función cumple el Deportista o Estudiante en el proceso?	Rol del deportista, basado en la práctica deportiva como elemento que enseña socialización.	Rol del deportista, por medio del Deporte aprender la humanización para una mejor calidad de vida.	Rol del deportista basado en el comportamiento ético, adquirido por medio del Deporte.	Rol del deportista, aprendizaje de valores a través del Deporte, contribuyendo a una mejor calidad de vida.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿Qué función cumple la comunidad en el proceso?	Rol de la comunidad, basado en la práctica deportiva como elemento que enseña socialización.	Rol de la comunidad, por medio del Deporte aprender la humanización para una mejor calidad de vida.	Rol de la comunidad no aplica.	Rol de la comunidad, aprendizaje de valores a través del Deporte, contribuyendo a una mejor calidad de vida.
CONOCIMIENTO BÁSICO	CONTENIDO	¿Qué enseña el texto? ¿En qué enfatiza la enseñanza?	Enfocados hacia la socialización de las personas por medio del Deporte. El Deporte como herramienta educativa.	La Lúdica en el Deporte, como complemento didáctico y formativo en el ser humano.	Formar educativamente a los estudiantes por medio del Deporte.	Formación integral de las personas a través del Deporte.

2.3. CATEGORÍAS DE DEPORTE Y SALUD

2.3.2. Deporte y Hábitos de Vida Saludable :

Miguel Amengual (1995)

El ejercicio físico es una manera de lograr que todos los componentes de nuestro cuerpo funcionen de una manera armónica y conjunta. Al igual que cualquier ingenio mecánico precisa un mantenimiento para funcionar adecuadamente, nuestro organismo debe ejercitarse para la actividad, que es para lo que fue inicialmente diseñado. Sobre el ejercicio físico entendido como deporte salud, podemos decir que es un medio para encontrarnos más ágiles y así poder disfrutar más de nuestras actividades tanto de ocio como de la vida diaria. Progresivamente, mejorara nuestra forma física y evitaremos esa fatiga producida al subir dos tramos de escaleras o tras la típica carretilla para coger el autobús. Es muy importante diferenciar los conceptos de deporte salud que se hace para uno encontrarse físicamente bien y poder disfrutar de la vida en todos sus sentidos, de aquel otro tipo de deporte profesional donde lo que se intenta es lograr unos objetivos muy elevados y vivir de ese trabajo.

Melchor Gutiérrez (2004):

Investigadores dicen que el estilo de vida que predomina en nuestra sociedad es un estilo sedentario caracterizado por altos índices de estrés. Este estilo de vida, relacionado con carencia de actividad física, ha ocasionado diversos problemas psicológicos tales como ansiedad, depresión y estados de ánimo poco saludables. Para contrarrestar este efecto, numerosos gobiernos se han hecho eco de esta problemática, incorporando la actividad física y el deporte en sus programas de promoción de la salud. En estos países se están llevando a cabo acciones para cambiar la actitud y la conducta de sus ciudadanos respecto a la práctica deportiva, de tal manera de que la educación físico-deportiva es considerada como un área importante en el desarrollo personal y en la mejora de calidad de vida, valorándose como medio apropiado para conseguir dos demandas básicas de nuestra sociedad: la mejora funcional de la imagen corporal y la salud, y el uso constructivo del tiempo libre y ocio mediante actividades físicas, recreativas y deportivas.

Jimena B. Cabezas (2007):

Actualmente en nuestra sociedad existe una mayor conciencia de lo importante que es la práctica regular de la actividad física, que en conjunto con buenos hábitos alimenticios, puede ayudar a evitar o retardar las manifestaciones de enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoporosis, cáncer de colon y todas las complicaciones de salud asociadas al sobrepeso y la obesidad. Sin embargo, los beneficios de la actividad física y deportiva, van mucho más allá de la prevención de enfermedades. Según la O.M.S (Organización Mundial de la Salud), un estilo

de vida activo también mejora el estado de ánimo, estimula la agilidad mental, alivia la depresión y facilita el tratamiento del estrés. A largo plazo, el nivel de autoestima y aumenta la integridad e interacción social.

APORTE PERSONAL: Los sujetos que practican alguna actividad deportiva, normalmente son personas activas que tienen numerosas compensaciones, entre ellas: la reducción del riesgo de padecer ciertas enfermedades y afecciones y la mejora de la salud mental.

2.3.3. Deporte y prevención de enfermedades:

Dra Diana Jones (1994):

En los últimos años el valor del ejercicio físico en la prevención de la enfermedad coronaria ha ganado mucha atención. El ejercicio ha probado ser efectivo en mejorar factores como la hiperlipidemia, hipertensión y diabetes mellitus, todos los cuales son considerados principales factores de riesgo para la enfermedad coronaria. Se considera que el ejercicio también contribuye a la prevención de arteriosclerosis, la cual puede eventualmente devenir en la enfermedad coronaria.

El Dr: Iwane ya ha cubierto vario de los excelentes beneficios de la actividad física. La actividad física tiene un efecto profundo en varios niveles, y esto condiciona las enfermedades cardiacas, hipertensión, diabetes no dependiente de la insulina, osteoporosis, cáncer de colon, cáncer de mama, y ahora nos estamos dando cuenta que tiene un profundo efecto en el estado de ánimo y la depresión. Aun las personas más sedentarias pueden beneficiarse haciendo algo de ejercicio, y todos nosotros nos podemos beneficiar haciendo un poco más de lo que hicimos ayer. En segundo lugar la baja intensidad durante periodos más largos puede ser tan beneficiosa como la actividad de alta intensidad realizada en un periodo corto de tiempo. En estudios de epidemiología, se ha encontrado que no es necesario ser un triatleta de hierro para conseguir un beneficio en nuestra salud. Se puede tener actividades físicas de baja intensidad y más largas, y obtener beneficios en los factores de riesgos para las enfermedades crónicas y la mortalidad.

Los efectos de la actividad física y el deporte sobre la salud humana, pueden enumerarse en una larga lista con base a los diversos estudios e investigaciones que se han hecho:

- Las personas que realizan una actividad física tienen una mortalidad global menor que las personas sedentarias.
- Una actividad física puede prolongar su vida de 10 a 25 años. El ejercicio, aunque sea realizado de forma moderada, puede retardar los efectos del envejecimiento.
- Los efectos de la actividad física sobre la salud se relaciona con la prevención de enfermedades como la hipertensión, la cardiopatía coronaria, la osteoporosis e incluso hasta un tipo de enfermedad cancerosa.

- La actividad física ayuda a un mejor funcionamiento cardiaco y respiratorio, mayor fuerza muscular, huesos más compactos, capacidad de reacción más rápida y menor tendencia a la depresión.
- La actividad física, produce efectos beneficiosos mentales y psicológicos sobre el rendimiento académico, el nivel de confianza en uno mismo, la sensación de bienestar, la eficacia en el trabajo, la satisfacción y la capacidad intelectual, entre otras mejorando la calidad de vida.

El cuerpo humano está diseñado para la acción, no para el descanso; la naturaleza lo dota de un complejo sistema muscular y óseo, y de una maquina cardiovascular latamente eficiente, sin un ejercicio regular, los sistemas se deterioran, lo que puede originar una serie de enfermedades degenerativas, dolores y muerte prematura, por ello el deporte y las actividades recreativas pueden ser la solución ideal a estos problemas.

APORTE PERSONAL: Podría manifestarse, que las personas que realizan ejercicios físicos y/o deportivos, tienen posibilidades mayores de prevenir ciertas enfermedades cardiovasculares, la ansiedad y la depresión. Las actividades deportivas conservan de una u otra manera un cuerpo saludable.

2.3.4. Iniciación temprana en el deporte:

Melchor Gutiérrez (2004)

El desarrollo temprano de prácticas saludables parece ser primordial tanto para la salud infantil como para la calidad de vida de los adultos. Numerosos investigadores han indicado que los patrones de conducta de actividad física, se establecen tempranamente en la vida de los jóvenes. Es del todo importante que los jóvenes se impliquen en programas de practica física porque la vida sedentaria muy pronto fijara en ellos los esquemas para adoptar una vida también inactiva en su etapa adulta, argumento poderoso por el que deben promocionarse tanto el deporte como la educación física en las escuelas (Corbin, Dale y Pangrazy, 2000).

Como vemos, existe el convencimiento general de que si los niños y adolescentes adquieren estilos de vida activos y saludables, los hábitos instaurados en las primeras edades influirán significativamente marcando continuidad de este estilo en la edad adulta, y también que si los estilos de vida activos acompañan a los estilos de vida saludables, podremos potenciar estos a través de la actividad física y el deporte (Gutiérrez, 2000).

Se puede decir, que en cientos de estudios (longitudinales, transversales, epidemiológicos, retrospectivos, etc) sobre este tema, vienen a concluir en que hacer ejercicio físico y deporte

regularmente durante toda la vida, ayuda a mejorar la salud de todas las personas, sean niños, jóvenes, adultos o ancianos, gordos o flacos... y que además, en la mayoría de los casos, los efectos que provoca el ejercicio son imposibles de conseguir de otra manera.

APORTE PERSONAL: Considero que la iniciación temprana en el deporte, constituye un proceso de enseñanza-aprendizaje que regula y organiza sus estructuras motoras, funcionales y reglamentarias. La iniciación en el deporte a temprana edad, repercutirá significativamente en la vida de la adultez.

ANÁLISIS GENERAL DE LAS CATEGORÍAS DE DEPORTE Y SALUD

CATEGORÍA	ITEM	PREGUNTA	JIMENA BEATRÍZ CABEZAS	OCTAVIO MARTÍN MARTÍN	JURGEN WEINECK	DOCTOR ROBERT E. EACH	DOCTORA DIANA JONES	MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN
CONEX TUALIZA CIÓN	TEXTO	¿CUÁL ES EL NOMBRE DEL TEXTO?	TESIS DEPORTE SOCIAL: UNA ESTRATEGIA PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL	FUNCIONES TERAPÉUTICAS DEL DEPORTE	SALUD, EJERCICIO Y DEPORTE	MEDICINA DEL DEPORTE	V CONGRESO MUNDIAL DE DEPORTES PARA TODOS	EL VALOR DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO
	AÑO	¿EN QUÉ AÑO SE PUBLICÓ?	2007	2002	2001	1991	1994	2004
CONCEPCIONES	DEFINICIÓN DEPORTE	¿CÓMO CONCIBE EL DEPORTE ?	El Deporte tiene la capacidad de promocionar la Salud. Un estilo de vida activo también mejora el estado de ánimo, estimula la agilidad mental, alivia la depresión y facilita el tratamiento del estrés.	El ejercicio físico, puede frenar el declive de las aptitudes fisiológicas y contribuir a preservar la conciencia y la estima de uno mismo.	El Deporte tiene un alto valor para la Salud, sobre todo los deportes de resistencia, que son muy adecuados para la prevención de las enfermedades cardiovasculares.	El interés primordial reside en el sistema cardiovascular. Existe buena evidencia de que los pacientes que hacen ejercicios tienen una mayor probabilidad de sobrevivir a un infarto cardiaco.	El valor del ejercicio físico en la prevención de la enfermedad coronaria ha ganado mucha atención.	La educación físico-deportiva es considerada como un área importante en el desarrollo personal y en la mejora de la calidad de vida.

ROLES	ROL DEL ENTRENADOR O PROFESOR	¿Qué función cumple el Entrenador o Profesor en el proceso?	Rol del entrenador, estimular a la práctica deportiva.	Rol del entrenador no aplica.	Rol del entrenador no aplica.	Rol del entrenador no aplica.	Rol del entrenador no aplica.	Rol del entrenador no aplica.
	ROL DEL DEPORTISTA O ESTUDIANTE	¿Qué función cumple el Deportista o Estudiante en el proceso?	Rol del deportista, por medio del deporte, adquirir una mejor calidad de vida.	Rol de los deportistas, a través del Deporte pueden mejorar la salud.	Rol del deportista no aplica.	Rol del deportista, una población más sana tanto física como mentalmente.	Rol del deportista, beneficios en cuanto a prevención de enfermedades.	Rol del deportista, estilo de vida saludable.
	ROL DE LA COMUNIDAD	¿Qué función cumple la comunidad en el proceso?	Rol del deportista, por medio del deporte, adquirir una mejor calidad de vida.	Rol de la comunidad, a través del Deporte pueden mejorar la salud.	Rol de la comunidad, prevención de enfermedades.	Rol de la comunidad, una población más sana tanto física como mentalmente.	Rol de la comunidad, beneficios en cuanto a prevención de enfermedades.	Rol de la comunidad, estilo de vida saludable.
CONOCIMIENTO BÁSICO	CONTENIDO	¿Qué enseña el texto? ¿En qué enfatiza la enseñanza?	Prevención de enfermedades y a la mejora de la calidad de vida por medio del Deporte.	El ejercicio físico y el deporte, ayuda a mejorar la salud.	Enfocado hacia el valor que tiene el Deporte en la Salud (Prevención de enfermedades).	Referenciado en la calidad de vida sana por medio del ejercicio.	Actividad física para beneficios de la salud.	La actividad física y el deporte en el desarrollo personal y la calidad de vida de las personas.

CONCLUSIONES

El proyecto de Caracterización y estado del arte del deporte social en la ciudad de Bogotá, supone nuevos conocimientos sobre el fenómeno del deporte en instituciones diferentes a las federadas y escolares, y lo que éste puede aportar para la construcción de sujetos en una comunidad.

El objetivo principal del proyecto de investigación, es dar a conocer que por medio del deporte social, se puede fomentar una pedagogía integral que estimule la formación en urbanidad, el civismo y los valores humanos.

El proyecto incorpora una revisión documental y bibliográfica, en donde se puede concluir con base a los conceptos de los diferentes Autores investigados que el Deporte puede generar situaciones de inclusión, educación, promoción de la salud, socialización, calidad de vida y la organización comunitaria sin discriminación de edad, sexo, condición física, social, cultural o étnica.

Por lo anterior, el Deporte:

- Puede ser una herramienta para la educación integral de las personas debido a que se puede adoptar como una actividad con fines formativos, competitivos o recreativos, cuyo objeto es el desarrollo psíquico, físico y social. En este proceso, es necesario que los profesores o entrenadores orienten un desarrollo moral a través de estrategias que sobrepasen la cotidianidad.
- Puede favorecer el desarrollo motor, psicomotor y la socialización, con base a que se considera como una parte fundamental para el desarrollo y el crecimiento de las habilidades y aptitudes de cada sujeto.
- Podría contener en sí mismo un importante cúmulo de valores sociales y personales que beneficia a los sujetos, lo que equivale a decir que para que exista el juego, deben seguirse las normas. Por lo anterior, se puede decir que el Deporte representa un comportamiento ético. En este sentido, los docentes o entrenadores están en la tarea de encaminar los objetivos hacia este fin.
- Pretende conseguir un valor formativo desde los primeros días de nacimiento, pasando por la juventud hasta llegar a la vejez, contribuyendo a una mejor calidad de vida.
- Podría ser una herramienta apropiada para enseñar a todos, virtudes y cualidades positivas como: justicia, lealtad, afán de superación, convivencia, respeto, compañerismo, trabajo en equipo, disciplina y responsabilidad.

- Puede mejorar la calidad de vida y beneficiar la salud física y mental de cada uno de los sujetos que lo practican, debido a que a través del Deporte los sujetos se mantienen activos, en forma y podrían protegerse de ciertas enfermedades como: hipertensión, infarto del miocardio, estrés.

BIBLIOGRAFÍA

Angulo Parra Yolanda. (2006). *Ética y Valores 1*. Industria Editorial Mexicana. Editorial Santillana.

Blanchard Kendall. (1986) *Antropología del Deporte*. Ediciones S.A.

Colonia Diego. (2001) *la Lúdica en la enseñanza del deporte*. Santiago de Cali: Faid Editores.

Cabezas Jimena Beatríz. (2007). *Una estrategia para la integración social en Mendoza*. Tesis deporte social. Mendoza-Argentina.

Each Robert E. (1991) *Medicina del Deporte*. Colombia: Ediciones Lerner LTDA.

Franco Estadella Antonio. (1975) *Deporte y Sociedad*. Salvat Editores S.A.

Gómez Fe lix.(2001). *Filosofía, Ética y Moral*. Santo Domingo, República Dominicana. Editorial Centenario.

Gutiérrez Sanmartín Melchor. (2002) *Valores sociales y deporte*. Madrid: Gymnos, Editorial deportiva.

Gutiérrez Sanmartín Melchor. (2004) *El valor del deporte en la educación integral del ser humano*. Revista de educación, 335.

Instituto Colombiano del Deporte. (Diciembre 29 del 2000). *Sector social de Recreación, Deporte, Educación Física y Aprovechamiento del Tiempo Libre*. Documento Conpes.

Jones Diana. (1994) *V Congreso mundial del deporte para todos*. Montevideo-Uruguay.

Lawther John D. *psicología del Deporte y del Deportista, Diversión, Tiempo Libre*. Paidós Iberica S.A. 2da Edición.

Martín Martín Octavio. (Febrero del 2002). *Funciones Sociales del Deporte*. Documento.

Packer Martín. (2013) *La ciencia de la investigación cualitativa*. Bogotá, D.C. Colombia. Ediciones Uniandes.

Rodríguez Díaz Álvaro. (2008) *El Deporte en la construcción del espacio social*. Madrid: Centro de investigaciones sociológicas.

Vera Guardia Carlos. (1989) *Desarrollo humano, Deporte, Recreación y Educación Física*. Revista N°2.

WeineckJurgen. (2001) *Salud, Ejercicio y Deporte*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

ANEXOS

1. *R.A.E (Resumen Analítico Especializado)*

TÍTULO: NATURALEZA DEL DEPORTE (CAPITULO I)

AUTOR: JOHN D. LAWThER

EDICIÓN: PAIDOS IBERICA, S. A. 2da EDICIÓN

CLASIFICACIÓN: DEPORTE

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, ACTIVIDADES DEPORTIVAS

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y DEL DEPORTISTA, DIVERSIÓN, TIEMPO LIBRE.

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLÍMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

➤ EDICIONES PAIDOS

CONTENIDOS: Etimológicamente, la palabra deporte deriva de disporte (dis y portare), sustraer al trabajo. Esta derivación de la palabra, implica que el deporte es diversión, no tarea pasada. Gulick, líder norteamericano de los deportes y educación física a comienzos de este siglo, dijo que la única diferencia entre trabajo y juego reside en la distinta actitud que se adopta.

El deporte, puede definirse como un esfuerzo corporal más o menos vigoroso realizado por el placer y recreación de la actividad misma y practicada por lo general de acuerdo con formas tradicionales o conjunto de reglamentaciones. Puede ser o no competitivo, aunque esta condición parece añadirle interés e introduce incentivos adicionales y motivaciones que aumentan el valor de su práctica. La competencia deportiva individual, sin embargo, puede ser con respecto a la propia marca o a las marcas previamente establecidas por otros. La mayoría de las competiciones deportivas tiende a traducir los resultados en marcas numéricas; por ejemplo, el éxito de un individuo se convierte en una marca superior. Las actividades deportivas, pueden no obstante, realizarse individualmente, sin oponentes, solo por el placer de la experiencia o diversión: así la natación, el patinaje, el esquí y muchas otras.

Los deportes que requieren esfuerzo físico, se practican a veces como pasa tiempo o diversión sin mayores preocupaciones por la calidad de la ejecución. Sin lugar a duda, a menudo se obtiene algún placer de tales formas de participación. El objetivo principal puede ser una experiencia social de carácter relajador o meramente un pequeño pasa tiempo después del cual el individuo vuelve al trabajo con mayor ímpetu y voluntad. Sin embargo, si se quiere y necesita olvidar todo lo demás mientras se practica un deporte, parece tener mayor éxito el deportista que se esfuerza en obtener lo que para él es un alto nivel de resultado o performance. Desde luego, esta dedicación total es esencial para lograr el máximo rendimiento o resultado.

El concepto deporte dice relación con una actividad física, ya sea como un juego o competición subordinada a un conjunto de reglas. El deporte además se define como una demostración de destreza física y mental; para muchos además es un tiempo de recreación, placer y diversión. La práctica de un deporte puede desarrollarse por motivos de salud, ocio o profesionales.

Un deporte, después de todo, es algún tipo de ejercicio físico o juego que, en su desarrollo, es competitivo y exige el respeto por ciertas normas y reglas.

CONCLUSIONES: El deporte es toda aquella actividad que se caracteriza por: tener un requerimiento físico o motriz, requerir competición con uno mismo o con los demás y tener un conjunto de reglas perfectamente definidas. Como término solitario, el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física del competidor son la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder); por lo tanto, también se usa para incluir actividades donde otras capacidades externas o no directamente ligadas al físico del deportista son factores decisivos, como la agudeza mental o el equipamiento o como diversión y goce en otras personas.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: ¿QUE ENTENDEMOS POR DEPORTE?

AUTOR: MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTIN

EDICIÓN: REVISTA DE EDUCACIÓN 335, (2004)

CLASIFICACIÓN: DEPORTE

PALABRAS CLAVES: DEPORTE

TIPO DE DOCUMENTO: REVISTA DE EDUCACIÓN (EL VALOR DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO)

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA UNIVERSIDAD DEL ATLÁNTICO

FUENTES:

- AMAT, M. Y BATALLA, A.: «DEPORTE Y EDUCACIÓN EN VALORES», EN AULA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA, 91 (2000), PP. 10-13.
- BALIBREA, E.; SANTOS, A. Y LERMA, I.: «ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE E INSERCIÓN SOCIAL: UN ESTUDIO EXPLORATORIO SOBRE LOS JÓVENES EN BARRIOS DESFAVORECIDOS», EN APUNTES, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES, 69 (2002), PP. 106-111.

- CRUZ, J.: «El valor del'esport en el procés de socialització dels joves», en *Escola Catalana*, 398 (2003), pp. 16-18. — «¿Es educativo el deporte para jóvenes en edad escolar?», en J. CAMPOS y V. CARRATALÁ (coord.): *Las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en el marco de la Convergencia Europea*. València, Universitat de València, 2004, pp. 69-90.

CONTENIDOS: En este texto, con frecuencia encontramos utilizados como sinónimos los términos actividad física, ejercicio físico y deporte, aunque tienen significados diferentes, acabando por emplear el término actividad física como aglutinador de todos ellos. Blasco (1994), matizando estos términos, considera actividad física «cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que conlleva un gasto de energía». De acuerdo con esta definición, actividad física lo es prácticamente todo, desde subir las escaleras y pasear, hasta tocar el piano o cocinar. Se denomina ejercicio físico a la actividad física planeada, estructurada y repetitiva con el objetivo de adquirir, mantener o mejorar la forma física. Por último, se entiende como deporte la actividad física de naturaleza competitiva y gobernada por reglas institucionalizadas. Pero la cuestión no queda aún resuelta, puesto que también cuando hablamos de deporte se hace necesario especificar a qué tipo de deporte nos estamos refiriendo. En este sentido, Blázquez (1995) considera «deporte recreativo» aquel que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce; entiende por «deporte competitivo» el practicado con la intención de vencer a un adversario o de superarse a sí mismo; y el «deporte educativo» sería aquel cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y de potenciar los valores del individuo. Como afirma Sánchez (1995),

deporte puede ser «toda actividad física que el individuo que la práctica asuma como un esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación, de reto, de cumplimiento o superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo». La forma de interpretar estos términos no es universal. Así, Shephard (1994) manifiesta que las concepciones europea y americana del deporte difieren de una forma sustancial, ya que la concepción americana define el deporte como «actividad física vigorosa que es comprendida en una búsqueda de placeres tales como la interacción social, animación, competición, peligro y estimulación vertiginosa», mientras que la concepción europea del deporte (Oja, 1991), comprende «todas las actividades físicas recreativas, no sólo los juegos competitivos, sino también las actividades individuales relacionadas con la salud y la condición aeróbica». Dice Sánchez (2001) que tal noción coincide más con la definición que sobre este concepto propone la Carta Europea del Deporte, que está fundamentalmente vinculada a la idea de deporte para todos, y que es la siguiente: «toda forma de actividad física que, a través de una participación, organizada o no, tiene por objetivo la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales y la obtención de resultados en competición de todos los niveles».

CONCLUSIONES: por lo anterior se puede decir, que el deporte tiene muchas definiciones, pero cada una de ellas tiene un fin. Cabe resaltar la existencia de un convencimiento general sobre el gran valor de la práctica deportiva como generadora de numerosos beneficios tanto físicos como psicológicos y sociales.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: EL DEPORTE COMO CONFLICTO (CAPITULO I)

AUTOR: KENDALL BLANCHARD – ALYCE CHESKA

EDICIÓN: EDICIONES S.A. 01/04/1986

CLASIFICACIÓN: DEPORTE

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, SOCIEDAD, ACTIVIDADES DEPORTIVAS, LÚDICA

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO ANTROPOLOGÍA DEL DEPORTE

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLIMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- EDICIONES S.A.

CONTENIDOS: Visto desde esta perspectiva, el deporte se presenta como una especie de conflicto social, una lucha en pos de valores, méritos, rango, poder y riquezas con un adversario dispuesto a neutralizar, herir o eliminar a sus rivales (Cosser, 1956). La competición es una especie de conflicto en el que dos o más individuos luchan por alcanzar un objetivo, con el énfasis puesto exclusivamente en el objetivo y no en los antagonistas (Nisbet 1970). La competición difiere de otras formas de conflicto por el hecho de que todo efecto negativo que un oponente obtiene sobre el otro en este tipo de interacción social reviste una intencionalidad más

indirecta que directa. En este sentido la competición puede imaginarse, como una especie de conflicto cooperativo (Popenoe, 1974).

El conflicto en una sociedad determinada reviste varias formas, algunas de las cuales se definen, a menudo, como acontecimientos deportivos. En los Estados Unidos las dimensiones conflictivas del fútbol representan probablemente el ejemplo más evidente del hecho. Según Arens (1975), apenas si nos sorprende la abundancia de referencias simbólicas a la guerra en libros y artículos escritos por hombres del fútbol. La asociación simbólica guerra-deporte ha sido observada a una escala aún más amplia. Sipes (1973) ha analizado las relaciones entre la frecuencia del estado bélico y la existencia de deportes físicamente agresivos en una muestra de sociedades de todo el mundo y concluye que esos dos factores se ofrecen en todas las sociedades como componentes de una pauta cultural más amplia. En otras palabras, en sociedades con una elevada frecuencia de actividades bélicas, es muy probable que se dé igualmente un comportamiento deportivo combativo muy amplio, mientras que los pueblos pacíficos generalmente no participan de esas actividades deportivas. La literatura antropológica contiene también numerosos ejemplos de carácter lúdico en la sociedad humana. En algunas regiones del mundo, como por ejemplo: el litoral del Noroeste americano y las tierras altas de Nueva Guinea, resulta difícil entender las pautas bélicas si no se les concede sus dimensiones competitivas o deportivas. Dicho de otra forma, algunos tipos de guerras son demasiado lúdicos para que el estudioso del deporte se limite a suprimirlos, como si se tratara de otra forma de conflicto armado.

CONCLUSIONES: En este capítulo I, nos habla sobre el deporte, definiéndolo como un tipo de actividad que implica un comportamiento agresivo y alguna forma de competición, y que en cualquier marco cultural se le puede suponer dimensiones de conflicto social.

R.A.E (Resumen Analítico Especialista)

TÍTULO: EL FENOMENO DEPORTIVO (CAPITULO I)

AUTOR: ANTONIO FRANCO ESTADELLA

EDICIÓN: SALVAT EDITORES, S.A. 1975

CLASIFICACIÓN: DEPORTE

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, COMPETICIÓN, EJERCICIO FÍSICO, ACTIVIDAD FISICA

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO DEPORTE Y SOCIEDAD

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLIMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- DAUVEN J. BATTEAUX A y Otros. Encyclopédie des Sports. Paris, 1964. (La gran enciclopedia de los deportes. México, D.F., 1968.)
- GILLET B. Histoire du Sport. París, 1971. (Historia del deporte. Vilassar de Mar, 1971.)
- MAGNANE G. Sociologie du Sport. París, 1964. (Sociología del deporte, Barcelona, 1967)
- MERCE VARELA A. DAVILA L y Otros. Cien años de deporte: del esfuerzo individual al espectáculo de masas. Barcelona, 1973.

CONTENIDOS: El carácter de fenómeno social trascendente que posee hoy el deporte ha determinado su amplio estudio y el surgimiento de múltiples intentos de definición. A pesar de ello, los teóricos continúan buscando nuevas fórmulas, pues ninguna de las definiciones que circulan habitualmente parece resumir de manera adecuada toda la amplitud y la profundidad del fenómeno “deporte”. Ha sido entendido como una práctica individual, según la definición que elaboro el barón de Coubertin, promotor del Olimpismo moderno: El deporte es el culto voluntario y habitual del ejercicio muscular intensivo, apoyado en el deseo de progreso y que puede llegar hasta el riesgo. También resulta válida la tesis del francés Bernard Gillet: Es una lucha y un juego; es una actividad física intensa sometida a reglas precisas y preparadas por un entrenamiento intensivo. Y es interesante la establecida por un comité de la UNESCO: Deporte es actividad específica de competición, en la que se valora intensamente la práctica de ejercicios físicos con vistas a la obtención, por parte del individuo, del perfeccionamiento de las posibilidades morfo-funcionales y psíquicas, concretadas en el record, en la superación de sí mismo o de un adversario.

Sin embargo, hay algo que escapa de la valorización de todas esas definiciones, es decir, la realidad de que la práctica deportiva es, por su propia naturaleza, exigente, obliga a dar un máximo rendimiento y a buscar los límites de esfuerzo. Por otra parte, el deporte entendido como actividad no profesional presenta un componente a menudo olvidado: la generosidad del esfuerzo.

Mientras la mayor parte de las acciones y gestos humanos tienen un trasfondo muy utilitario, sirven para algo, a través de ellos se obtiene alguna cosa, el deporte supone un despilfarro de energías porque sí. En un mundo técnico e instrumentalizado donde todos los valores parecen ser medidos con criterios económicos, el deporte es algo desafiante por lo que tiene de aparente desdén hacia el valor del tiempo, con su consumo de fuerzas sin otra finalidad que el puro derroche gozoso dentro de un marco competitivo.

Por lo tanto se puede decir que el deporte es una actividad que el ser humano realiza principalmente con objetivos recreativos aunque en algunos casos puede convertirse en la profesión de una persona si la misma se dedica de manera intensiva a ella y perfecciona su técnica y sus resultados de manera permanente. El deporte es básicamente una actividad física que hace entrar al cuerpo en funcionamiento y que lo saca de su estado de reposo frente al cual se encuentra normalmente. La importancia del deporte es que permite que la persona ejercite su organismo para mantenerlo en un buen nivel físico así como también le permite relajarse, distenderse, despreocuparse de la rutina, liberar tensión y además divertirse.

CONCLUSIONES: En este texto nos habla de que el deporte es expansión, no reposo, exige una aplicación hasta cierto punto fatigosa, tanto del punto de vista muscular como intelectual. Expansión del espíritu y del cuerpo por medio de ejercicios físicos.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: FUNCIÓN EDUCATIVA DEL DEPORTE (CAPITULO I)

AUTOR: OCTAVIO MARTÍN MARTÍN

EDICIÓN: FEBRERO 2002 - ESPAÑA

CLASIFICACIÓN: DEPORTE SOCIAL

PALABRAS CLAVES: SOCIEDAD, DEPORTE, VALORES, EDUCACIÓN, ACTIVIDADES FÍSICAS, EDUCACIÓN FÍSICA, DESARROLLO SOCIAL, DESARROLLO HUMANO, EJERCICIO, EDUCAR, ENSEÑAR.

TIPO DE DOCUMENTO: DOCUMENTO

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: INTERNET [_html.rincondelvago.com](http://html.rincondelvago.com)

FUENTES:

- CONSEJO DE EUROPA (1996): La función del deporte en la sociedad. Salud, socialización, economía. Madrid, Consejo Superior de Deportes.
- DUNNING, Eric (1992): "La dinámica del deporte moderno: notas sobre la búsqueda de triunfos y la importancia social del deporte". En ELIAS y DUNNING, Deporte y Ocio en el proceso de la civilización. Madrid, Fondo de Cultura Económica.
- ELIAS, Norbert (1992): "Introducción". En ELIAS y DUNNING, Deporte y Ocio en el proceso de la civilización. Madrid, Fondo de Cultura Económica, pp.31-82.

CONTENIDOS: Hay que tener en cuenta que, “como institución social en una sociedad moderna, el deporte afecta, de un modo u otro, prácticamente a todos los individuos.” (Consejo de Europa, 1996. Pág. 124); y que se relaciona (directa o indirectamente) con una gran cantidad de actividades humanas.

El deporte afecta a todos, más o menos directamente, pero a nadie le pasa por alto: unos lo practican, otros van a verlo como espectáculo, aparece en la prensa, la gente habla de él, etc. Como institución social, influye en la interacción de la persona con la sociedad y con el resto de personas (Consejo de Europa, 1996, pag. 124). Esta es la razón por la cual en la educación básica de las escuelas debe cuidarse este aspecto. No obstante, no basta con educar en la escuela, sino que es necesario que los adultos se formen, y se les siga educando en las actividades físicas posteriores: hay que educar siempre, y hay que saber que siempre nos estamos educando.

Hay una gran cantidad de consecuencias de una buena educación, entendida ésta como aquella que permite el desarrollo integral del individuo como ser humano y ser social. Con respecto al tema que ocupa, una buena educación tiene mucho de educación física, y de educación a través de lo físico: “el deporte encierra un interés muy grande desde un punto de vista pedagógico, sobre todo cuando sabemos que... los deportes organizados (clubes) -además de la escuela... constituyen el principal ambiente de socialización “pública” de los jóvenes.” (Consejo de Europa, 1996. Pag. 124). Para algunos, el deporte y el ejercicio pueden,

hipotéticamente, forjar la personalidad. Para Furnham (1990), el deporte y las actividades de ocio pueden tener el efecto de favorecer el modo de vida, en relación, por ejemplo, con los hábitos alimenticios, la bebida, el tabaco, el sueño y el descanso.” (Consejo de Europa, 1996. Pag 108). Además, es posible que los efectos psicofísicos y psicosociales del ejercicio regular y del deporte contribuyan indirectamente a reducir el consumo de alcohol y de drogas, así como la delincuencia, sobre todo en el caso de los niños.” (Consejo de Europa, 1996. Pag. 57)

Por eso el deporte es tan importante en la educación, ya no solo en las primeras edades, sino en todas. Porque “el deporte constituye teóricamente, el modelo ideal de aprendizaje del comportamiento social.” (Consejo de Europa, 1996. Pag 130); y porque “los cambios en los progresos de socialización de los individuos que practican una actividad física solo pueden tener lugar gracias al aprendizaje social. Es una dimensión del aprendizaje que, se apoya en la interacción con otros participantes, interacción verbal y no verbal.” (Consejo de Europa, 1996. Pag 109)

El deporte es un medio estupendo para enseñar y para aprender. El deporte, en un altísimo porcentaje, gusta, y es una fuente de gozo. Entonces, la cuestión es utilizar ese placer para educar. El deporte tiene esa facultad que quizá solo las artes tienen, y que consiste en sentir algo

inefable cuando lo practicas. Evidentemente, aquí nos referimos al deporte ideal, no por ello inexistente. Es ese que tenemos el gusto de practicar cuando todo el contexto que lo rodea es idóneo para nosotros. Es ese que nos permite desarrollarnos íntegramente, con el que disfrutamos de verdad.

CONCLUSIONES: El deporte socializa por el movimiento mismo, y por la naturaleza de los contactos sociales que acompañan las distintas actividades deportivas. Favorece el aprendizaje de los papeles del individuo y de las reglas de la sociedad y la solidaridad. Es básico en la adquisición de valores culturales, actitudes individuales y colectivas.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: LA LUDICA EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE (CAPITULOS I, II, III)

AUTOR: DIEGO COLONIA

EDICIÓN: FAID EDITORES 2001 – SANTIAGO DE CALI

CLASIFICACIÓN: DEPORTE

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, LÚDICA, RECREACIÓN, TIEMPO LIBRE, CALIDAD DE VIDA, VALORES.

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO LA LÚDICA EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLIMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- CERLIBRE. El deporte es una estrategia educativa. Colección tiempo libre y recreación, N°8. Bogotá, D.C.
- FUNLIBRE. Educación para el tiempo libre. 5° Edición. Bogotá. D.C.
- GUIA PARA UNA VIDA PLENA. Edit. Tiempo libre. Madrid, España. 1984.
- JIMENEZ Carlos Alberto. La lúdica como experiencia cultural.

CONTENIDOS: La lúdica además de ser un área de las humanidades que rescata la convivencia social y ciudadana, permite ensanchar el saber y crear una serie de cambios que deja

el tener siempre una herramienta nueva en todos los campos del conocimiento, dados por el goce que el crear y recrear faculta en el complemento didáctico y formativo del ser humano como tal. De igual forma, las actividades deportivas recreativas son para la socialización y sensibilización del carácter del grupo, como un medio pedagógico para el complemento de la fundamentación deportiva.

Hoy, en el principio de este siglo XXI, la lúdica ha tomado fuerza y los trabajadores del cuerpo deben ser creativos, entusiastas, ante todo trabajar la humanización y tomar los espacios para las actividades socio-lúdicas (deporte recreativo), que mejoran la calidad de vida y por ende la autoestima, el amor y el respeto por la naturaleza. Por esta razón, en la etapa de la madurez y la vejez, el ejercicio, la vida social del grupo, las actividades deportivas y lúdicas, son quizás el mejor modo de mantenerse en forma y protegerse contra los problemas presentes o futuros. Se ha analizado entonces que en las etapas del desarrollo de la vida del hombre, el ludismo a través del deporte recreativo, se propone como activador del cerebro para que la vida sea mejor y que la salud mental y física vayan de la mano en el paso vivencial por este mundo, en este sentido, también el juego permite al hombre la potencialización de sus capacidades psicomotoras, físicas y emocionales, para ayudar como ya se dijo, en su desarrollo integral. Hay juegos recreativos y pre-deportivos, ambos conllevan a un complemento en el conocimiento y adquisición de una estructura fundamental del movimiento corporal.

El deporte tiene un devenir histórico, que le da fortaleza a sus diferentes manifestaciones prácticas en la actualidad, desde la práctica deportiva realizada como actividad lúdica y religiosa, hasta el nivel competitivo y de alto rendimiento. La práctica de este deporte lo podemos encontrar en los espacios deportivos de los barrios, en las calles, en los parques, en los espacios libres y creativos de la ciudad. Son espacios donde encontramos a personas que van a divertirse, a salir de la rutina del trabajo, para mantener una vida activa y saludable.

Por ende, este libro nos habla de la valiosa herramienta de trabajo para los docentes y entrenadores dedicados a la enseñanza de la actividad física y el deporte.

CONCLUSIONES: En este libro de La Lúdica en la Enseñanza del Deporte, podemos inscribir el deporte lúdico como aquel que se realiza fuera de los ámbitos profesionales y educativos en busca de diversión, esparcimiento y entretenimiento para así garantizar un mejor desarrollo integral. Existen muchísimos elementos que conforman la lúdica. Se trata de ir creando lo que se va proponiendo, en este caso para que la actividad física y deportiva, tenga un aporte valioso, en la formación del hombre moderno.

R.A.E (Resumen Analítico Especializados)

TÍTULO: VALORES SOCIALES Y DEPORTE (CAPITULO I)

AUTOR: ALVARO RODRÍGUEZ DÍAZ

EDICIÓN: 2008 CENTRO DE INVESTIGACIÓN SOCIOLOGICAS - MADRID

CLASIFICACIÓN: DEPORTE SOCIAL

PALABRAS CLAVES: ACTIVIDAD DEPORTIVA, ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE, VALORES

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO EL DEPORTE EN LA CONSTRUCCIÓN DEL ESPACIO SOCIAL

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO:

FUENTES:

- BALE J. (1989) SportsGeography, Londres, E. and F. N. Span.
(1993a) Thespatialdevelopment of themodernstadium, International ReviewfortheSociology of Sport, Vol, 28, núm. 2+3, Londres.
(1993b) Sport, Space and thecity, Londres, Routlede.
- BERKING H. y NECKEL S. (1993) Urban maratón theStaging of individuality as anurbanevent, theory, culture and society, Vol. 10, Núm, 4, Londres.

- BROHM J. M. (1982) Sociología Política del Deporte, Mexico, Fondo de cultura económica.
- CAMPOS G. (1981) Urbanismo y austeridad, Madrid, Siglo XXI.
- DEBORD G. (2002) La sociedad del espectáculo, Valencia, Pretextos.
- GARCIA FERNANDO M. (1992) Los españoles, Madrid; CSD, Ministerio de Cultura.

(2001) Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000, Madrid, Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Consejo superior de Deportes.

CONTENIDOS: En este capítulo, se analizara la actividad deportiva desde el punto de vista de sus valores sociales implícitos. Se estructura en tres epígrafes. En el primero se aborda la cuestión sustancial de los valores para identificar el deporte como un objeto valioso, en tanto que se incorpora como elemento de cohesión para construir los nacionalismos, para formar educativamente a los menores y para cubrir el ocio de los trabajadores fuera de sus empresas. El segundo trata precisamente sobre las relaciones entre los diferentes y sucesivos modos de organizar el trabajo (la artesanía, el taylorismo, el fordismo y el postfordismo) por las fases por las que ha devenido la actividad física (juego, gimnasia, deporte y postdeportes). El tercero y último se centra en la reciente fase de la modernidad, donde los nuevos deportes representan valores sociales cambiantes en la forma de entender su producción y su consumo.

El deporte como objeto valioso: es uno de los objetos más valiosos que ha encontrado la modernidad para su legitimación en tanto que se entendió que su uso estaba abierto a la participación de cualquier ciudadano. Los principios de la igualdad y de la meritocracia se consideraron especialmente en el ámbito del deporte, ya que la mayor capacidad y habilidad física podrían ser atributos de sujetos que procedieran de clases menos favorecidas. El comportamiento deportivo, representa un comportamiento ético: el juego limpio fue lema común. Se trataba de encontrar una actividad física que suprimiese o redujese la violencia que siempre había conllevado el enfrentamiento corporal entre varones.

El trabajo y la actividad física: el cuerpo físico del artesano no era un objeto de control sistemático. Su representación de control era la imagen del panóptico señalada por Bentham (1979). Cada trabajador poseía sus destrezas manuales implícitas que determinaban creaciones diferentes. Los ejercicios eran abiertos, elásticos, no seriados, propios de cada uno. La naturaleza a mediados del siglo XVIII, empezó a identificarse como el lugar del buen salvaje, un espacio para someterse al ejercicio pedagógico sano, al hilo del higienismo y de la moral ya industriosa. El juego era la base de ese ejercicio corporal en tanto que se integraban en la cultura popular: los niños imitaban el juego social de los adultos, imitando los valores de la sociedad cortesana y de la economía artesanal.

La producción de nuevos deportes: todo ese proceso de invención y comercialización es tan económico como cultural. El deporte salió de las escuelas y de la administración pública para introducirse en todos los espacios sociales. De ahí que cada vez más empresas lo hayan incorporado entre sus objetivos.

CONCLUSIONES: El objetivo básico de este libro es analizar el deporte como un dispositivo y un proceso que tienen naturaleza social. Así, el concepto de deporte se ve sometido a una recapitulación de su categoría formal, tradicionalmente más vinculada a la actividad física que a la actividad social. El ejercicio deportivo es una práctica social que está atravesada por mecanismos de asociación y por lenguajes grupales que son autónomos e interdependientes.

R.A.E (Resumen Analítico Especializados)

TÍTULO: DEPORTE, EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN Y DESARROLLO HUMANO

AUTOR: CARLOS VERA GUARDIA

EDICIÓN: IPEF/VENEZUELA. PUBLICACIÓN N° 2. 1989

CLASIFICACIÓN: DEPORTE

PALABRAS CLAVES: DESARROLLO INTEGRAL, DEPORTE, VALORES, DESARROLLO HUMANO, SOCIEDAD, SALUD

TIPO DE DOCUMENTO: REVISTA DESARROLLO HUMANO, DEPORTE, RECREACIÓN Y EDUCACIÓN FÍSICA

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLIMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- VERA GUARDIA Carlos, Desarrollo humano, deporte, recreación y educación física; Maracaibo. IPEF. VENEZUELA. 1988.

CONTENIDOS: El deporte, la educación física y la recreación, deben formar parte de un desarrollo humano integral. El deporte dentro del desarrollo humano tiene una gran importancia ya que ayuda a que el ser humano tenga una mejor calidad de vida, tanto en cuestiones físicas como mentales, contribuyen a una mejor salud dando sensación de bienestar.

Cuyas prácticas se remontan a las primeras etapas de la vida del hombre como juegos, a veces brutales, destinados a demostrar la superioridad física de un hombre sobre otro, dada la importancia que la fuerza física tenía para subsistir, primero un mundo rodeado de animales de asombrosas proporciones y fuerza, luego en un mundo donde la supervivencia en la guerra dependía de la capacidad del cuerpo más que de estrategias y armas; se han convertido con el paso del tiempo en una multidisciplinaria obligatoria en ciertos niveles de educación que hoy ocupa un nivel preponderante en la vida del hombre actual. El deporte es hoy el fenómeno social más importante de la época, es la única manifestación humana que puede reunir a lo más selecto de 150 países en una contienda por la supremacía pacífica de unos sobre otros, que es el espectáculo más importante del mundo presenciado simultáneamente por más de 1500 millones de personas.

El deporte es la actividad que tiene mayor cobertura en los medios de comunicación social, que produce ídolos más populares, los salarios más cuantiosos y al mismo tiempo los modelos buenos o malos más seguidos por la niñez y juventud del mundo entero. Por ello todo el deporte es un excelente medio para desarrollar en el hombre, en especial en el niño ciertas actitudes y la comprensión de ciertos valores que siendo muy difíciles de entender conceptualmente son asimilados y adquiridos a través de las prácticas o juegos deportivos.

Esas actitudes y valores pueden resumirse en los siguientes:

- Concepto y respeto por la autoridad

- Aceptación de normas y leyes
- Concepto de orden y disciplina
- Participación voluntaria en actividades individuales y grupales
- Perder la hidalguía
- Triunfar con humildad
- Perseverancia
- Deseo de superación
- Confianza en sí mismo
- Sentido social

El tema del deporte es de gran importancia, ya que en la actualidad este tiene mucho valor en la formación integral de la persona, es decir, para una y cada una de sus áreas del desarrollo, tanto como para las físicas como para las psicológicas y las sociales, además de poder influir sobre el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales. Nos ayuda a rehacer nuestras habilidades psicológicas, emocionales y saludables, este fortalece a cada uno de los individuos y ayuda a desarrollar habilidades mentales.

Lo anterior, demuestra que el deporte es una herramienta para la educación integral de las personas. Así, viene resaltándose su valor formativo desde los primeros días de nacimiento del individuo, favoreciendo su desarrollo motor y psicomotor, pasando por el proceso de socialización del periodo dedicado al deporte y actividad física en el medio escolar; siguiendo

con la práctica física deportiva a lo largo de la juventud y madurez, una vez como medio de relajación del estrés cotidiano, otros como complemento de ocio; hasta ser considerado útil finalmente como medio de estimulación del ánimo de vida y de activación psicosocial en la vejez, sin olvidar otros muchos beneficios para la salud física y mental.

CONCLUSIONES: En síntesis, el deporte es un factor que puede incidir positivamente en los aspectos básicos del desarrollo humano (desarrollo integral). Mejorando notablemente en la sociedad en que se vive.

R.A.E (Resumen Analítico Escrito)

TÍTULO: EL DEPORTE Y LA FORMACIÓN ÉTICO - MORAL

AUTOR: BEATRIZ RESTREPO GALLEGO

EDICIÓN: 20011

CLASIFICACIÓN: DEPORTE

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, VALORES, EDUCACIÓN, JUEGO, EJERCICIO FÍSICO,

TIPO DE DOCUMENTO: REVISTA DE INDEPORTES ANTIOQUIA

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLIMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- ARANGUREN J. L. Moral de la vida cotidiana. Madrid: Tecnos, 1991.
- CORTINA Adela. Ética mínima. Madrid: Taurus, 1986.
- HELLER Agnes. Más allá de la justicia. Barcelona: Crítica, 1989.

CONTENIDOS: Esta revista pretende reflexionar sobre las posibilidades formativas del deporte en la dimensión de lo ético-moral, lo que en el fondo supone destacar la importancia del deporte para la educación y hacer un llamado a los directivos y actores del sector sobre su

responsabilidad frente a la formación del nuevo hombre Colombiano, el que nos propone la Constitución.

Es ya un lugar común hablar de la importancia del deporte, entendida como formación integral. Y ello porque la psicopedagogía, por una parte, ha recuperado y valorado la dimensión corporal y sensible del ser humano y su interés para la educación y, por otra, ha reconocido que el juego es elemento constitutivo del ser humano en cuanto ejercicio de libertad y posibilidad de goce. Pero aunque se hable de la importancia del deporte para la educación, en la práctica estamos todavía lejos de haber construido espacios, ejercicios y engarces que permitan hacer efectiva esta interacción.

La relación ético – moral no ha sido ajena al pensamiento ético contemporáneo. A comienzos del siglo pasado, se empieza a hablar de reglas de juego como posible referente interpretativo del hecho moral. Se hace notar que el deporte y el ejercicio físico están basados en normas y reglas que garantizan el orden en el desarrollo de las acciones y el logro de los fines previstos. Quien participa en aquellos, está reconociendo la existencia de un reglamento, aceptando su cumplimiento y sometiéndose a sus consecuencias, sean ellas recompensas o sanciones. Mientras se avanza en la ejercitación y dominio de la práctica deportiva, las reglas pueden ser limitantes, pero en la medida en que se avanza, estas se convierten en el mejor

recurso para alcanzar los objetivos. También las normas y las reglas forman parte del mundo moral; en ello, justamente, radica la posibilidad de la analogía entre las reglas de juego y la praxis moral. Esta se caracteriza por ser una actividad conforme a normas (cierto tipo de normas) y por fundarse en buena medida, aunque no la única en la aceptación y el reconocimiento de la normatividad surgida de la interacción social y alcanzada por acuerdo. Esta normatividad (ley moral o deber) está a la base de todo sistema de moralidad y de toda acción moral y al igual que en la actividad deportiva, la actitud del sujeto moral frente a ella va transformándose desde una aceptación ciega e incuestionada (en la infancia) muchas veces vivida como alienante, hasta una adhesión libre y autónoma (en la edad adulta) que potencia y facilita la vida moral.

Como toda conducta humana, también del deporte posee normas que regulan su actividad. En este sentido se considera al deportista como una persona que podrá tener placer en el propio ejercicio del deporte, sino como alguien comprometido con toda su estructura personal. Este compromiso puede adquirir la forma de un contrato al que de hecho contiene tantos factores morales como afectivos. Los primeros estarán vinculados con el cumplimiento de las normas propias del juego y del grupo, mientras que las segundas lo estarán en relaciones a factores personales depositados en el juego y por la forma en que se sienten afectados cada uno de los miembros del equipo en relación a su capitán, a sus compañeros, al orden de ganar o del perder, al contrincante (en este concepto “complementario”), no como enemigo sino como temporal complementario imprescindible para que el juego pueda realizarse aun en el caso que se trate de una sola persona. En este sentido, es una responsabilidad de cada docente o entrenador, realizar

las actividades físicas de la mejor manera posible, para que estas posibiliten por medio del deporte valores humanos (ética-moral).

CONCLUSIONES: Esta revista de El Deporte y la Formación Ético-Moral, tiene como fin la formación ética y moral de las personas por medio del deporte, preparando al hombre en conocimiento, habilidades y valores, con el objetivo de brindarles una mejor forma de vida. El deporte es una actividad sociocultural que permite el enriquecimiento del individuo en el seno de la sociedad y la relación entre las personas.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: DEPORTE, EDUCACIÓN EN VALORES Y DESARROLLO MORAL

AUTOR: MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN

EDICIÓN: REVISTA DE EDUCACIÓN 335, (2004)

CLASIFICACIÓN: DEPORTE SOCIAL

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, EDUCACIÓN, VALORES, MORAL

TIPO DE DOCUMENTO: REVISTA DE EDUCACIÓN (EL VALOR DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO)

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA UNIVERSIDAD DEL ATLÁNTICO

FUENTES:

- AMAT, M. Y BATALLA, A.: «DEPORTE Y EDUCACIÓN EN VALORES», EN AULA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA, 91 (2000), PP. 10-13.
- BALIBREA, E.; SANTOS, A. Y LERMA, I.: «ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE E INSERCIÓN SOCIAL: UN ESTUDIO EXPLORATORIO SOBRE LOS JÓVENES EN BARRIOS DESFAVORECIDOS», EN APUNTS, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES, 69 (2002), PP. 106-111.

- CRUZ, J.: «El valor del'esport en el procés de socialització dels joves», en Escola Catalana, 398 (2003), pp. 16-18. — «¿Es educativo el deporte para jóvenes en edad escolar?», en J. CAMPOS y V. CARRATALÁ (coord.): Las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en el marco de la Convergencia Europea. València, Universitat de València, 2004, pp. 69-90.

CONTENIDOS: Psicólogos, pedagogos, sociólogos y

Pero seamos educadores físicos vienen destacando el valor educativo del deporte para el desarrollo psicosocial del individuo y como medio de integración social y cultural. Quienes defienden este planteamiento, consideran el deporte como una herramienta apropiada para enseñar a todos, pero sobre todo a los más jóvenes, virtudes y cualidades positivas como justicia, lealtad, afán de superación, convivencia, respeto, compañerismo, trabajo en equipo, disciplina, responsabilidad, conformidad y otras (Cruz, 2004; Gutiérrez, 1994, 1995, 2003; Kleiber y Roberts, 1981; Sage, 1998). Pero a su vez, no podemos ignorar que cada día son más frecuentes las prácticas deportivas que se olvidan de esos valores y resaltan la vanidad personal, intolerancia, alineaciones ilegales, empleo de drogas para mejorar el rendimiento, conductas agresivas y abundancia de trampas (Shields y Bredemeier, 1995). También señalan algunos autores el excesivo empeño puesto en el triunfo, y que la competición reduce los comportamientos pro-sociales y promueve conductas antisociales (Bay-Hinitz y cols. 1994; Beller y Stoll, 1995; Priest y cols. 1999; Stephens y Bredemeier, 1996). Optimistas y abogamos por el lado bueno, el que permite obtener cualidades positivas a través de la práctica deportiva, sin olvidar, no obstante, que tanto los propios practicantes como los sistemas organizativos y

educativos, a diferentes niveles, deberán mantenerse alerta y poner todos los medios a su alcance para evitar caer en la vertiente no deseable. Son muchos los valores que pueden trabajarse mediante la práctica deportiva. Por ejemplo, valores utilitarios (esfuerzo, dedicación, entrega), valores relacionados con la salud (cuidado del cuerpo, consolidación de hábitos alimentarios o higiénicos), valores morales (cooperación, respeto a las normas). Ahora bien, para educar en valores, el deporte debe plantearse de forma que permita: 1) fomentar el autoconocimiento y mejorar el auto-concepto, 2) potenciar el diálogo como mejor forma de resolución de conflictos, 3) la participación de todos, 4) potenciar la autonomía personal, 5) aprovechar el fracaso como elemento educativo, 6) promover el respeto y la aceptación de las diferencias individuales, y 7) aprovechar las situaciones de juego, entrenamiento y competición para trabajar las habilidades sociales encaminadas a favorecer la convivencia. (Amat y Batalla, 2000).

En nuestro propio marco social y educativo, aunque aún resultan insuficientes, cada día son más abundantes los programas de este tipo que están utilizando la educación física y el deporte como recursos para el desarrollo de valores, desarrollo moral y desarrollo de la responsabilidad personal y social (Escartí y cols., 2002; Gutiérrez y cols., 2002; Gutiérrez y Vivó, 2002; Jiménez, 2000; Pardo, 2003; Vivó, 2001), obteniendo resultados de notable consideración.

CONCLUSIONES: Consideramos importante señalar una evidente contradicción en nuestra sociedad, porque no se comprende que cada vez son más los investigadores que abogan por la importancia de la educación física, e incluso así se reconoce también en la propia Ley del Deporte, y sin embargo cada día es menor el espacio que se le concede en el currículo escolar. • De numerosas investigaciones se deduce que para que el deporte favorezca la educación integral de la persona, es decir, para que permita a sus practicantes desarrollar su personalidad y promover los valores y virtudes más deseables, ha de practicarse en un clima apropiado en el que resulta especialmente importante la orientación de valores de técnicos, entrenadores, profesores y demás agentes socializadores («otros significativos»).

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: PLANTEAMIENTOS TEÓRICOS SOBRE LA EDUCACIÓN EN VALORES MEDIANTE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE (CAP XII)

AUTOR: MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN

EDICIÓN: GYMNOS, EDITORIAL DEPORTIVA, S.L. 27-28002 MADRID

CLASIFICACIÓN: DEPORTE SOCIAL

PALABRAS CLAVES: VALORES, DEPORTE, SOCIAL, EDUCACIÓN FÍSICA, ACTIVIDAD FÍSICA

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO VALORES SOCIALES Y DEPORTE

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLÍMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- AAHPER. (1975). Values in Sports. Washington, D.C.
- BANDURA A. (1986). Social foundations of thought and action: a social-cognitivetheory. EnglewoodCliffs, NJ:Prentice-Hall.
- CAGIGAL J. M.(1981). ¡Oh deporte! (Anatomía de un gigante). Valladolid: Miñón.
- COAKLEY J. J. (1978). Sport in society: Issues and controversies. St. Louis: Mosby.

- ENNIS C. D.; CHEN A. y ROSS J. (1992). Educationalvalueorientations as a theoreticalframeworkforexperiencedurbanteacher's curricular decisión making. Jour. Of Research and Development in Education 25, 156-163.
- GUTIERREZ M. (1994a). preferencia de valores en el deporte: bases para una intervención psicopedagógica sobre el desarrollo motor infantil. En A. CLEMENTE (Ed.), Intervencion Psicopedagógica y desarrollo humano. Valencia: Set i Set.

CONTENIDOS: Tradicionalmente han venido siendo dos los planteamientos teóricos que más frecuentemente se han utilizado para la educación de valores mediante la actividad física y deportiva: la teoría del aprendizaje social y la teoría del desarrollo estructural, siendo la primera de ellas la que mayor atención ha recibido en el pasado, aunque parece ser la segunda perspectiva la que ofrece mayores esperanzas para el futuro.

Los seguidores del aprendizaje social atribuyen a la sociedad la capacidad de ejercer una poderosa influencia sobre los procesos de interiorización de los valores, ya que las normas de conducta se establecen por observación e imitación de los modelos y personas significativas así como de la guía que estos proporcionan. Si esto funciona realmente así, no es de extrañar el desasosiego que algunos sienten, debido a la perspectiva y modelos o ejemplos que actualmente el deporte nos ofrece.

Aunque son escasos los datos obtenidos sobre el esquema de desarrollo estructural en el deporte, aparecen algunos trabajos como los de BredemeierShields (1984) y Hall (1981) que

merecen ser tenidos en cuenta, puntualizando que los deportistas utilizan diferentes etapas de razonamiento en situaciones deportivas que en situaciones de la vida diaria. Este aspecto ha sido posteriormente completado por los trabajos de Bredemeier (1994), en los que resalta la capacidad predictoria del nivel de razonamiento moral respecto a las conductas asertivas y agresivas, tanto en el terreno deportivo como en el de la vida diaria.

Se ha comprobado que el método tradicional de aprendizaje de los valores relacionados con la participación deportiva ha tenido lugar por convención social, lo que equivale a decir que para que exista el juego deben seguirse las normas, pero a su vez también se ha llegado a la conclusión de que realmente, si se quiere que se produzca un desarrollo moral en el contexto deportivo, deben aplicarse estrategias de razonamiento moral que sobrepasen los principios de la convención social. Aspectos a resaltar son la consideración del profesor o entrenador como modelo de roles y la importancia que atribuye a la ayuda social de otros. Por eso, el modelo se presenta con una aproximación organizada dirigida a profesores y entrenadores relacionados con la educación en valores a través de la actividad física y el deporte.

CONCLUSIONES: en el capítulo XII, hacen énfasis en que los profesores y entrenadores, mediante las actividades físicas y deportivas contribuyan al proceso de formación de los niños y jóvenes, inculcando en sus contenidos de trabajos valores que le permitan a los niños y jóvenes ser mejores ciudadanos.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: PEDAGOGÍA, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE.

AUTOR: CARLOS BONILLA BAQUERO

EDICIÓN: ABRIL 1991

CLASIFICACION: DEPORTE SOCIAL

PALABRAS CLAVES: EDUCACIÓN, VALORES SOCIALES, FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS, INSTRUCCIÓN TÉCNICA, FORMACIÓN DEL HOMBRE, MOTRICIDAD, JUEGOS, DEPORTE, EDUCACIÓN FÍSICA, DESARROLLO PSICOMOTOR, SALUD.

TIPO DE DOCUMENTO: REVISTA DE DEPORTE Y EDUCACIÓN FÍSICA (KINESIS)

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLIMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- BEDOYA Iván – GOMEZ Mario, Pedagogía y Epistemología, Editorial Ecoe 1989, pag. 34-35
- PANZA Margarita y Otros, Fundamentación de la Didáctica, Tomo I, Ediciones Gemikal, 1987, pag 22-23
- BELLO PACHON Marcelino, Módulo: Desarrollo de la creatividad en el docente y el niño de la Escuela Primaria, Editado por el CEP-Boyacá, 1989 pag 73

- BONILLA BAQUERO Carlos Bolívar, Módulo: Didáctica de la Educación Física de base, Editado por USCO, 1990.

CONTENIDOS: La educación plantea siempre un conflicto entre la necesaria integración de una sociedad establecida y el desarrollo pleno del yo. (Ardoino Panza, 1987). En este sentido la educación debe apuntar a una formación lo más amplia e integral posible, para lo cual se debe tener en cuenta:

Los valores sociales, como la solidaridad y convivencia pacífica.

Los valores personales, como la creatividad y disciplina del trabajo.

Los fundamentos científicos, como las bases de matemáticas, física, química, etc.

La instrucción técnica, como las habilidades y destrezas laborales y deportivas.

Por lo tanto lo que se propone en este artículo es que todo educador, le corresponde el esfuerzo por esclarecer cómo integrar estas cuatro aspiraciones como su disciplina específica de trabajo, en donde la Educación Física y el Deporte son una disciplina pedagógica, cuya misión central es la de contribuir a la formación del hombre desde su campo específico, la motricidad humana, por lo tanto se puede decir, que los ejercicios, el juego, y tantas otras actividades, son medios de educación.

En este sentido, los educadores están en la tarea de: Cualificar el desarrollo psicomotor, que se refiere a la necesidad que tiene el alumno, de recibir experiencias y orientaciones que le permitan integrar su esquema corporal, su percepción temporal-espacial, el equilibrio y la coordinación, en el entendimiento que estas funciones psicomotoras son decisivas para su desarrollo integral, un eficiente desempeño académico y una vida socio-afectiva equilibrada. También tenemos las Habilidades y destrezas naturales, se refiere a la importancia que tiene para la vida del alumno, el dominio eficiente de sus habilidades naturales de locomoción (caminar, correr, saltar, etc) y de manipulación (pasar, recibir, lanzar, etc). Esto es importante porque sirve de base al aprendizaje de movimientos naturales o adquiridos como los de la vida laboral y deportiva. Por otro lado, Preservar la salud, que se refiere a la importancia que tiene el Deporte y la Educación Física en pro de la salud del hombre, para lo cual es imprescindible articular la práctica de la actividad física en general, de una teoría mínima y básica de Fisiología. Y por último tenemos, Los valores sociales e individuales, en donde la Educación Física y el Deporte, por el carácter dinámico e interpersonal de sus actividades instrumentales, favorece y fomenta valores tanto de conjunto como de la propia persona. Lo que se pretende es promover en su función FORMADORA DEL HOMBRE PARA LA VIDA.

Con todo esto, se pretende hacer entrar en conciencia la responsabilidad tan grande, que tenemos de ser docentes o ser formadores de formadores en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en donde el principal factor es el estudiante (formar para la vida).

CONCLUSIONES: El Artículo de Deporte y Educación Física, busca que los profesionales tomen conciencia del trabajo que tienen y ayuden a la juventud Colombiana a formarse como hombres y seres sociales a través de la Educación Física y el Deporte, por medio de una orientación para su formación integral y su participación en la vida cotidiana.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: OCIO Y RECREACIÓN EN LAS POLÍTICAS DEPORTIVAS MUNICIPALES (NUEVAS TENDENCIAS DEL OCIO: POLÍTICAS DE OCIO Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LOCAL) CAPITULO III

AUTOR: ROBERTO SAN SALVADOR DEL VALLE (PROFESOR DE LA UNIVERSIDAD DE DEUSTO. INSTITUTO INTERDISCIPLINAR DE ESTUDIOS DE OCIO. BILBAO.)

EDICIÓN: ESPAÑOLA 1996 SANTA ROSA DE LIMA - MALAGA

CLASIFICACIÓN: DEPORTE SOCIAL

PALABRAS CLAVES: OCIO, DEPORTE, LÚDICA, BIENESTAR, CULTURA, RECREACIÓN, TURISMO, DESARROLLO COMUNITARIO, SALUD, DESARROLLO PERSONAL, VALORES, BIENESTAR.

TIPO DE DOCUMENTO: DOCUMENTO DE LA CONSEJERÍA DE TURISMO Y DEPORTES. INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE (VII JORNADAS SOBRE DEPORTE MUNICIPAL)

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLIMPICO COLOMBIANO

FUENTES:

- GARCIA FERRANDO M. (1990) Aspectos sociales del deporte, MADRID: Alianza.

- GARCIA FERRANDO M. (1990) Sociología del ocio y del deporte, EN GINER S. (ed.) Sociología en España, MADRID: CSIC.
- GONZALEZ MORO V. (1990) Los estilos de vida y la cultura cotidiana, SAN SEBASTIAN: Baroja.
- INSTITUTA DE SERVICIOS SOCIALES (1990) La tercera edad en España, MADRID: Ministerio Asuntos Sociales.
- INSTITUTO DE LA MUJER (1990) La mujer en España, MADRID: Ministerio Asuntos Sociales.
- SETIEN M. L. (1993) Indicadores sociales de calidad de vida, MADRID: CIS.
- ZARRAGA J. L. (1989) Informe de juventud en España, MADRID: Mtrio. Asuntos Sociales.
- TRILLA J. and PUIG J. M. (1987) Pedagogía del Ocio, BARCELONA: Laertes.

CONTENIDOS: En el capítulo III de este documento, la primera cuestión a analizar es el propio concepto de ocio que se desea interrelacionar con el concepto de deporte. El diccionario de la Real Academia Española, recoge un doble significado del ocio: como cese del tiempo de trabajo y como entretenimiento en obras de ingenio. Pero en este escenario de conocidas definiciones en torno a las variables de actividad y actitud, la realidad social va generando nuevas direcciones del fenómeno. En este contexto se puede definir el ocio, como una experiencia personal, creativa, lúdica, festiva, solidaria y de bienestar que posibilita el desarrollo de procesos de interiorización y actividades en el marco de los diversos ámbitos en los que se manifiestan como: la cultura, la recreación, el deporte, el turismo, el desarrollo comunitario y la salud.

Por esta razón, el deporte es por lo tanto, desde la interpretación del ocio, un ámbito en el que éste se contextualiza y tangibiliza. El deporte participa en mayor o menor medida de las direcciones y dimensiones del ocio. Por ejemplo:

- **DIMENSIÓN LÚDICA:** como señala el profesor Cuenca “El ocio, desde su dimensión lúdica, tiene una finalidad de descanso y diversión, la cual es la dimensión esencial del deporte, que integra los valores del juego y que responde al perfil del deporte tradicional. Se desarrolla en los espacios habituales como los polideportivos y centros escolares.

- **DIMENSIÓN CREATIVA:** es definida por el profesor Cuenca como una dimensión del desarrollo personal. Esta dimensión provoca nuevas tendencias y expresiones en el ámbito del deporte, en donde el encuentro deportista-entorno prevalece. Se refugia en nuevos espacios, en el medio urbano pero sobre todo en parajes naturales.

- **DIMENSIÓN FESTIVA:** es el “descanso psicológico”, en cuanto a cambio de la actividad habitual. Esta dimensión del ocio alimenta el perfil del deporte evento. Abarca desde la recuperación de los deportes patrimonio de la identidad colectiva (deporte rural o autóctono) hasta la organización de grandes acontecimientos deportivos (juegos olímpicos o campeonatos del mundo).

- **DIMENSIÓN SOLIDARIA:** se fundamenta en el carácter libre y voluntario, en lo personal y asociativo, en lo grupal. En la infancia, juventud, adultos, mujer, tercera edad, minusválidos, inmigrantes, minorías étnicas, etc. Esta dimensión fomenta el deporte para todos. La democratización de la práctica deportiva, llegando a personas y colectivos con discapacidades o realidades marginales.

- **DIMENSIÓN DEL BIENESTAR:** el ocio tiene una incidencia creciente en la economía de servicios de la sociedad postfordista. Esta dimensión económica genera efectos perversos en torno al consumismo, pero de igual manera permite el desarrollo del bienestar material, como estadio intermedio hacia el bienestar. El deporte se convierte en factor de desarrollo económico, calidad de vida y bienestar. Las alternativas deportivas se convierten en una variable de cualificación de la ubicación del negocio o residencia, la práctica deportiva se convierte en espectáculo, crece su volumen de empleo, aumenta el nivel de exigencia formativa de sus protagonistas, se produce una sinergia de intereses económicos diversos, se investiga en nuevos soportes materiales de la práctica deportiva, etc.

- **DIMENSIÓN PREVENTIVA:** el ocio se manifiesta como una intervención progresiva que implica una intencionalidad de desarrollo personal y social, pero en ocasiones y ante determinadas poblaciones adquiere una finalidad preventiva ante realidades de riesgos. Por lo tanto el deporte logra, de igual modo, este perfil preventivo, como instrumento privilegiado para afrontar situaciones de riesgo para la salud y bienestar social.

- **DIMENSIÓN TERAPÉUTICA:** el ocio es también una solución o alternativa de tratamientos para determinados procesos degenerativos de marginación social, de enfermedades o discapacidad. La intervención terapéutica desde el deporte se desenvuelve en: espacios tradicionales (polideportivos), nuevos espacios (naturaleza), alrededor de grandes eventos (paralimpiadas), el desarrollo comunitario (deporte para todos) o en la dotación de calidad de vida (ciudades saludables).

En general, se busca la especial atención a la propuesta de generar políticas deportivas sustentadas en la demanda, centradas en el bienestar del ciudadano (en sus necesidades, demandas reales o potenciales, motivaciones, hábitos y prácticas, ect.) para así tener una mejor calidad de vida en todos los sentidos.

CONCLUSIONES: En el capítulo III, nos habla de la incardinación del deporte, dentro de la definición del fenómeno del ocio, como un ámbito en el que se materializan las direcciones y dimensiones señaladas, con sus lógicas implicaciones operativas, de igual manera la observación de las políticas de ocio y deporte como sistema, como un conjunto estructurado de decisiones que dan cuerpo a un modelo de planificación, gestión e intervención.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: DEPORTE, RECREACIÓN Y EDUCACIÓN FÍSICA EN EL CONTEXTO COLOMBIANO.

AUTOR: INSTITUTO COLOMBIANO DEL DEPORTE (COLDEPORTES NACIONAL)

EDICIÓN: DICIEMBRE 29 DE 2000

CLASIFICACIÓN: DEPORTE SOCIAL

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA, TIEMPO LIBRE, SALUD

TIPO DE DOCUMENTO: DOCUMENTO CONPES SECTOR SOCIAL DE RECREACIÓN, DEPORTE, EDUCACIÓN FÍSICA Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLÍMPICO COLOMBIANO

FUENTES: COLDEPORTES

CONTENIDOS: Buena parte de nuestra historia sectorial ha estado enmarcada por la influencia que desde otras regiones del mundo ha ejercido la Educación Física, el Deporte y la Recreación como parte del progreso y desarrollo de sus sociedades.

Del mismo modo para contextualizar el Deporte, la Recreación y la Educación Física, en el caso colombiano, se hace necesario usar los puentes que nos aproximan a nuestra realidad, se debe tener en cuenta el proceso histórico-cultural mediante el cual el Deporte, la Recreación y la Educación Física han entrado a formar parte de la vida cotidiana de los colombianos. Por encima de los argumentos sobre la falta de cultura de la actividad física de los colombianos, se debe considerar las particularidades de esas prácticas de fin de semanas con propósitos laborales y recreativos; los colombianos practican alguna actividad deportiva (fútbol, voleibol, baloncesto, ciclismo, patinaje, entre otros) y realizan múltiples actividades deportivas.

Sin duda, el Deporte en Colombia, puede contribuir al desarrollo de programas para la juventud, la niñez, el reconocimiento humano e integración social de las personas, la promoción de la mujer y en particular cumplir papel preponderante dentro de una estrategia general articulada al proceso de paz.

El Deporte formativo, la Recreación y las Actividades Físicas son centrales en la formación del niño, para el aprovechamiento del tiempo libre de jóvenes y en el mantenimiento de la salud de la población colombiana, lo cual es incomparable con lo que se obtiene mediante una medalla olímpica o un mundial de fútbol. La vieja frase del padre del olimpismo moderno el Barón de Coubertin “NINGUNA MEDALLA VALE LA SALUD DE UN NIÑO”, adquiere toda

su dimensión desde esta perspectiva. En este sentido lo que más importa no son las medallas sino la calidad de vida, más allá que las altas aspiraciones de la alta competencia, de la medallería olímpica y del éxtasis de la gloria, se han de poner en relieve los valores sociales del deporte en los ámbitos educativos, medio ambiental, salud, seguridad, empleo y convivencia.

Dentro de los elementos fundamentales señalados en el acto legislativo 002 del año 2000, es necesario destacar y relevar lo siguiente. “El ejercicio del Deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano”. Es decir, se liga con las condiciones más generales del desarrollo que se fundamentan, por un lado en la educación como factor multiplicador de la posibilidad del avance y progreso de la sociedad, y por lo tanto, al contribuir a la formación integral efectivamente se influye sobre una condición específica del nivel de calidad de vida; y por otro lado, en el mejoramiento de las condiciones de salud del ser humano, variables que de manera directa hacen parte de la calidad de vida de la población.

Desde luego, eso implica de manera especial a COLDEPORTES en la medida a que se obliga a difundir y establecer dentro de la misma esfera del ordenamiento institucional del Estado, unos canales mucho más explícitos de comunicación e interacción, que efectivamente profundicen el compromiso del Estado a todos los niveles con el fortalecimiento del sector.

Ahora bien, un país como Colombia, con una tasa de mortalidad afectada fuertemente por la violencia en primer lugar y en segunda instancia de incidencia por una elevada tasa de mortalidad asociada a las enfermedades derivadas del sedentarismo, según el último estudio

nacional de salud, tiene que preocuparse muy seriamente frente al impacto que un sector como el de Deporte, Recreación y Educación Física, pueda ofrecer, para mitigar las tendencias y fomentar nuevos hábitos de vida sana en la población, pues aparte del beneficio real en términos de calidad de vida, desde el punto de vista macroeconómico en el medio y largo plazo, significan menores esfuerzos del Estado y de la sociedad en la provisión de servicios asistenciales para enfermedades como hipertensión, infarto del miocardio, estrés entre otras, cuyos costos sociales y económicos son realmente gigantescos.

Si se agrega a lo anterior, el problema manifiesto del consumo creciente de drogas psicoactivas que golpean especial y fuertemente a los niños y jóvenes de este país, lo anunciado, contrastado contra las tendencias universales de ocupación de tiempo libre, tienen que convertirse en una prioridad del Estado Colombiano, no solo ya encaminadas al reconocimiento internacional a través de las glorias del deporte, sino y vitalmente a garantizar la sostenibilidad de una sociedad que con urgencia reclama por el mejoramiento de sus condiciones generales de existencia, entre ellas, la calidad de vida.

En tal sentido, el Deporte, las actividades Recreativas y la Educación Física, se constituyen en poderosos instrumentos para promover una sociedad más inclusiva, para luchar contra la intolerancia, la discriminación de toda índole, la violencia, el abuso de alcohol o el uso

de estupefacientes; el sector puede contribuir a la reivindicación e integración de las personas excluidas de la vida social y comunitaria tales y como los discapacitados o muy buena parte de los grupos de adultos mayores.

CONCLUSIONES: CONPES, se deduce a la necesidad de insistir en la determinación conceptual del sector, resaltando los fines y objetivos que como parte fundamental del aprovechamiento del tiempo libre, representa cada uno de sus campos de intervención, es decir, el Deporte, la Recreación y la Educación Física. Tal hecho, debe realizarse socializando ampliamente tales conceptos hacia los distintos ámbitos institucionales y sociales del país. Esto es posible, con la ayuda del Instituto Colombiano de Deportes.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: DEPORTE Y SALUD (CAPITULO II)

AUTOR: JIMENA BEATRIZ CABEZAS

EDICIÓN: MENDOZA-ARGENTINA2007

CLASIFICACIÓN: DEPORTE Y SALUD

PALABRAS CLAVES:

TIPO DE DOCUMENTO: TESIS DEPORTE SOCIAL: UNA ESTRATEGIA PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL EN MENDOZA. UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: INTERNET

FUENTES:

- DIRECCIÓN DE PLANIFICACIÓN Y ASEGURAMIENTO DE SERVICIOS DE SALUD, MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN. NOVIEMBRE 2002.

CONTENIDOS: Es imprescindible también hacer referencia a la capacidad que el deporte tiene en la promoción de la salud. Según lo declarado en 1978 en Alma Ata por la Confederación Internacional de la Atención Primaria de la Salud, los gobiernos, las organizaciones internacionales y la comunidad mundial deben tener como uno de sus principales objetivos sociales, la consecución para todos los pueblos del mundo de un nivel de salud que les permita

llevar una vida social y económicamente productiva. La atención primaria de la salud es la estrategia elegida para alcanzar esa meta. De esta manera la atención primaria ha sido conceptualizada como un medio práctico para poner al alcance de todos los individuos y familias de las comunidades la asistencia de salud indispensable, en forma que resulte aceptable y proporcionada a sus recursos, y con su plena participación. Siempre la atención primaria será el primer contacto del individuo y su familia con el sistema de salud y se constituye en el elemento primordial del proceso permanente de asistencia sanitaria, llevando ésta tan cerca como sea posible del lugar de residencia y trabajo de la población.

Por todo esto es imprescindible la necesidad de incorporar y a su vez retener a la población en el sistema de salud. Mejorando la calidad de vida, previniendo posibles enfermedades, y atendiendo las ya producidas se avanza hacia una población sana. La estrategia de la Atención Primaria de la Salud implica un cambio profundo de paradigma al modificar el eje de sistema sanitario desde la enfermedad hacia la salud, involucrando en ella todos los niveles asistenciales, pero con especial énfasis en un primer nivel, en donde la educación y la práctica de la actividad deportiva cumplen un papel ineludible.

El deporte y la actividad física son fundamentales en este primer nivel dentro de la Atención Primaria de la Salud, y aunque pertenezcan a otro ámbito dentro de las políticas públicas benefician en gran medida a todo el funcionamiento del sistema sanitario.

Actualmente en nuestra sociedad existe una mayor conciencia de lo importante que es la práctica regular de la actividad física, que en conjunto con buenos hábitos alimentarios, puede ayudar a evitar o retardar la manifestación de enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoporosis, cáncer de colon y todas las complicaciones de salud asociadas al sobrepeso y a la obesidad.

Sin embargo, los beneficios que tiene la actividad física y deportiva, van mucho más allá de la prevención de enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) un estilo de vida activa también mejora el estado de ánimo, estimula agilidad mental, alivia la depresión y facilita el tratamiento del estrés. A largo plazo, eleva además el nivel de autoestima y aumenta la integridad e interacción social.

CONCLUSIONES: Es claro entonces que los efectos de la actividad deportiva, como uso del tiempo libre y promotor de la salud, son generalmente asociados a resultados positivos y a muy bajo costo. El hombre nació en movimiento y su cuerpo lo necesita, entonces le resulta fácil y placentera cualquier actividad que lo mantenga en movimiento.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: FUNCIONES TERAPÉUTICAS DEL DEPORTE (CAPÍTULO III)

AUTOR: OCTAVIO MARTÍN MARTÍN

EDICIÓN: FEBRERO 2002 - ESPAÑA

CLASIFICACIÓN: DEPORTE Y SALUD

PALABRAS CLAVES: SOCIEDAD, DEPORTE, SALUD, BENEFICIOS, CALIDAD DE VIDA, ACTIVIDAD FÍSICA, REHABILITACIÓN, EJERCICIO FÍSICO.

TIPO DE DOCUMENTO: DOCUMENTO SOBRE FUNCIONES SOCIALES DEL DEPORTE

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: INTERNET [_html.rincondelvago.com](http://html.rincondelvago.com)

FUENTES:

- CONSEJO DE EUROPA (1996): La función del deporte en la sociedad. Salud, socialización, economía. Madrid, Consejo Superior de Deportes.
- DUNNING, Eric (1992): "La dinámica del deporte moderno: notas sobre la búsqueda de triunfos y la importancia social del deporte". En ELIAS y DUNNING, Deporte y Ocio en el proceso de la civilización. Madrid, Fondo de Cultura Económica.
- ELIAS, Norbert (1992): "Introducción". En ELIAS y DUNNING, Deporte y Ocio en el proceso de la civilización. Madrid, Fondo de Cultura Económica, pp.31-82.

CONTENIDOS: El deporte aporta muchos beneficios para la salud y la calidad de vida, no solo en lo físico. Ayuda a olvidar preocupaciones y a relacionarte con otras personas. El deporte, bien dirigido, es bueno para la salud. El problema, evidentemente, surge cuando no está bien dirigido, los “no profesionales” y los responsables de fomentar en la población la actividad deportiva, es decir, los políticos.

Por otra parte, los enfermos son otro mundo. Existen muchas terapias que incluyen actividad física como parte del tratamiento. Casi todos los problemas de los deportistas (esto es, causados haciendo deporte) se recuperan activamente a través de la fisioterapia y de ejercicios muy básicos de rehabilitación.

Sin embargo, la prevención y la rehabilitación a través del deporte son mundos relacionados íntimamente. La razón de esta afirmación se encuentra en que, de la misma manera que las actividades físicas previenen de muchas insuficiencias, patologías y problemas de salud en general, la inexistencia o la insuficiencia de esas actividades físicas derivan en las insuficiencias, patologías y problemas de salud en general mencionadas. Por ejemplo, si haces ejercicio, quemas grasas y es mucho más difícil que te pongas gordo, y mucho menos, que

acabes siendo obeso; pero si no haces ejercicio, lo normal es que engordes, y es muy posible que acabes siendo obeso, con todas las dificultades que ello acarrea.

Los beneficios del deporte y de la actividad física moderada también están demostrados en las personas de edad: ayuda a combatir la depresión, la angustia, el estrés, los trastornos del sueño, el abuso de alcohol y de los medicamentos.

El ejercicio físico puede desempeñar, por tanto, una función importante en ambos planos. Puede frenar el declive de las aptitudes fisiológicas y contribuir, de este modo, a preservar la conciencia y la estima de uno mismo. Pero el ejercicio físico también puede ejercer una influencia positiva directa en los contactos sociales de las personas ancianas y tener un efecto terapéutico en su estado mental, hacerlas más optimistas, atenuar la depresión, etc.

Resumiendo las palabras del Consejo de Europa (1996, pp. 12-118), se puede decir que cientos de estudios (longitudinales, transversales, epidemiológicos, retrospectivos, prospectivos, etc. en los cuales se comparan resultados obtenidos en gente activa con los de gente sedentaria)

sobre este tema vienen a concluir en una serie de resultados. Estos resultados nos dicen que hacer ejercicio físico y deporte regularmente durante toda la vida, ayuda a mejorar la salud de todas las personas, sean niños, jóvenes, adultos o ancianos; sean chicos o chicas; sean gordos o flacos... y que además, en la mayoría de los casos, los efectos que provoca el ejercicio son imposibles de conseguir de otra manera.

De igual modo, se afirma que la actividad física es una terapia en una gran cantidad de problemas de salud (tan eficaz como cualquier otra) y el mejor método de prevención de la salud. Por otra parte, incluye un beneficio “de regalo”, que no es otro que, con la actividad física como terapia y/o prevención, se aprovechan todas las demás ventajas de la actividad física regular.

Según los resultados de los citados estudios, el ejercicio físico y el deporte:

- Aumenta y mejora las capacidades funcionales: aptitud muscular (fuerza, potencia y resistencia de los músculos), tono muscular, agilidad, equilibrio, coordinación neuromuscular, función cardiorrespiratoria (capacidad aeróbica y resistencia);
- Mejora las estructuras: densidad y composición óseas, estructura y función de las articulaciones, flexibilidad, eliminación de grasas;

- Mejora aspectos psicosociales: bienestar general psicológico y social, función cognitiva, buenas costumbres (hábitos alimentarios, cuidar el sueño etc.), imagen de uno mismo (a cualquier edad), socialización, optimismo, categoría social, en la actividad doméstica, en el trabajo, en la vida cotidiana.

CONCLUSIONES: El deporte tiene una gran influencia en la sociedad; destaca de manera notable su importancia en la cultura y en la construcción de la identidad nacional. En el ámbito práctico, el deporte tiene efectos tangibles y predominantemente positivos en las esferas de la educación y la salud.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: SALUD Y DEPORTE

AUTOR: JÜRGEN WEINECK

EDICIÓN: EDITORIAL PAIDOTRIBO-BARCELONA 2001

CLASIFICACIÓN: DEPORTE Y SALUD

PALABRAS CLAVES:

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO SALUD, EJERCICIO Y DEPORTE

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: TEXTO DE CASA

FUENTES:

- RUSCH, H./WEINWCK, J: SPORTFORDERUNTERRICHT. HOFMAN VERLAG, SCHORNDORF 1993.
- WEINWCK J: SPORTBIOLOGIE PRIMED-SPITTA, BALINGEN 1994.

CONTENIDOS: Se hacen reflexiones críticas sobre el tema salud y deporte:

Que es salud: no existe una definición unida del concepto salud que pueda ser aplicada en todas las situaciones.

-Salud es lo contrario de la enfermedad (concepto clásico de la salud) con el problema, de que los límites entre salud y enfermedad no están bien definidos y se mezclan constantemente.

-Salud es ideal (Organización Mundial de la Salud): “Un estado de bienestar físico, mental y social general, es decir, una ausencia de enfermedad y debilidad”.

-Salud es un estado provisional, que no promete nada bueno (Bamm)

-Salud es un rendimiento psicofísico individual; es la realidad de la vida (Francke).

Como denotan los términos “psicofísico individual”, “espiritual y físico”, “estado de bienestar físico, mental y social general”, la salud no puede ser definida como un estado físico puramente objetivo con las funciones orgánicas intactas. La salud también tiene una dimensión subjetiva, individual, psicamental y social.

Que es el deporte: no es de extrañar que las opiniones acerca de la importancia del deporte para la salud sean tan contrapuestas. Afirmaciones tales como “El deporte es sano” o “practica deporte para estar sano”, por una parte, y “El deporte es la muerte” y “practica deporte o mantente sano”, por otra, solamente pueden encontrarse porque la palabra deporte tiene múltiples significados. Tanto en el lenguaje corriente como al realizar un análisis científico del deporte no existe una definición general única. El deporte se practica siempre con finalidades muy diversas.

Por un lado, existe el deporte de competición, donde el rendimiento tiene mucha importancia, organizado por las asociaciones deportivas y que podría clasificarse de la siguiente forma: deporte para aficionados, deporte de rendimiento, deporte de elite y deporte profesional.

Por otra parte, también existe el deporte para la salud con el cual se pretende alcanzar un equilibrio, una recuperación o un buen estado físico, y que pueda estar organizado de muy diversas formas, tanto como deporte popular, de ocio o lifetime. También se distinguen, el deporte de determinadas instituciones, como el que se practica en el mundo de la empresa, universitario o militar; así como el deporte típico de determinados grupos de la población, como el deporte para mujeres, minusválidos o tercera edad.

Existen numerosos deportes que tienen un alto valor para la salud, sobre todo los deportes de resistencia, que son muy adecuados para la prevención de las enfermedades cardiovasculares. Junto al entrenamiento de la resistencia, también a aumentado el deporte que conduce hacia una reeducación de los movimientos y la fuerza, así como el entrenamiento de las capacidades de coordinación. La reeducación de la fuerza y la movilidad sirve, para prevenir los daños producidos por las malas posturas, la osteoporosis y las dolencias de espalda. La reeducación coordinativa, está dirigida en primer lugar, a mejorar la agilidad y la habilidad en la vida

cotidiana. Permite conservar y aumentar la capacidad individual para andar y correr y reduce el riesgo de caídas.

CONCLUSIONES: El deporte puede mejorar la salud, cuando es practicado activa y correctamente. Por otra parte, el deporte por muy sano que sea, no es un remedio curativo y no puede compensar todos los errores cometidos en otros aspectos de la vida.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: BENEFICIOS Y EFECTOS COLATERALES DEL EJERCICIO

AUTOR: DOCTOR ROBERT E. EACH.

EDICIÓN: EDICIONES LERNER LTDA. PRINTED IN COLOMBIA. 1991

CLASIFICACIÓN: DEPORTE Y SALUD

PALABRAS CLAVES:

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO MEDICINA DEL DEPORTE TOMO I

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA UNIVERSIDAD DEL ATLANTICO
(BARRANQUILLA)

FUENTES:

❖ DR. Robert E. Leach.

CONTENIDOS: Hoy más que nunca, reconocen los médicos y sus pacientes los ejercicios que se obtienen a través del ejercicio rutinario. El médico deberá saber prescribir programas individuales (por ejemplo, para pacientes que han sufrido infartos de miocardio) y para reconocer los efectos colaterales que puedan surgir. Rara vez deja de ser efectiva la terapia de ejercicios, sin embargo, a menos que se motive al paciente para que comience en un nivel apropiado, aumentará el potencial de incumplimiento del tratamiento.

El apogeo de los ejercicios físicos es un fenómeno social y la comunidad médica debe y puede aplaudirlo de todo corazón. Como resultado la población es más sana, tanto física como mentalmente, y tiene mayores conocimientos e interés por la salud. Parece que el ejercicio es una de las pocas “cosas buenas” sobre las que coinciden el gobierno, la industria y las entidades encargadas de la salud pública.

Para estos últimos, particularmente para los médicos, este aumento de actividad implica nuevas responsabilidades. Una sociedad consciente y preocupada por su salud acudirá con mayor frecuencia a sus médicos. A medida que el paciente regular practique sus ejercicios, en forma rutinaria, aumentará el interés de los médicos en lo referente al manejo de lesiones relacionadas con el ejercicio y otros problemas de la salud. Aun así, deberá recalcarse también la relación entre la actividad física y la salud en general; es importante saber cuándo deberá el médico recomendar o aprobar un programa de ejercicios para un determinado paciente y cuándo deberá prohibirlo.

Desde el punto de vista de los cuidados de la salud, el interés primordial reside en el sistema cardiovascular. Existe buena evidencia de que los pacientes que hacen ejercicio tienen una mayor probabilidad de sobrevivir a un infarto de miocardio.

La actividad física es también útil para controlar el peso, fortalecer y vigorizar el *aparato musculo-esquelético* y quizás, como lo sostienen muchos para mantener la salud mental.

El aparato digestivo también puede beneficiarse con la actividad física regular, a medida que se normalizan los hábitos alimenticios y disminuye el problema de estreñimiento y en las mujeres, al contrario de lo que sostienen los prejuicios comunes, el ejercicio puede disminuir los problemas relacionados con la menstruación, tales como la tensión premenstrual y la dismenorrea.

Son muchos los factores que inciden en la clase de ejercicio que debe recomendarse a un paciente determinado. Sólo el médico puede evaluar correctamente las necesidades particulares del paciente, el ejercicio que debe practicar y las formas de ejercicio que se lo proporcionan. Sin embargo, la última selección deberá comprender una actividad práctica para el paciente (es decir, apropiada a su situación, finanzas y tiempo libre) de modo que pueda disfrutarla y practicarla de manera constante.

Para el médico que busca que la gente practique ejercicios para mantenerse en forma, los mejores son aquellos en que el patrón del esfuerzo o del consumo de energía es continuo, tales como trotar, nadar o montar bicicleta; esto facilita al médico la mejor oportunidad de medir y ajustar el nivel de esfuerzo físico del paciente, debido a la facilidad con que pueden variarse la intensidad y duración del ejercicio.

CONCLUSIONES: Previo al inicio de un programa de ejercicio es importante realizar una especializada valoración médica con el fin de conocer el estado de salud de la persona, conocer los requerimientos, protecciones y demandas del deporte e investigar factores de riesgo para lesiones. Recuerde la práctica regular de ejercicio lo conducirán a una vida sana, antes de comenzar un práctica del ejercicio es necesario asesorarse de un profesional.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: EL DEPORTE PARA TODOS EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES.

AUTOR: DRA. DIANA JONES

EDICIÓN: DICIEMBRE DE 1994. MONTEVIDEO-URUGUAY

CLASIFICACIÓN: DEPORTE Y SALUD

PALABRAS CLAVES: DEPORTE, SALUD, EJERCICIO FÍSICO, PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES

TIPO DE DOCUMENTO: LIBRO V CONGRESO MUNDIAL DE DEPORTE PARA TODOS

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA DEL COMITÉ OLÍMPICO

FUENTES:

CONTENIDOS: En los últimos años el valor del ejercicio físico en la prevención de la enfermedad coronaria ha ganado mucha atención. El ejercicio ha probado ser efectivo en mejorar factores como la hiperlipidemia, hipertensión y diabetes mellitus, todos los cuales son considerados principales factores de riesgo para la enfermedad coronaria. Se considera que el

ejercicio contribuye también en forma importante a la prevención de arteriosclerosis, la cual puede eventualmente devenir eventualmente en la enfermedad coronaria.

Es útil hablar sobre la definición de los términos actividad física y deporte. En los EEUU la ideología que se transmite en el mundo de los deportes es la de la competición y la de una actividad formal organizada. Reconocemos la importante contribución que tienen los deportes en lo que se refiere a la promoción de la actividad social y los valores humanos, para promover cuerpos y mentes saludables. Pero también nos interesa otro aspecto del marco deportivo y eso es el movimiento, producido por el musculo esquelético, que da como resultado un gasto de energía, por lo tanto estamos hablando del movimiento corporal, no solo del deporte. Se relaciona pero se distingue de la buena forma física y el ejercicio. Estos son elementos que también necesitan ser promocionados, pero quizás no en todos nosotros. Lo que nosotros llamamos actividad física significa deporte, ejercicio, buena forma y movimiento de parte de las personas.

El Dr: Iwane ya ha cubierto vario de los excelentes beneficios de la actividad física. La actividad física tiene un efecto profundo en varios niveles, y esto condiciona las enfermedades cardiacas, hipertensión, diabetes no dependiente de la insulina, osteoporosis, y el cáncer de colon y de mama y ahora nos estamos dando cuenta que tiene un profundo efecto en el estado de ánimo y la depresión.

Aun las personas más sedentarias pueden beneficiarse haciendo algo de ejercicio, y todos nosotros nos podemos beneficiar haciendo un poco más de lo que hicimos ayer. En segundo lugar la baja intensidad durante periodos más largos puede ser tan beneficiosa como la actividad de alta intensidad realizada en un periodo corto de tiempo. En estudios de epidemiología hemos encontrado que no es necesario ser un triatleta de hierro para conseguir un beneficio en nuestra salud. Podemos tener actividades físicas de baja intensidad y más largas y obtener beneficios en los factores de riesgos para las enfermedades crónicas y la mortalidad.

También, los niños, jóvenes y ancianos socializan a través de la actividad física, parte de ello es un fenómeno de socialización. Los niños, por supuesto pueden aprender sobre la actividad física, pueden aprender al mismo tiempo que lo hacen en la escuela y eso también es un factor importante y es también un factor cultural.

CONCLUSIONES: En este capítulo II, se refiere a la importancia que tiene el deporte o la actividad física en la vida del ser humano, consiguiendo a través de éste salud en el cuerpo y la mente. En otras palabras, el deporte es salud para todas las personas.

R.A.E (Resumen Analítico Especializado)

TÍTULO: DEPORTE, ACTIVIDAD FÍSICA Y ESTILOS DE VIDAS ACTIVOS Y SALUDABLES

AUTOR: MELCHOR GUTIERREZ SANMARTÍN

EDICIÓN: REVISTA DE EDUCACIÓN 335, (2004)

CLASIFICACIÓN: DEPORTE Y SALUD

PALABRAS CLAVES: SALUD, EDUCACIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA, VIDA SALUDABLE

TIPO DE DOCUMENTO: REVISTA DE EDUCACIÓN (EL VALOR DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO)

UBICACIÓN DEL DOCUMENTO: BIBLIOTECA UNIVERSIDAD DEL ATLÁNTICO

FUENTES:

- AMAT, M. Y BATALLA, A.: «DEPORTE Y EDUCACIÓN EN VALORES», EN AULA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA, 91 (2000), PP. 10-13.
- BALIBREA, E.; SANTOS, A. Y LERMA, I.: «ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE E INSERCIÓN SOCIAL: UN ESTUDIO EXPLORATORIO SOBRE LOS JÓVENES EN BARRIOS DESFAVORECIDOS», EN APUNTS, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES, 69 (2002), PP. 106-111.
- CRUZ, J.: «El valor del' esport en el procés de socialització dels joves», en Escola Catalana, 398 (2003), pp. 16-18. — «¿Es educativo el deporte para jóvenes en edad

escolar?», en J. CAMPOS y V. CARRATALÁ (coord.): Las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en el marco de la Convergencia Europea. València, Universitat de València, 2004, pp. 69-90.

CONTENIDOS: Supongo que estaremos de acuerdo en que el estilo de vida que predomina en nuestra sociedad es un estilo sedentario caracterizado por altos índices de estrés. Este estilo de vida, relacionado con carencia de actividad física, ha ocasionado diversos problemas psicológicos tales como ansiedad, depresión y estados de ánimo poco saludables. Para contrarrestar este efecto, numerosos gobiernos se han hecho eco de esta problemática, incorporando la actividad física y el deporte en sus programas de promoción de la salud. En estos países se están llevando a cabo acciones para cambiar la actitud y la conducta de sus ciudadanos respecto a la práctica deportiva, de tal manera que la educación físico-deportiva es considerada como un área importante en el desarrollo personal y en la mejora de la calidad de vida, valorándose como medio apropiado para conseguir dos demandas básicas de nuestra sociedad: la mejora funcional de la imagen corporal y la salud, y el uso constructivo del tiempo de ocio mediante actividades físicas, recreativas y deportivas.

El desarrollo temprano de prácticas saludables parece ser primordial tanto para la salud infantil como para la calidad de vida de los adultos. Numerosos investigadores han indicado que los patrones de conducta de actividad física se establecen tempranamente en la vida de los jóvenes. Es del todo importante que los jóvenes se impliquen en programas de práctica física porque la vida sedentaria muy pronto fijará en ellos los esquemas para adoptar una vida también inactiva

en su etapa adulta, argumento poderoso por el que deben promocionarse tanto el deporte como la educación física en las escuelas (Corbin, Dale y Pangrazy, 1999).

Como vemos, existe el convencimiento general de que si los niños y adolescentes adquieren estilos de vida activos y saludables, los hábitos instaurados en las primeras edades influirán significativamente marcando la continuidad de este estilo en la edad adulta, y también que si los estilos de vida activos acompañan a los estilos de vida saludables, podremos potenciar éstos a través de la actividad física y el deporte (Gutiérrez, 2000).

No debemos olvidar que el significado personal del deporte es muy complejo, de tal manera que una persona puede hacer ejercicio por sentirse mejor, otra puede buscar la excitación y el alto riesgo en el deporte; unos pueden hacer ejercicio para perder peso o mejorar su apariencia y otros para conseguir vivir sanos durante 100 años. Cada persona que mantiene un estilo de vida activo tiene sus propias motivaciones y el ejercicio adquiere un significado personal para cada participante, razón por la cual la oferta que se haga de las actividades físicas deberá tener en consideración esta gran diversidad de intenciones.

CONCLUSIONES: Parece sobradamente demostrado que para instaurar estilos de vida activos, saludables y capaces de mantenerse en la vida adulta, éstos han de adquirirse en las edades jóvenes, fundamentalmente en el contexto de la educación física y el deporte escolar. A pesar de todo, al menos en contextos ingleses y americanos, se reconoce el error de haber menospreciado el valor de estos ambientes y se recomienda una nueva reconducción de la actividad física en la escuela para recuperar todos sus efectos.

2. MATRIZ DE ROLES DE DEPORTE

ROLES DE DEPORTE

ROLES CATEGORÍAS	PROFESORES	ENTRENADORES	DEPORTISTAS	COMUNIDAD
1-DEPORTE, INCLUSIÓN Y VALORES	A los docentes les corresponde aplicar estrategias de razonamiento moral que sobrepasen los principios de la convención social.	A los entrenadores les corresponde aplicar estrategias de razonamiento moral que sobrepasen los principios de la convención social.	Equivale a que los deportistas sigan las normas de cada juego.	Se le atribuye a la sociedad la capacidad de ejercer una poderosa influencia sobre los procesos de interiorización de los valores.
2-DEPORTE Y CONSTRUCCIÓN DE LA PERSONALIDAD	Para los docentes, el deporte tiene un valor educativo como herramienta para el desarrollo psicosocial del individuo y como medio de integración social y cultural.	Para los entrenadores, el deporte tiene un valor educativo como herramienta para el desarrollo psicosocial del individuo y como medio de integración social y cultural.	El deporte enseña a todos: virtudes y cualidades positivas.	El deporte es una parte esencial en la formación del ser humano, como estilo de vida, por salud o entrenamiento.
3-DEPORTE Y CREATIVIDAD	N.A.	N.A.	La recreación en el deporte, propone a los deportistas, una actividad que produzca placer, realización personal, desarrollo colectivo,	El deporte provee la satisfacción de sus necesidades de orden espiritual y estético, y se engrana en el aparato social para lograr una estructura socio-cultural.

			relajación, integración y equilibrio psicofísico.	
4-DEPORTE NO EDUCATIVO	N.A.	N.A.	La competición es una especie de conflicto en el que dos o más individuos luchan por conseguir un objetivo.	El conflicto en una sociedad reviste varias formas, en especial como acontecimientos deportivos.

3. MATRIZ DE ROLES DE DEPORTE SOCIAL

ROLES DE DEPORTE SOCIAL

ROLES CATEGORÍAS	PROFESORES	ENTRENADORES	DEPORTISTAS	COMUNIDAD
1-DEPORTE E INTEGRALIDAD DEL SUJETO	Si los docentes trabajan por una buena educación, esto permite el desarrollo integral del individuo como ser humano y ser social.	Si los entrenadores trabajan por una buena educación, esto permite el desarrollo integral del individuo como ser humano y ser social.	A través del juego en los deportes, los deportistas desarrollan ciertas actitudes y comprenden ciertos valores.	N.A.
2-DEPORTE Y USO DEL TIEMPO LIBRE	N.A.	N.A.	N.A.	Los deportistas por medio de la educación del tiempo libre para todos enriquecen y favorecen el desarrollo personal y social.
3-DEPORTE Y COMUNIDAD	N.A.	N.A.	La democracia implica trabajo en equipo e igualdad y el mejor aprendizaje de ambos se da por medio de los deportes de equipo y los competidores aprenden.	Los deportes son un producto cultural que en particular tiene normas, reglamentos, tradiciones y técnicas.
	El docente debe	El entrenador debe	El deportista es	

<p>4-DEPORTE Y RAZONAMIENTO MORAL</p>	<p>fomentar el razonamiento moral a través de la actividad física para que esta posibilite los valores humanos.</p>	<p>fomentar el razonamiento moral a través de la actividad física para que esta posibilite los valores humanos.</p>	<p>una persona que podrá tener placer en el deporte, pero debe adquirir un compromiso que contiene factores morales y afectivos.</p>	<p>N.A.</p>
<p>5-DEPORTE Y CALIDAD DE VIDA</p>	<p>N.A.</p>	<p>N.A.</p>	<p>N.A.</p>	<p>El deporte mejora la calidad de vida y por ende la autoestima en la comunidad. Es el mejor modo de mantenerse en forma y protegerse contra los problemas presentes o futuros.</p>

4. MATRIZ DE ROLES DE DEPORTE Y SALUD

ROLES DEPORTE Y SALUD

ROLES CATEGORÍAS	PROFESORES	ENTRENADORES	DEPORTISTAS	COMUNIDAD
1-DEPORTE Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE	N.A.	N.A.	N.A.	El ejercicio físico como deporte y salud, es un medio para encontrarse más ágil y disfrutar actividades tanto de ocio como de la vida diaria.
2-DEPORTE Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES	N.A.	N.A.	Para los deportistas tiene efectos de salud a través de la actividad física y el deporte.	El ejercicio previene ciertos tipos de enfermedades a las personas que lo practican.
3-INICIACIÓN TEMPRANA EN EL DEPORTE	N.A.	N.A.	El deporte es una herramienta para la educación integral de las personas.	El ejercicio físico y el deporte durante toda la vida ayudan a mejorar la salud de todas las personas.