APORTACIONES DEL DEPORTE RECREATIVO

Camerino Foguet, Oleguer
E_mail: ocamerino@inefc.es
INEFC - Centro de Lleida

RESUMEN

El ocio implica una cierta predisposición favorable para desarrollar algún tipo de ocupación relacionado con unos hábitos y actitudes gratificantes que se pueden vivir en el tiempo libre. "...al ocio se le comprende desde la perspectiva subjetiva de los que lo practican" (Trilla, 1993:57).
Pero lo que pretendemos los educadores de la motricidad en este tiempo libre es potenciar el deporte recreativo dentro de las ofertas culturales de diferentes entidades públicas y privadas, y así poderlo acercar a la mayoría de la población para que se convierta en un servicio social.
En esta comunicación, primero ubicaremos el deporte recreativo teniendo en cuenta todos los componentes de la educación del tiempo libre (ocio, juego, ludicidad), para posteriormente encontrar las característica y aportaciones más significativas en la población. Finalmente destacaremos las actitudes del animador, piezas fundamentales del éxito de las actividades y campañas del "Deporte para Todos" y de "Todos para el Deporte".

PALABRAS CLAVES

Animación deportiva, deporte recreativo, educación del tiempo libre, investigación del ocio

1 INTRODUCCIÓN: LA RECREACIÓN Y SUS COMPONENTES

En la sociedad actual, postindustrial y tecnológica, el tiempo libre es una nueva fórmula de expresión cultural. En este sentido, es ilustrativa la continua aparición de múltiples y variadas fórmulas de vivir este tiempo libre, liberándonos de nuestras obligaciones y tareas cotidianas (Munné, 1980; Racionero, 1983; Lipovetsky, 1993;).

En este contexto en el que nos moveremos de tiempo liberado "teóricamente" de obligaciones, ¿cuáles son las expresiones que encontramos? Y en consecuencia, después nos deberíamos cuestionar: ¿qué papel tiene el ocio, el juego, lo lúdico y la recreación? (Figura 1).

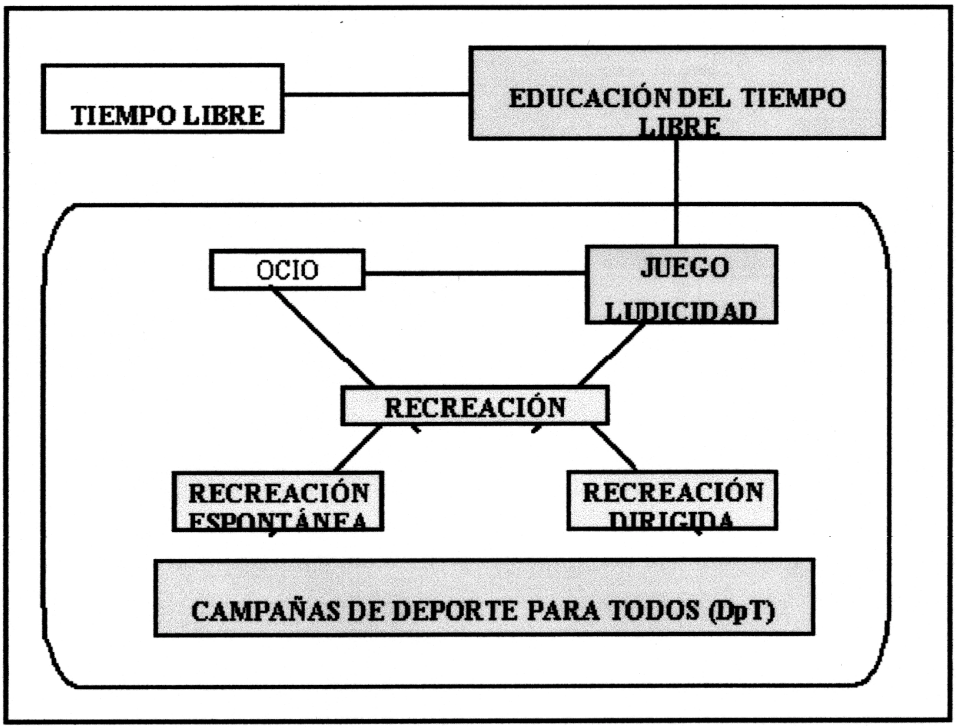


Fig. nº 1: Los elementos constituyentes del tiempo libre

Para entender la recreación, no sólo como una serie de prácticas concretas sino también como un estado de ánimo, es preciso comprender y entender la naturaleza humana que tiende, desde su infancia, al juego y al divertimento. En este primer apartado hablamos de todo ello y más....desarrollando los conceptos de: tiempo libre, ocio y juego [Camerino.O, (2000); Miranda, J y Camerino O. (1996)]

Esta primera visión de la recreación, en sus dos modalidades de espontánea y dirigida nos dará paso al "deporte recreativo".

1.1 ¿Cómo promocionar la educación del tiempo libre y del ocio?

Después de conocer la naturaleza del ocio vamos a preguntarnos, ¿cómo lo podemos aprovechar y mejorar? ¿Debemos tomarnos en serio nuestro tiempo ocio? Para ello hemos de ser capaces de llenar nuestras vacaciones y fines de semana de actividades que puedan satisfacer nuestras aspiraciones como personas sociables, innovadoras y creativas. Un buen ocio es la garantía de un equilibrio personal y de una estabilidad emocional.

Un buen ocio se sustenta sobre tres condiciones: disfrute, satisfacción y libre elección y realización de sus actividades (Figura 2).

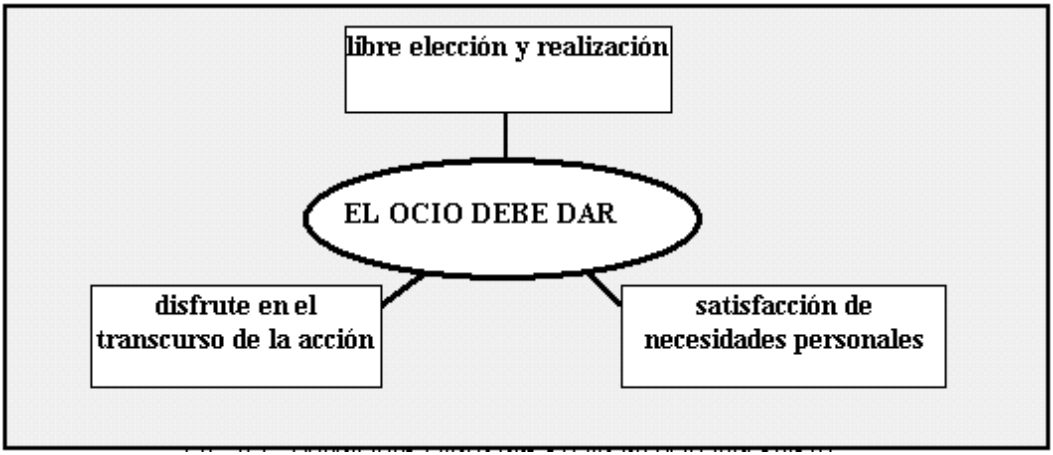


Fig. nº2: Condiciones para que exista un ocio placentero

1.2 ¿Qué es tener una actitud lúdica y de juego?

Lo lúdico es un sentimiento y estado anímico que viene condicionado por una necesidad diversión. Todos hemos sentido alguna vez unas tremendas ganas de jugar y al contrario a veces no estamos de humor y nos molesta que otros quieran jugar.

Estas son algunas de sus manifestaciones:

- Lo lúdico es una **acción sentida y vivida** que se desarrolla en toda su extensión en el juego y que no puede ser aprendida por la palabra, sino por la fruición y el placer indecible de estos momentos de humor y diversión. No se puede insistir en querer una comprensión inteligible, porque la empobrece e incluso la niega. El sentido lúdico puede acontecer en cualquier momento, en cualquier lugar y circunstancia, desde que alguien simplemente decida querer jugar.
- Lo lúdico es **fantasía, imaginación y sueños**, que se construyen como un laberinto urdido con materiales simbólicos. Jugar por encima de todo, es ejercer el poder creativo del imaginario humano construyendo un universo, del cual el creador ocupa el lugar central, a través de simbologías originales e inspiradas de quién juega. Los mundos fantasiosos del juego revelan la fertilidad inagotable de simbolizar del impulso lúdico que habita en el imaginario humano.

Lo lúdico precisa de la **participación e implicación** de quien juega. No sólo una participación entendida como una simple presencia física, sino como una condición global de expresión a partir de: la participación de las capacidades intelectuales del sujeto que juega, las interacciones sociales con los participantes que forman parte del juego y la relación y demandas establecidas con los materiales auxiliares que necesitamos para jugar.

2 ¿CUÁLES SON LAS CARACTERÍSTICAS DEL DEPORTE RECREATIVO?

El deporte recreativo se presenta como una práctica abierta y lúdica que tiene una característica fundamental: obertura de interpretación y cambio de las reglas de juego. De aquí se puede derivar (Fig nº 3):

- Actitud predispuesta de los participantes
- Los cambios incesantes de las reglas y normas de funcionamiento.
- Acondicionamiento de los espacios útiles para la diversidad de prácticas que se pueden ir generando
- Adaptación de las propias prácticas a los materiales disponibles

Esto permite una continua incorporación de novedades sobre el funcionamiento y la estructura de las propuestas, cambios de roles en el transcurso de la actividad, constitución de equipos mixtos y heterogéneos de edad y sexo, gran importancia de los procesos interactivos y de empatía que se van generando, aplicación de un tratamiento pedagógico no directivo, y rechazo de la especialización técnica al no buscar unos aprendizajes concretos.

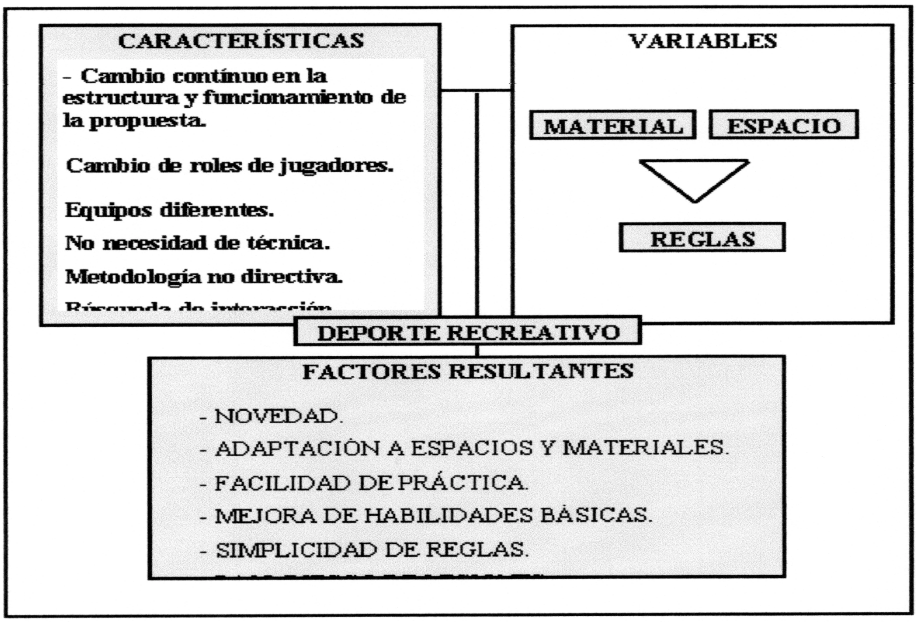
Los aspectos o variables (Figura 4) sobre los que incidiremos para generar modalidades de "deporte recreativo" son:

- Adaptación de los **materiales** disponible a las condiciones de cada grupos.
- Adecuación al **espacio** y a las necesidades de los practicantes
- Posibilidad, por parte de los participantes, de cambiar las **reglas.**

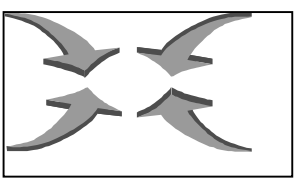
De todo este proceso de relación entre las características y las variables podemos obtener unos factores resultantes que aunque puedan parecernos sorprendentes pueden funcionar y tener una gran utilidad para todos los participantes:

3 ¿QUÉ PUEDE APORTAR EL DEPORTE RECREATIVO?

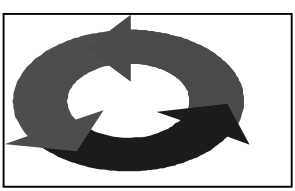
Podemos expresar en un mapa conceptual esta confluencia de características y variables para que puedan derivar estos factores resultantes (figura nº 5



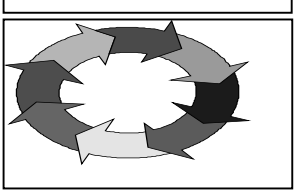
Las aportaciones del deporte recreativo puede definirse en los siguientes objetivos:



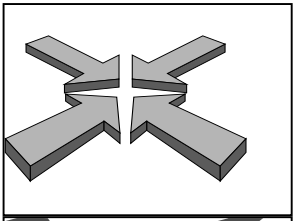
1. **Búsqueda de nuevas posibilidades de actividades deportivas que cada participante pueda reproducir en su entorno inmediato.** ¿Realmente somos capaces de organizar deportes recreativos en los periodos vacacionales?

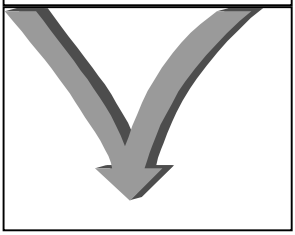


2. **Adecuación de espacios para crear zonas donde se pueda practicar el deporte recreativo.** ¿Solemos pensar que algunos de los espacios naturales en los que descansamos y pasamos nuestros fines de semana y vacaciones pueden ser acondicionados para la práctica del deporte recreativo?



3. **Utilización y adaptación de diferentes materiales en el deporte recreativo.** Con material alternativos y convencionales o no, ¿tenemos capacidad para inventar diferentes fórmulas?





4. Fomentar un espíritu grupal y de equipo mediante experiencias que nos conduzcan a una interacción positiva entre todos los participantes. Cada actividad tiene que enseñar a compartir el esfuerzo, la sana rivalidad, y la integración de todos los participantes en el grupo.

5. Que el sujeto sea protagonista de sus propias actividades para que de forma autónoma vaya tomando decisiones y formas de autogestión en las sesiones de deporte recreativo. ¿Somos capaces de organizar situaciones lúdicas con otras personas y espacios acondicionados y materiales alternativos?

4 ¿CÓMO HA DE SER LA ACTITUD DEL ANIMADOR?

La pieza clave en el deporte recreativo es la actuación del animador y/o educador, esta tiene que lograr la dinamización del grupo de participantes. Tiene que conducir a un grupo de practicantes hacia una práctica física; positiva y atrayente para los alumnos; muy entusiasta para poder comprometer a los participantes; informativa para dar respuestas eficaces y el conocimiento del nivel de los participantes (Figura 6).

ACTITUD DEL EDUCADOR ANIMADOR

- Entusiasmo y actitud positiva
- Aptitud para transmitir compromiso, seguridad.
- Refuerzo de solidaridad y oportunidad para todos.

DINAMIZACIÓN DEL GRUPO

- Integración social
- Motivación y unidad de grupo
- Buena estructura grupal.
- Relaciones independientes.

5 CONCLUSIONES

"¡Prueba de practicar deporte recreativo y verás como te diviertes! sólo hace falta de que te predispongas a participar con las ganas de probar cosas nuevas y divertidas que tu mismo irás cambiando y adaptando a las condiciones del espacio de juego, del material disponible y de las reglas que se vayan marcando. Necesitamos tu predisposición, no para recibir nuestras soluciones sino para que entre todos elaboremos nuevas formas y modalidades de deportes recreativos".

Éste podría ser el lema que podríamos lanzar a muchos colectivos de futuros usuarios del deporte recreativo que podemos ofertar en infinidad de programas y actuaciones en el tejido social de nuestro ámbito laboral y profesional.

6 BIBLIOGRAFÍA

- Camerino. O y Marta Castañer, M (1990)(4a edición). *1001 Ejercicios y juegos de recreación.* Barcelona: Paidotribo.
- Camerino. O (2000) *Deporte recreativo.* Barcelona: INDE.
- Castañer. M y Oleguer Camerino. O (1991)(3era edición).. *La educación Física en la enseñanza primaria*. Barcelona: Inde.
- Cuenca (1995) *Temas de pedagogía del ocio*, Bilbao: Universidad de Deusto
- Devís, J. (1996).*Educación Física y Currículum*, Madrid: Visor
- Huizinga, J. (1968) *Homo Ludens*, Buenos Aires: Emece.
- Lipovetsky (1987): *La era del vacio,* Barcelona: Anagrama.
- Miranda, J y Camerino O. (1996). *La recreación y la animación deportiva, sonrisa y esencia de nuestros días*, Salamanca: Amarú.
- Munné,F. (1980): *Psicosociología del tiempo libre*, México D.F.: Trillas
- Racionero,L (1983) *Del paro al ocio*, Barcelona: Anagrama
- Soria, M.A. y Cañellas, A (1991) *La animación deportiva* .Barcelona: INDE
- Trilla, J.(1993) *Otras educaciones*. Barcelona: Anthropos