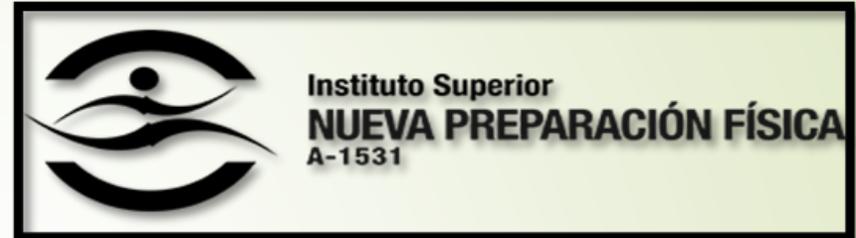


La actividad física, sus paradigmas y su marco legal



Historia del deporte social





El Juego

Características:

- **Voluntario:** Se participa por placer y no por obligación.
- **Espontáneo:** No sigue reglas estrictas, aunque puede tener reglas autoimpuestas.
- **Creativo:** Promueve la imaginación y la creatividad.
- **Diversión:** El objetivo principal es el disfrute y la diversión.
- **Temporal:** Tiene un inicio y un fin definidos, pero no suelen tener una duración fija.

Similitudes con Deporte y Actividad Física:

- Puede incluir movimientos físicos y habilidades motrices.
- Fomenta la interacción social y el desarrollo de habilidades interpersonales.

Diferencias:

- No tiene un objetivo competitivo claro ni se busca la excelencia física.
- Las reglas son más flexibles o inexistentes.

Características:

- **Competitivo:** Implica una competencia con el objetivo de ganar.
- **Reglas Establecidas:** Sigue normas y reglamentos específicos.
- **Organizado:** Generalmente es organizado por asociaciones o federaciones.
- **Entrenamiento:** Requiere práctica y entrenamiento regular.
- **Evaluación:** Los resultados se evalúan objetivamente mediante puntos, goles, tiempos, etc.

Similitudes con Juego y Actividad Física:

- Involucra actividad física y puede ser divertido y motivador.
- Promueve el desarrollo de habilidades físicas y motoras.

Diferencias:

- Enfocado en la competición y el rendimiento.
- Estrictamente regulado y estructurado.
- Requiere un mayor nivel de compromiso y dedicación.

El Deporte



La Actividad física

Características:

Movimiento Corporal: Incluye cualquier movimiento que incremente el gasto energético.

Variado: Puede ser planificado (ejercicio) o incidental (caminar, subir escaleras).

Salud: Se realiza para mejorar o mantener la salud y el bienestar.

No Competitivo: No necesariamente incluye competición o reglas.

Accesible: Puede ser realizada por cualquier persona, sin necesidad de infraestructura especial.

Similitudes con Juego y Deporte:

Involucra movimiento físico y puede ser una fuente de disfrute.

Contribuye al bienestar físico y mental.

Diferencias:

No necesariamente implica reglas o competencia.

El objetivo principal es la salud y el bienestar, no la diversión ni la competición.



Comparación general

Similitudes:

- **Juego, Deporte y Actividad Física:** Los tres pueden incluir movimiento físico y promover la salud y el bienestar.
- **Socialización:** Pueden fomentar la interacción social y mejorar las habilidades interpersonales.
- **Beneficios Psicológicos:** Ayudan a reducir el estrés y mejorar el estado de ánimo.

Diferencias:

- **Objetivo:** El juego busca diversión, el deporte competición, y la actividad física salud.
- **Regulación:** El deporte tiene reglas estrictas, el juego reglas flexibles y la actividad física puede no tener reglas.
- **Estructura:** El deporte es estructurado y organizado, el juego es espontáneo, y la actividad física puede ser incidental.

En resumen, mientras que el **juego** se centra en la diversión y la creatividad sin una estructura rígida, el **deporte** es competitivo y altamente regulado, y la **actividad física** abarca cualquier movimiento corporal que promueve la salud, sin necesariamente involucrar competencia o reglas.

OMS

- * Entidad directiva y coordinadora de la acción sanitaria de las Naciones Unidas

Funciones

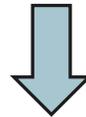
- * **Liderazgo**, en temas de salud
- * **Investigación**: estimular el conocimiento, la producción del mismo, su aplicación y difusión
- * **Establecer normas sanitarias**: promoverlas, seguirlas y controlar su cumplimiento
- * **Apoyo técnico**



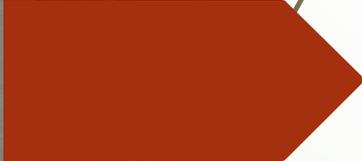
**Organización
Mundial de la Salud**

4 PRIORIDADES

- I. Garantizar la seguridad sanitaria mundial
- II. Apoyar la lucha contra el sida, el paludismo y la tuberculosis mejorar de la salud y la nutrición de niños y mujeres, aumentar el acceso a los medicamentos esenciales
- III. Mejorar la atención y el acceso equitativo a la salud
- IV. Reducir el consumo de tabaco, promover dietas saludables y la actividad física



Aumentan el riesgo de padecer
cardiopatías
ACV
cáncer
diabetes



Regulaciones internacionales del deporte

JUEGOS OLÍMPICOS:

1. Carta Olímpica

La Carta Olímpica es un documento fundamental del Comité Olímpico Internacional (COI) que establece los principios y valores del olimpismo, además de regular la organización y funcionamiento del movimiento olímpico y los Juegos Olímpicos.

Incluye disposiciones sobre la ética deportiva, la lucha contra el dopaje, y la promoción del deporte para todos.

2. Código Mundial Antidopaje

El Código Mundial Antidopaje, administrado por la Agencia Mundial Antidopaje (AMA), es el documento que armoniza las políticas antidopaje en todos los deportes y países.

Este código establece las reglas sobre la prohibición de sustancias y métodos dopantes, procedimientos de control, y sanciones para los infractores.

POR UN DEPORTE

3. Convenio contra la Manipulación de Competiciones Deportivas

Este tratado internacional, promovido por el Consejo de Europa, tiene como objetivo prevenir y combatir la manipulación de competiciones deportivas, especialmente el amaño de partidos.

Establece normas para la cooperación entre las autoridades deportivas, las autoridades públicas y otros actores involucrados.



4. Declaración de Brighton y Helsinki sobre la Mujer y el Deporte (1994)(2014)

Estas declaraciones son compromisos internacionales para promover la igualdad de género en el deporte.

Buscan asegurar que las mujeres tengan las mismas oportunidades que los hombres en todas las áreas del deporte, desde la participación y el liderazgo hasta la administración y la competencia.

5. Reglamentos de Transparencia y Gobernanza

Organizaciones como el COI y diversas federaciones internacionales han adoptado reglamentos para mejorar la transparencia, la gobernanza y la lucha contra la corrupción en el deporte.

Estos reglamentos buscan asegurar la integridad y la ética en la administración deportiva.

6. Principios de los Derechos Humanos en el Deporte

Recientemente, ha habido un esfuerzo creciente por integrar los principios de los derechos humanos en las normativas deportivas.

Declaración de Berlín sobre los Derechos Humanos en el Deporte (2013):

Esta declaración, adoptada en el Congreso Mundial de Deportes y Derechos Humanos en Berlín, destaca la importancia de integrar los derechos humanos en todas las prácticas deportivas. Promueve la igualdad, la no discriminación y la protección de los deportistas frente a abusos y explotación.

