

## JUEGOS DEPORTIVOS, ACTIVIDADES FÍSICAS DE EXPRESIÓN Y ACTIVIDADES FÍSICAS UTILITARIAS. SPÓRTICA, EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN

### SPORT GAMES, EXPRESSIVE PHYSICAL ACTIVITIES AND UTILITARIAN PHYSICAL ACTIVITIES. SPORTICS, PHYSICAL EDUCATION AND RECREATION

Juan P. Ribas. Universidad de Málaga (España)

juanperibas2@gmail.com

José Hernández-Moreno. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (España) ACCAFIDE

RECIBIDO: 20.04.2020

ACEPTADO: 24.06.2020

#### Resumen

El objetivo del presente artículo es tratar de definir grandes categorías de actividades físicas y deportivas presentes en la Educación física y la Recreación, desde la Spórtica. La Spórtica estudia las actividades físicas y deportes, a partir de los objetivos motores. Se han identificado los objetivos motores: superar distancias espaciales, obtener formas motrices y actuar sobre los componentes corporales. Se han identificado las referencias externas asociadas a objetivos motores: las puntuaciones, las referencias estéticas y temáticas y los efectos producidos sobre los participantes. Las categorías "actividades físicas de expresión", "juegos deportivos" y "actividades físicas utilitarias" se definen desde los objetivos motores y las referencias externas. Las tres grandes categorías pueden facilitar la elaboración de los programas, el diseño de tareas y las metodologías específicas.

**Palabras clave:** Spórtica, objetivo motor, expresión corporal, juego deportivo, Educación física, Recreación.

#### Abstract

The aim of this article is to define broad categories of physical and sports activities belonging to P. E. and Recreation, from Sportics. Sportics studies physical activities and sports, based on motor goals. Motor goals have been identified: overcome spatial distances, achieve motor shapes, and act on body components. External references associated with motor goals have been identified: scores, aesthetic and thematic references, impacts caused on the participants. "Expressive physical activities", "sports games" and "utilitarian physical activities" categories are defined from motor goals and external references. Programming, tasks design and specific methodologies can be facilitated from the three broad categories.

**Key words:** Sportics, motor goals, body expression, sport games, Physical Education, Recreation.

#### Introducción

El objetivo del presente artículo es tratar de definir grandes categorías de actividades físicas y deportivas presentes en la Educación física y la Recreación, desde la Spórtica. Una cuestión a resolver, según Parlebas (2001), es la identificación de un reducido número de categorías de actividades físicas y deportes semejantes, cuyas lógicas internas presenten rasgos coincidentes. La pretensión de este artículo es definir el mínimo de súper-categorías que contengan el máximo número de tipos de actividades físicas y deportivas semejantes.

Según Hernández et al. (2000) el objetivo motor de una actividad física o deporte es "el aspecto de la lógica interna que implica la demanda motriz prioritaria a conseguir por el/los participante/s y que da sentido a dicha práctica" (p. 97). De esta definición retenemos dos ideas. Primera, los objetivos motores (demanda motriz prioritaria a conseguir por los participantes) son los desencadenantes de las intervenciones motrices de los participantes, por ejemplo, cuando los jugadores están intentando lograr el objetivo motor de introducir el balón en la portería de los adversarios.

La segunda idea es que los objetivos motores otorgan sentido a la práctica. Introducimos un nuevo concepto: la dinámica de la práctica se refiere al sentido de las actividades físicas a partir de los objetivos motores. También introducimos un campo de estudio: la Spórtica estudia las actividades físicas y deportivas y su dinámica de la práctica.

Lagardera y Lavega (2003) y Navarro-Adelantado (2002) entienden que el objetivo motor es un rasgo coincidente de todas las actividades físicas y deportivas. Si esto es así, ¿cuáles son los objetivos motores de cada categoría que agrupa a tipos de actividades físicas semejantes?

Algunos de los numerosos ejemplos de tipos de actividades físicas son: los bailes (polca, pasodoble, urbano) o las actividades circenses (malabares, acrobacias, clowns) (Mateu y Bortoleto, 2011), los juegos deportivos de cancha dividida (tenis, voleibol, pádel) o los juegos de muro (pelota vasca, frontenis, squash) (Méndez-Giménez, 2011), los duelos de equipo (baloncesto, balonmano, fútbol) o los duelos individuales (judo, boxeo, esgrima) (Parlebas, 2003), las actividades en el medio natural (ski, parapente) (Marimón, 2016), las actividades de mejora de la salud (zumba, aeróbic, step) (Borges-Silva et al., 2015), las actividades de desarrollo personal (yoga, tai-chí,, eutonía) (Rovira-Bahillo et al., 2014), actividades para trabajar las habilidades sociales (responsabilidad, amistad) (Moreno-Murcia, González-Cutre y Sicilia-Camacho, 2007).

La labor del profesorado de Educación física y de los animadores deportivos en la Recreación se facilita cuando se utilizan pocas categorías homogéneas (Lagardera y Lavega, 2003; Parlebas, 2001): si las actividades dentro de cada categoría poseen lógicas internas semejantes, entonces sus procesos de enseñanza-aprendizaje pueden ser semejantes.

Los siguientes tres apartados se dedicarán a discutir en torno a los juegos deportivos, a la expresión corporal y a las actividades que producen efectos sobre los participantes, con el objetivo de tratar de definir cada una de esas tres categorías desde la Spórtica.

Esas tres categorías están presentes en la Educación física y la Recreación (Lagardera y Lavega, 2003; Mateu y Torrents, 2012; Méndez-Giménez, 2011; Parlebas, 2001; Troya, 2018). El cuarto apartado confronta lo tratado en los apartados precedentes, centrándose en las posibles aportaciones de la Spórtica a la Educación física y la Recreación.

### Juegos deportivos

Los juegos deportivos son utilizados en el ámbito de la Educación física y la Recreación (Méndez-Giménez, 2011; Lagardera y Lavega, 2003). Los juegos deportivos siempre tienen normas o reglas e incluyen a los deportes (voleibol, fútbol) y a los juegos tradicionales (cortahilos, conquista de la bandera) (Parlebas, 2001).

Parlebas (2003) descubre que un rasgo coincidente de los juegos deportivos es el objetivo espacial: "El espacio se convierte en blanco. Los objetivos espaciales son los polos en torno a los que gravitan los actos del juego" (p. 181). Estos objetivos se concretan en franquear distancias (por ejemplo, carreras, lanzamientos, saltos), alcanzar un blanco material (baloncesto, tiro con arco, golf, tenis) o alcanzar un blanco humano (por ejemplo, mate, pilla-pilla (tula), karate).

Concretamente, Parlebas (2003) parte de los reglamentos deportivos para analizar las distancias de guardia entre los jugadores dentro de los duelos de individuos (judo, boxeo, esgrima) y las distancias de carga dentro los duelos de equipo (baloncesto, balonmano, fútbol).

Los tipos de juegos deportivos en Méndez-Giménez (2011) también están en sintonía con el objetivo motor de "superar distancias espaciales": un móvil (balón, pelota, disco) dirigido hacia una meta fija (baloncesto, golf, tenis, béisbol, pelota vasca) o hacia una diana móvil (paintball, dodgeball).

Las intenciones de los jugadores vinculadas a sus intervenciones motrices, se refieren a las distancias espaciales. Véanse, por ejemplo, algunos de los estudios observacionales en deportes específicos: las intenciones de los

subroles del fútbol en Marqués-Jiménez y Martínez de Santos-Gorostiaga (2015), las intenciones indicadas en los praxemas del balonmano playa en Gomes-da-Silva et al. (2017) y las intenciones en los praxemas del fútbol en Obœuf et al. (2009).

Las interpretaciones de los jugadores también se dirigen a las distancias espaciales. Por ejemplo, las reflexiones realizadas por los participantes tras la práctica de un juego tradicional (pelota sentada) en el estudio de Lavega et al. (2018) se centran en la dinámica de los pases y de los lanzamientos. Asimismo, los subobjetivos motores del fútbol puestos de manifiesto por los jugadores mediante cuestionarios de auto-observación de secuencias de juego en Vila-Martínez, Rojo-Rodríguez y Gaona-Cabello (2010), atienden a la dinámica de las distancias y de las ubicaciones en el terreno de los jugadores y del balón.

Parlebas (2003) ha analizado deportes desde el objetivo motor (distancias espaciales) según los reglamentos deportivos; este es un primer sentido de la dinámica de la práctica. Los cinco estudios mencionados muestran que el sentido profundo de la dinámica de la práctica de los juegos deportivos puede ser hallado en las intenciones de los participantes y en las interpretaciones dadas por los participantes, ambas en relación a las intervenciones motrices desencadenadas por el objetivo motor.



Figura 1. Tres operaciones en la dinámica de la práctica, desencadenadas por los objetivos motores.

El logro del objetivo motor (superar distancias espaciales) en los juegos deportivos suele estar asociado a puntuaciones y comparaciones en un sistema de competición, tal como se desprende de Méndez-Giménez (2011) y de Parlebas (2001). Sin embargo, en los cinco estudios antes mencionados escasamente se alude al estado del marcador. Este hecho sugiere que el foco durante la práctica se concentra en el juego de las distancias espaciales, y no tanto en el juego matemático de las puntuaciones, al menos en el contexto educativo, recreativo y competitivo a los que se refieren estos estudios.

Por otro lado, se descubren juegos deportivos tradicionales, sin sistema de competición, puntuación o memoria de resultado, por ejemplo, cuatro esquinas y pilla-pilla (tula). De acuerdo a Etxebeste-Otegi et al. (2014), puesto que no existe el propósito de ganar, las interpretaciones realizadas por los jugadores en relación a las secuencias de juego se refieren a la dinámica de las distancias espaciales, distancias que están desencadenadas por el objetivo motor del juego: superar las distancias hacia la meta (cuatro esquinas) o superar las distancias hacia los otros jugadores (pilla-pilla).

Tampoco en todos los juegos deportivos hay oposición, por ejemplo, correr para agruparse (grupos de 3, grupos de 7...), la ranita (rebotar piedras sobre la superficie del agua). El concepto de "enfrentamiento" dentro de la definición de juego deportivo de Parlebas (2001, p. 276), no debería ceñirse a lo competitivo o a la oposición, porque hay juegos deportivos que carecen de ambos rasgos. Enfrentamiento puede entenderse de forma más genérica como "enfrentarse a un reto u objetivo". Si aceptamos esta precisión, la categoría juego deportivo podría definirse como el "conjunto de todos los deportes y juegos con normas, cuyos objetivos motores son superar distancias espaciales".

## Actividades físicas de expresión

Mateu y Torrents (2012) y Troya (2018) señalan la presencia de la expresión corporal en los ámbitos de la Educación física y del tiempo de ocio (por ejemplo, en los espectáculos).

Ejemplos de tipos de actividades físicas de expresión son (Lagardera y Lavega, 2003; Mateu y Bortoleto, 2011; Mateu y Torrents, 2012): danzas y bailes, acrobacias, mimo, actividades circenses, actividades de libre expresión y de improvisación, acrosport, espectáculos profesionales, deportes artísticos, percusión y ritmo, los juegos con muñecos, las actividades de representación, los pasa-calles, etc.

Troya (2018) aclara que los objetivos motores de los deportes artísticos y de los espectáculos expresivos son reproducir modelos, aunque también matiza que este objetivo motor no identifica a las actividades de expresión corporal de creación y de improvisación. En estudios observacionales durante la práctica de actividades de improvisación expresiva, Castañer et al. (2009) presentan tres opciones: modelo exacto (reproducir), modelo parecido (variar) y modelo no parecido (modificar).

En vez de modelo, Mateu y Bortoleto (2011) se decantan por el concepto "forma motriz" para determinar los objetivos motores de las actividades físicas de expresión. En este sentido, Torrents, Hristovski y Balagué (2013) registran las formas motrices gestuales, espaciales y temporales creadas por los participantes en danza-improvisación.

Las formas motrices, según Mateu y Torrents (2012), son realizadas mediante la propia corporalidad de los participantes (por ejemplo, baile, acrobacia, mimo) o junto a otros participantes (por ejemplo, acrosport, juegos de representaciones, patinaje artístico en parejas). El término "expresión corporal" pudiera ser apropiado a este tipo de actividades.

Sin embargo, Castañer et al. (2009) distinguen la manipulación de objetos, con lo que se ampliarían las opciones de las formas motrices: figuras realizadas mediante objetos (por ejemplo, malabares, figuras realizadas con los aparatos de gimnasia rítmica, percusión, magia, marionetas). Adoptaremos el concepto de "actividades físicas de expresión", resultando ser más amplio que el concepto de expresión corporal.

En resumen, el objetivo "obtener formas motrices" de las actividades físicas de expresión se concreta en varias opciones: reproducir/variar/improvisar formas motrices, que son realizadas mediante la propia corporalidad/junto a otros participantes/mediante los objetos.

Parlebas (2017) anota que las actividades de expresión corporal tienen sentido cuando las realizaciones de los participantes hacen referencia a temáticas (historias, estados afectivos, rutinas, situaciones ficticias, etc.), por ejemplo, en las representaciones de mimo, en los musicales, en las representaciones con títeres.

Es decir, las intervenciones motrices de los participantes serán reconocidas como formas motrices (objetivo motor) cuando haya una alusión a referencias temáticas. Por ejemplo, las gestualidades de los pequeños se reconocen como "ir a la tienda", "coger los alimentos" y "pagar", si se entiende que esas gestualidades se asocian al contexto de "las compras". Pero si no hay alusión a referencias temáticas, no se reconocerán formas motrices.

Mateu y Bortoleto (2011), por su parte, incluyen las referencias estéticas (p. e. sincronización, amplitud, intensidad, contraste, estilo) como imprescindibles para los bailes y danzas, los deportes artísticos, las acrobacias, los malabares, los juegos del elástico y la comba, los juegos de palmas en parejas o el trompo, entre otros.

Una definición aproximada de la categoría actividades físicas de expresión sería "conjunto de todas las actividades físicas cuyos objetivos motores son obtener formas motrices asociadas a referencias estéticas o temáticas".

Parlebas (2001) nombra dos tipos de juegos deportivos: deportes (voleibol, fútbol) y juegos tradicionales (cortahilos, conquista de la bandera); a su vez, los juegos deportivos están determinados por un objetivo espacial (Parlebas,

2003). En la categoría de las actividades físicas de expresión también se encuentran deportes y juegos tradicionales; en ambos su objetivo es obtener formas motrices (Mateu y Bortoleto, 2011).



Figura 2. Ejemplos de deportes y de juegos tradicionales en las actividades físicas de expresión y en los juegos deportivos.

Parlebas (2001) precisa que las referencias temáticas se hallan fuera de la lógica interna. Concretamente, el sentido de la dinámica de la práctica en las actividades de expresión requiere que los participantes transiten entre lo interno del objetivo motor y lo externo de las referencias (estéticas o temáticas) contextualizadas. Por ejemplo, el gesto de poner el pulgar apuntando hacia arriba (el “ok”) realizado por un participante en una actividad de expresión, según a qué contexto se asocie, es una forma motriz que puede ser interpretada de diferentes maneras: “me gusta”, “de acuerdo” o “perfecto”. Las referencias estéticas también se hallan en el contexto.

Si bien el objetivo motor otorga sentido a la actividades físicas desde la lógica interna, tal como entienden Hernández et al. (2000), el sentido de la dinámica de la práctica de las actividades físicas puede requerir de una re-interpretación en base a referencias externas (lógica externa, contexto) asociadas al objetivo motor (lógica interna).

**Actividades físicas utilitarias**

Parlebas (2001) sostiene que las actividades físicas tienen consecuencias sobre la personas que las practican, consecuencias motrices, cognitivas, afectivas y relacionales; los profesionales y los practicantes utilizan las actividades físicas en base a los efectos que pretendidamente pueden provocar cuando son practicadas (efectos pedagógicos, efectos esperados, efectos obtenidos y efectos perseguidos).

Ejemplos de tipos de actividades físicas basadas en los efectos sobre las personas son: las actividades para la mejora de la condición física y la salud (Clemente-Bosch, 2012), actividades de relajación y de auto control emocional (Rodríguez-Rodríguez, García-Rodríguez y Cruz-Pérez, 2005), prácticas motrices introyectivas para el desarrollo personal (meditación, yoga, tai-chi, eutonía, antigimnasia) (Rovira-Bahillo et al., 2014), actividades para mejorar competencias sociales (Hernández y Rodríguez, 2011), actividades para el aprendizaje cooperativo (Velázquez, 2018), actividades para trabajar las habilidades sociales (Moreno-Murcia, González-Cutre y Sicilia-Camacho, 2007), actividades para la prevención y resolución de conflictos (Martín-Hocajo y Ríos-González, 2014), actividades para la responsabilidad y la amistad (Menéndez y Fernández-Río, 2017).

Denominaciones de estos tipos de actividades físicas caracterizadas por el rasgo “efectos sobre los participantes” podrían ser actividades físicas efectistas, instrumentales, funcionales o modificadoras. Provisionalmente optaremos por un concepto intuitivo: “actividades físicas utilitarias”.



En el contexto educativo, y mediante cuestionarios cumplimentados por los alumnos participantes al objeto de que los alumnos pudiesen dar una interpretación de sus intervenciones motrices, Miralles-Pascual, Filella-Guiu y Lavega-Burgués (2017) constatan la toma conciencia emocional a partir de la práctica de juegos motores.

En el contexto recreativo, Borges-Silva et al. (2015) indican que el principal motivo de práctica asignado a las actividades dirigidas coreografiadas (zumba, aeróbic, step, etc.) es mejorar la salud. En el contexto laboral, Obando-Mejía et al. (2017) comprueban experimentalmente que un programa de ejercicios físicos sirve para reducir el estrés de trabajadores.

En estos tres estudios los efectos son “asignados” a las actividades físicas, por ejemplo, la toma de conciencia emocional, la mejora de la salud o la reducción del estrés; son ejemplos de efectos producidos sobre los practicantes, válidos para contextos específicos (educativo, recreativo, laboral). Los efectos sobre las personas escapan a la lógica interna de las actividades; son efectos externos.

Por otro lado, un mismo efecto puede ser alcanzado mediante actividades que contienen diferentes objetivos motores. Por ejemplo, la toma de conciencia emocional puede ser suscitada a partir de juegos deportivos (Miralles-Pascual, Filella-Guiu y Lavega-Burgués, 2017), mediante actividades físicas de expresión (Gelpi-Fleta et al., 2014) y desde prácticas introyectivas (Rovira-Bahillo et al., 2014). Según se vio en los dos apartados anteriores, los objetivos motores de los juegos deportivos son “superar distancias espaciales” y los objetivos motores de las actividades físicas de expresión son “obtener formas motrices”. Los objetivos motores de las prácticas introyectivas podrían ser “actuar sobre los componentes corporales”.

De lo argumentado cabe destacar dos ideas. En primer lugar, la diversidad de tipos de actividades físicas utilitarias muestra diversidad de tipos de objetivos motores.

En segundo lugar, los objetivos motores (lógica interna) de las actividades utilitarias están supeditados a los efectos sobre los participantes (lógica externa). Esta idea se refuerza por el hecho de que diferentes actividades físicas con diferentes objetivos motores sirven para provocar un mismo efecto sobre los participantes.

Una definición tentativa de la categoría de actividades físicas utilitarias podría ser: “conjunto de todas las actividades físicas, diversas en cuanto a los objetivos motores, cuya práctica produce efectos sobre los participantes”.

### **Spórtica, Educación Física y Recreación**

Cada actividad física tiene su propia dinámica de la práctica. Dinámica de la práctica es el sentido de cada actividad física y deporte, a partir del objetivo motor. En el transcurso de las discusiones hemos visto que el sentido de las actividades físicas de las tres categorías efectivamente reside en el rasgo objetivo motor (Hernández et al., 2000), pero en su conjunción con referencias externas. No obstante, el peso del objetivo motor (lógica interna) y de las referencias externas (lógica externa) varía en cada categoría:

- La dinámica de la práctica de los juegos deportivos depende del juego de la superación de las distancias espaciales (objetivo motor) y, en menor medida, de los puntos logrados (referencias externas).
- La dinámica de la práctica en las actividades físicas de expresión depende del flujo entre el intentar obtener formas motrices (objetivo motor) y las referencias estéticas y temáticas (referencias externas).
- La dinámica de la práctica de las actividades físicas utilitarias depende de que los objetivos motores estén supeditados a los efectos que provoquen sobre los participantes (referencias externas).

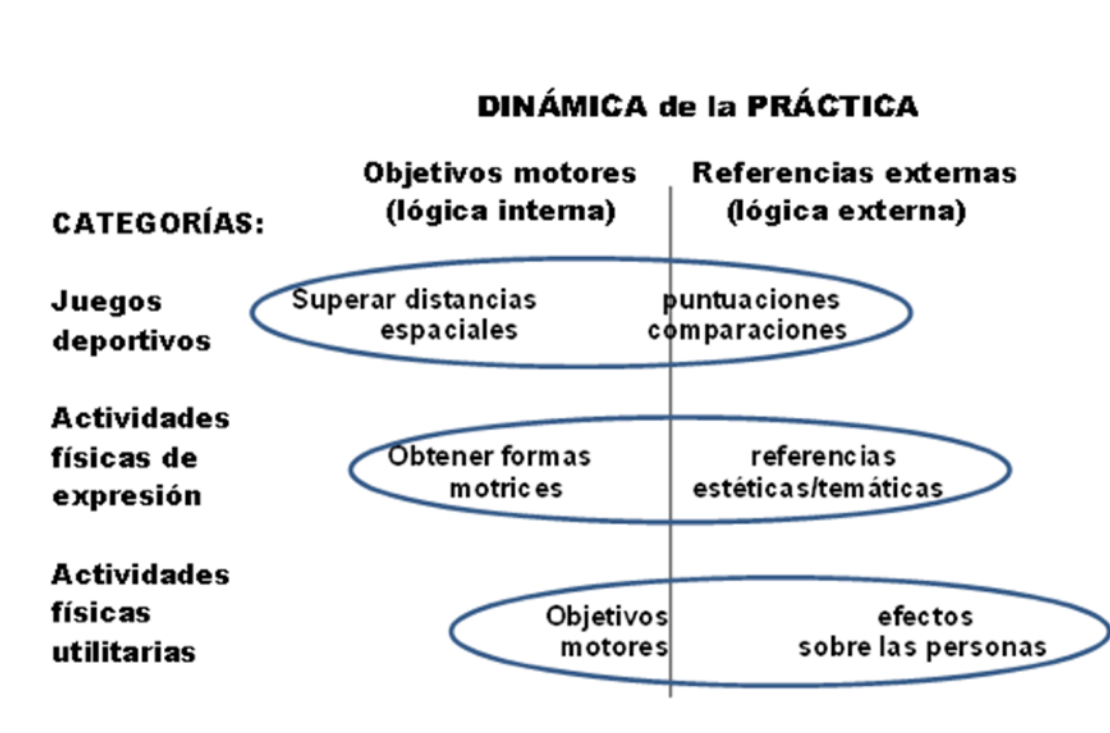


Figura 3. El peso de los objetivos motores o de las referencias externas en la dinámica de la práctica varía de una categoría a otra.

¿En qué puede ayudar la Spórtica a la Educación física y la Recreación?

- Las definiciones de las tres grandes categorías de actividades físicas y deportivas puede ayudar a programar y a elaborar planes de estudio.
- Conocer las opciones de objetivos motores, y las opciones de referencias externas asociadas a objetivos motores, permite diseñar actividades físicas y permite plantear tareas educativas y recreativas.
- Saber que el foco de la dinámica de la práctica de las actividades físicas pertenecientes a una u otra categoría se centra más en el objetivo motor o en las referencias externas (fig. 3), puede ayudar a plantear metodologías didácticas específicas para las actividades de cada categoría.

Quedan algunas cuestiones no discutidas, pero que están en relación a temas tratados en este artículo:

- Las actividades en el medio natural son destacables en la Educación física y la Recreación (Parlebas, 2017), no tanto por el dónde se realiza (el medio natural), sino por la incertidumbre motriz en la que se ven inmersos los participantes de procedencia urbana durante la práctica (Marimón, 2016). ¿Es la incertidumbre motriz que tiene el participante durante la práctica un rasgo asociado al objetivo motor?
- Las actividades de manipulación de materiales y de construcciones, tipo construcción de cabañas (Parlebas, 2017), castillos en la orilla, globoflexia y plastilina, ¿son actividades que tienen objetivo motor? ¿Cuál es el alcance del concepto "objetivo motor"?

## Consideraciones finales

Las aportaciones destacables para la construcción de la Spórtica serían las siguientes:

1.- La dinámica de la práctica puede conformarse como el objeto de estudio de la Spórtica. Pero, ¿cuál es la Ideología de la Spórtica (perspectivas, orientaciones, enfoques, puntos de vista)? A lo largo del artículo se descubre una interesante confluencia para el estudio de la dinámica de la práctica: Praxiología motriz (p. e., Hernández et al., 2000; Lagardera y Lavega, 2003; Mateu y Bortoleto, 2011; Parlebas, 2001, 2003 y 2017), Teaching Games for Understanding y Games Centered Approach (p. e., Méndez-Giménez, 2011) y Sistemas dinámicos (p. e. Castañer et al., 2009; Torrents, Hristovski y Balagué, 2013).

2. Los procedimientos evidenciados para obtener el sentido de la dinámica de la práctica son dos:

- La dinámica de la práctica puede ser deducida desde los reglamentos, normas o tareas de las actividades físicas (los requisitos de las actividades) (Parlebas, 2003), en donde se hallarán los objetivos motores. Las referencias externas pueden hallarse en los reglamentos y normas (p. e. el sistema de puntuaciones) o fuera de las normas y las tareas (p. e. las referencias temáticas) (Parlebas, 2017).

- La dinámica de la práctica puede ser deducida a partir de las intenciones de los participantes en relación a sus intervenciones motrices (p. e. Obœuf et al., 2009) y a partir de las interpretaciones en relación a sus intervenciones motrices. La interdependencia de estas tres operaciones (intervención motriz, intención, interpretación) permite acceder al sentido profundo a la dinámica de la práctica (ver fig. 1). El sentido de la dinámica de la práctica deducido desde la interpretación de las intervenciones motrices, ya lo hemos visto, es posible en las tres categorías (p. e. Etxebeste-Otegi et al., 2014; Gelpi-Fleta et al., 2014; Rovira-Bahillo et al., 2014).

3. Las opciones de la dinámica de la práctica localizadas en las páginas anteriores son:

- Opciones del rasgo "objetivo motor": superar distancias espaciales, obtener formas motrices y actuar sobre los componentes corporales.

- Opciones del rasgo "referencias externas", cuando está asociado a los objetivos motores, son: las marcas (puntuaciones, comparaciones), las referencias estéticas/temáticas (elegancia, sincronización, anécdotas, fantasías), y los efectos sobre los participantes (afectivos, relacionales, cognitivos, motrices).

Siguiendo a Lagardera y Lavega (2003) y a Parlebas (2001), decíamos que la labor del profesorado de Educación física y de los animadores en la Recreación se facilita cuando se utilizan pocas categorías congruentes, en el sentido de que si las actividades son semejantes entonces los procesos para su enseñanza y aprendizaje pueden ser semejantes.

Tres grandes categorías presentes en la Educación Física y en la Recreación han sido definidas desde la Spórtica, abarcando cada una un gran número de tipos de actividades semejantes con rasgos coincidentes:

- Actividades físicas de expresión: "conjunto de todas las actividades físicas cuyos objetivos motores son obtener formas motrices asociadas a referencias estéticas o temáticas".

- Juegos deportivos: "conjunto de todos los deportes y juegos con normas, cuyos objetivos motores son superar distancias espaciales".

- Actividades físicas utilitarias: "conjunto de todas las actividades físicas, diversas en cuanto a los objetivos motores, cuya práctica produce efectos sobre los participantes".



## Agradecimiento

Deseamos expresar nuestro enorme agradecimiento a Vicente Navarro Adelantado (Universidad de La Laguna, España) y a Raúl H. Gómez (Universidad Nacional de La Plata, Argentina) por sus interesantes sugerencias en torno a las argumentaciones que conformarían el texto del artículo.

## Referencias

- Borges-Silva, F., Prieto-Vaello, A., Alias, A. y Moreno-Murcia, J. A. (2015). Predicción del motivo salud en el ejercicio físico en centros de fitness. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 40 (11), 163-172. DOI: <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2015.04005>. Acceso: 22-2-2020.
- Castañer, M., Torrents, C., Dinušová, M. y Anguera, T. (2009). Instrumentos de observación ad hoc para el análisis de las acciones motrices en Danza Contemporánea, Expresión Corporal y Danza Contact-Improvisación. *Apunts Educación Física y Deportes*, 95(1), 14-23. Recuperado de: [https://www.revista-apunts.com/apunts/articulos//95/es/095\\_014-023\\_es.pdf](https://www.revista-apunts.com/apunts/articulos//95/es/095_014-023_es.pdf) Acceso: 06-1-2020.
- Clemente-Bosch, E. (2012). Promoción de la salud en adolescentes mediante un programa de intervención de mejora de la condición física y del estilo de vida. *Apunts Educación Física y Deportes*, 110(4), 89. Recuperado de: <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/261497> . Acceso: 27-2-2020.
- Etxebeste-Otegi, J., Del Barrio, S., Urdangarin, C., Usabiaga, O. y Oiarbide, A. (2014). Ganar, perder o no competir: la construcción temporal de las emociones en los juegos deportivos. *Educatio Siglo XXI*, 32(1), 33-48. DOI: <https://doi.org/10.6018/j/194051> . Acceso: 18-1-2020.
- Gelpi-Fleta, P., Romero-Martín, M. R., Mateu-Serra, M., Rovira-Bahillo, G. y Lavega-Burgués, P. (2014). La educación emocional a través de las prácticas motrices de expresión. *Perspectiva de género. Educatio Siglo XXI*, 32(1), 49-70. DOI: <https://doi.org/10.6018/j/194081> . Acceso: 23-1-2020.
- Gomes-da-Silva, P. N., Costa-Oliveira, D. M. da, Farias, G. P., Sousa-Cruz, R. W., Soares, L. E. S., Ribas, J. F. M. (2017). Estrategia motriz no handebol de areia: uma análise praxiológica. *Acción motriz*, 19(2), 59-70. Recuperado de: [http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/19\\_6.pdf](http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/19_6.pdf). Acceso: 17-1-2020.
- Hernández, J. M. y Rodríguez, A. J. (2011). Contribuciones de la Educación Física al desarrollo de la competencia social y ciudadana. *Acción Motriz*, 7, 38-47. Recuperado de: [http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/7\\_4.pdf](http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/7_4.pdf) . Acceso: 26-2-2020.
- Hernández, J., Castro, U., Cruz, H., Gil, G., Hernández, L. M., Quiroga, M. y Rodríguez, J. P. (2000). ¿Taxonomía de las actividades o de las situaciones motrices? *Apunts, Educación Física y Deportes*, 60(2), 95-99. Recuperado de: [https://www.revista-apunts.com/apunts/articulos//60/es/60\\_095\\_100\\_ES.pdf](https://www.revista-apunts.com/apunts/articulos//60/es/60_095_100_ES.pdf) Acceso: 17-12-2019.
- Lagardera, F. y Lavega, P. (2003). *Introducción a la Praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Lavega, P., Prat, Q., Sáez de Ocariz, U., Serna, J. y Muñoz-Arroyave, V. (2018). Reflection-on-action learning through traditional games. The case of la pelota sentada (sitting ball) (Aprendizaje basado en la reflexión sobre la acción a través de los juegos tradicionales. El caso de la pelota sentada). *Culture and Education*, 30(1), 142-176, DOI: 10.1080/11356405.2017.1421302 . Acceso: 28-1-2020.
- Marimón, Q. (2016). Actividades en el medio natural, en el patio, en la piscina... semiotrizar en incertidumbre. *Acción motriz*, 16(1), 5-7 (editorial). Recuperado de: [http://www.accionmotriz.com/revistas\\_editorial.php?id=18](http://www.accionmotriz.com/revistas_editorial.php?id=18) . Acceso: 9-3-2020.

- Marqués-Jiménez, D. y Martínez de Santos-Gorostiaga, R. (2015). *Data Quality Control of an Observational Tool to Analyze Football Semiotricity*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(1), 223-232. Recuperado de: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/223431/173761> Acceso: 14-1-2020.
- Martín-Hocajo, M. y Ríos-González, O. (2014). *Prevención y resolución de conflictos en educación física desde la perspectiva del alumnado*. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25, 162-167. Recuperado de: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34506> Acceso: 25-2-2020.
- Mateu, M. y Bortoleto, M. A. (2011). *La lógica interna y los dominios de acción motriz de las situaciones motrices de expresión (SME)*. *Emancipação*, 11(1), 129-142. Recuperado de: <http://www.revistas2.uepg.br/index.php/emancipacao> . Acceso: 09-1-2020.
- Mateu, M. y Torrents, C. (2012). *La lógica interna de las actividades físicas artístico-expresivas*. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 39(2), 48-61. Recuperado de: <https://www.grao.com/es/producto/logica-interna-de-las-actividades-fisicas-artistico-expresivas> . Acceso: 18-1-2020.
- Méndez-Giménez, A. (2011). *Modelos de enseñanza y juegos deportivos de cancha dividida. Aclaración conceptual*. En A. Méndez-Giménez (Coord.). *Modelos actuales de iniciación deportiva: Unidades didácticas sobre juegos y deportes de cancha dividida*, 17-27. Sevilla: Wanceulen.
- Menéndez, J. I. y Fernández-Río, J. (2017). *Responsabilidad social, necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y metas de amistad en educación física*. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (32), 134-139. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345751100027.pdf> . Acceso: 16-2-2020.
- Miralles-Pascual, R., Filella-Guiu, G. y Lavega-Burgués, P. (2017). *Educación física emocional a través del juego en educación primaria. Ayudando a los maestros a tomar decisiones*. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31(1), 88-93. Recuperado de: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/49607>. Acceso: 16-2-2020.
- Moreno-Murcia, J. A., González-Cutre, D. y Sicilia-Camacho, Á. (2007). *Metas sociales en las clases de educación física*. *Análisis y Modificación de conducta*, 33(149), 351-368. Recuperado de: [http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5857/Metas\\_sociales\\_en\\_las\\_clases\\_de\\_educacion\\_fisica.pdf?sequence=2](http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5857/Metas_sociales_en_las_clases_de_educacion_fisica.pdf?sequence=2) . Acceso: 21-2-2020.
- Navarro-Adelantado, V. (2002). *El afán de jugar: Teoría y práctica de los juegos motores*. Barcelona: INDE. Disponible en: [https://www.inde.com/es/productos/detail/pro\\_id/22](https://www.inde.com/es/productos/detail/pro_id/22)
- Obando-Mejía, I., Calero-Morales, S., Carpio-Orellana, P., y Fernández-Lorenzo, A. (2017). *Efecto de las actividades físicas en la disminución del estrés laboral*. *Revista Cubana De Medicina General Integral*, 33(3). Recuperado de <http://revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/382/152>. Acceso: 25-2-2020.
- Obœuf, A., Collard, L., Pruvost, A. y Lech, A. (2009). *La prévisibilité au service de l'imprévisibilité. À la recherche du « code secret » du football*. *Réseaux*, 156(4), 241-270. DOI: <https://doi.org/10.3917/res.156.0241> . Acceso: 17-1-2020.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad*. *Léxico de Praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo. Disponible en: <http://www.paidotribo.com/pedagogias-educacion-fisica/571-juegos-deporte-y-sociedad-lexico-de-praxiologia-motriz.html>
- Parlebas, P. (2003). *Elementos de Sociología del deporte*. Málaga: IAD.
- Parlebas, P. (2017). *La aventura praxiológica: Ciencia, Acción y Educación Física*. Málaga: IAD. Disponible en: <https://www.juntadeandalucia.es/turismoydeporte/opencms/areas/deporte/iad/documentacion-y-publicaciones/publicaciones/presentacion-la-aventura-praxiologica.-ciencia-accion-y-educacion-fisica/>
- Rodríguez-Rodríguez, T., García-Rodríguez, C. M., y Cruz-Pérez, R. (2005). *Técnicas de relajación y autocontrol emocional*. *MediSur*, 3(3), 55-70. Recuperado de: <http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/130/3334> . Acceso: 26-2-2020.

Rovira-Bahillo, G., López-Ros, V., Lagardera-Otero, F., Lavega-Burgués, P., & March-Llanes, J. (2014). *Un viaje de exploración interior: Emociones y estado de ánimo en la práctica motriz introyectiva*. *Educatio Siglo XXI*, 32(1 Marzo), 105-126. DOI: <https://doi.org/10.6018/j/194111> Acceso: 22-2-2020.

Torrents, C., Hristovski, R. y Balagué, N. (2013). *Creatividad y emergencia espontánea de habilidades de danza*. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24 (2), 129-134. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732290027.pdf>. Acceso: 02-2-2020.

Velázquez, C. (2018). *El aprendizaje cooperativo en educación física: Planteamientos teóricos y puesta en práctica*. *Acción motriz*, (20), 7-16. Recuperado de: [http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/20\\_1.pdf](http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/20_1.pdf). Acceso: 02-3-2020

Vila-Martínez, J.A., Rojo-Rodríguez, J. y Gaona-Cabello, D. (2010). *Estudio de caso: Perfil teleomotor de la línea de defensa del equipo de fútbol juvenil "C.D. Lauro" a través del análisis de objetivos motores*. *Acción motriz*, 4(1), 5-17. Recuperado de: [http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/4\\_1.pdf](http://www.accionmotriz.com/documentos/revistas/articulos/4_1.pdf). Acceso: 22-1-2020.