

INTRODUCCIÓN

En la antigua Grecia, los deportes eran algo más que un simple entretenimiento o una manera de mantenerse en forma. Para los griegos, el proceso educativo era insuficiente sin la educación física. Buscaban una formación de la persona equilibrada en los aspectos físico, moral y espiritual.

De las actividades físicas que practicaban, destacaban las gimnásticas y las atléticas. La gimnasia perseguía objetivos físicos, espirituales y morales. El atletismo también se fundaba en la búsqueda de la persona perfecta y en la mayor semejanza con los dioses.

En cambio, en la antigua Roma, los deportes, la gran mayoría, no se guiaban hacia la formación perfecta de la persona, los romanos buscaban deportes con alto grado de violencia, y los nobles del gobierno romano, se los ofrecían, porque se convirtió en un gran mercado de hombres, fieras y dinero. Todo esto se llevaba muchas vidas de hombres inocentes por delante.

Este trabajo abarca los deportes que más se practicaban en la antigüedad clásica, atletismo, lanzamiento de jabalina y disco, carreras, carreras de cuádrigas, lucha, y como excepción de Roma, la lucha de gladiadores. Y en Grecia, los Juegos Olímpicos, su desarrollo y contenido.

ANTIGUA GRECIA

• JUEGOS LOCALES Y PANHELÉNICOS:

Cada ciudad-estado celebraba sus ceremonias religiosas y competiciones deportivas. Eran en honor de algún dios o héroe local. Entre los juegos locales que se organizaron, hubo varios que se convirtieron comunes para toda Grecia:

- **Juegos Píticos:** desde el año 590 a. C., en Delfos, cada cuatro años, en honor del dios Apolo.
- **Juegos Ístmicos:** desde el año 582 a. C., que se organizaban en Corinto, cada dos años, en honor de Poseidón.
- **Los Nemeos:** a partir del año 573 a. C., que se celebraban en Nemea, cada dos años, dedicados a Zeus.
- **Juegos de Hera:** eran aquellos en los que podían participar las mujeres y estaban organizados por ellas. Se celebraban antes o después de los Juegos Olímpicos. La prueba consistía en una carrera de 160 m. La vencedora recibía un ramo de olivo y el derecho de consagrar su retrato al templo de Hera, esposa de Zeus.

• LOS JUEGOS OLÍMPICOS:

Se realizaban el **22 de agosto cada cuatro años en Olímpicos**, celebrados por primera vez en el año **776 a. C.**, eran tan importantes que si había una guerra, se aplazaba. Los juegos duraban **siete días**, comenzaban con sacrificios y celebraciones en honor de Zeus, seguían luego una serie de ceremonias rituales preparatorias, entre ellas, una en la que se pasaban una antorcha entre los atletas hasta llegar a los cinco días de competiciones. Al final había un banquete y una procesión solemne. Los griegos trataban como héroes a sus atletas. La mayoría de las ciudades concedían a los ganadores una pensión o les liberaban de pagar impuestos.

Los juegos eran presididos por unos jueces elegidos, que cuidaban de mantener el orden e impedir las trampas en las competiciones.

Por ello se impusieron unas normas:

- Para participar, hay que ser hombre griego libre, ni esclavo, ni extranjero.
- Las faltas de puntualidad serán motivo de expulsión
- Atletas y entrenadores, deberán ir desnudos
- Se prohíbe matar al adversario
- La intención de corromper al árbitro o al adversario y el soborno se castigaran con el látigo
- Las mujeres casadas tienen prohibido asistir a los Juegos y entrar en el recinto olímpico. Las inculpadas serán despeñadas desde la cima del monte Tifeón.

Su origen se remonta a dos leyendas:

- Una de ellas cuenta, que el propio Zeus, después de vencer a los Titanes, para celebrar su victoria de la cultura sobre la fuerza bruta, organizó unos juegos.
- La otra, nos sitúa en la época de Hércules, este organizó una carrera con sus hermanos y coronó al ganador con ramas de olivo.

Las olimpiadas se siguieron celebrando hasta que Grecia fue conquistada por los romanos, el emperador romano las prohibió; tuvieron que pasar mil quinientos años hasta que se celebraron las primeras de la era moderna.

Las primeras competiciones olímpicas formaban parte de fiestas religiosas y el único acontecimiento atlético era una de carrera de corta distancia. Más tarde se añadieron otros deportes como el boxeo, lanzamiento de disco, salto de longitud y lucha. Muchos de estos deportes, se basaban en las artes marciales, incluso se consideraban entrenamientos para la guerra. Los atletas hacían ofrendas en los templos, se quitaban la ropa, se frotaban el cuerpo con aceite de oliva y competían desnudos. El ganador tenía el honor de llevar sobre su cabeza una corona de hojas de olivo.

• LAS COMPETICIONES ATLETICAS:

A partir de los **doce años**, los jóvenes atenienses comenzaban sus entrenamientos divididos en dos grupos: niños y adolescentes.

Los entrenamientos, se practicaban en unas canchas cuadradas a cielo descubierto, con vestuarios, bancos, baños y almacenes de aceite y arena eran las instalaciones complementarias. Las carreras se practicaban en el estadio.

Al llegar a la **palestra**, se desnudaban, se lavaban y antes de realizar los ejercicios se frotaban el cuerpo con **aceite** y esparcían sobre él **arena**; esta costumbre, que se consideraba de origen espartano, se seguía escrupulosamente, en la idea de que el aceite protegía el cuerpo de la acción del viento, mientras que la arena evitaba que estuviera resbaladizo. Al terminar, el atleta retiraba con una especie de espátula, la capa grasienta que lo recubría, lavándose después.

Los deportes más comunes eran los cinco que integraban el pentatlón: la **lucha**, la **carrera**, el **salto**, el **lanzamiento de disco** y el **lanzamiento de jabalina**.

- La **lucha** o palé, se realizaba por parejas. Se comenzaba con la cabeza agachada y los brazos extendidos hacia adelante, intentando coger al contrario por los puños, el cuello o por el centro del cuerpo para lograr que cayera a tierra el primero. Se dividía en tres asaltos.
- La **carrera** podía tener diferentes longitudes, de unos **ciento ochenta metros** por término medio, la más larga poseía una longitud de cuatro kilómetros.

Los corredores partían de la línea de salida marcada por unos postes fijos, y daban la vuelta al poste situado en

el otro extremo del estadio.

- El **salto** de longitud, se hacía con halteres, bloques de piedra o plomo que se utilizaba para alcanzar mayor longitud en el salto cuyo peso oscilaba entre uno y cinco kilos.
- El **lanzamiento de disco** requería una complicada secuencia de movimientos. Se trataba de lograr la mayor distancia, en el lanzamiento, con unas normas establecidas.
- El **lanzamiento de jabalina** consistía en lanzar la jabalina lo más lejos posible. La jabalina no poseía punta, a la altura del centro de gravedad tenía una correa de unos cuarenta cm. que se enrollaba alrededor del palo, dejando al final un lazo donde el lanzador introducía el índice y el pulgar de la mano derecha.

Otras modalidades también practicadas eran el **boxeo** y el **pancracio**:

- El **boxeo** resultaba muy brutal, porque era un combate ininterrumpido, basado en golpes efectuados con los puños cubiertos por correas de cuero.
- El **pancracio** permitía todo tipo de golpes, salvo meter los dedos en los ojos; los oponentes rodaban por tierra enseguida, hasta el punto en que uno de los dos se confesaba vencido, levantando el brazo.

Y en las competiciones hípicas:

- **Carrera de cuádrigas**: esta prueba se incorporó en la XXV Olimpiada (680 a.C.). Las cuádrigas, eran un pequeño vehículo de madera tirado por cuatro caballos y llevado por un auriga, conductor.
- **Otras carreras**: caballos montados, carros con mulas, carrera de yeguas, cuádrigas de potros, carrera de potros al trote, etc.
- **EL MARATÓN**:

Consiste en una carrera de gran fondo (42,195 Km) que se corre fuera de una pista.

El primer maratón se organizó en las olimpiadas de 1896 en memoria del soldado griego **Filípides**, que murió de agotamiento al llegar a Atenas después de 42 Km de carrera para anunciar la victoria del ejército ateniense, a cargo del soldado Milcíades sobre los persas en la batalla de Maratón (490 a. C.)

ANTIGUA ROMA

- **EL COLISEO**:

El Coliseo era una de las construcciones más prácticas de Roma.

Arcos ocultos sostenían las gradas en las que se sentaban las masas y formaban ochenta salidas llamadas *vomitarias*, para que las masas (poseía **50.000 localidades**) pudieran salir por ellas rápidamente.

Por debajo de la arena del piso del circo, un laberinto de pasillos, jaulas y elevadores mecánicos permitían a los trabajadores hacer que aparecieran los gladiadores y los animales.

Las diversiones que tenían lugar en el Coliseo, cuyo verdadero nombre era **Anfiteatro Flavio**, eran enfrentamientos brutales y sangrientos. Allí todo estaba diseñado para que los espectáculos fueran impresionantes y sorprendentes. Durante siglos, emperadores y ciudadanos importantes, organizaron espectáculos cada vez más elaborados y costosos para mantener contentos a los ciudadanos de Roma. Por

ejemplo su inauguración, realizada en el **80 d. C.**, el emperador Tito, trajo 10.000 animales de todo el mundo: tigres, elefantes, leopardos, hienas, jirafas, linceos, etc., de las cuales, al finalizar los combates, solo sobrevivieron la mitad. Había hombres que mataban animales hambrientos y grupos de gladiadores que se acuchillaban y despedazaban entre sí hasta la muerte. A veces, se inundaba el Coliseo para meter barcos de guerra llenos de criminales y gladiadores y amenizar así la pelea.

• **COMBATES DE GLADIADORES:**

Este deporte era uno de los más aclamados en Roma.

Comenzaba con el desfile de los gladiadores a los cuales les seguían una corte de músicos con instrumentos de metal y viento. Paraban ante el palco del emperador, a quien saludaban diciendo: "*Ave Cesar, Morituri te salutant*" (Hola Cesar, los que van a morir te saludan). A continuación se dirigían hacia el **editor**, el que organizaba los juegos, y este examinaba las armas.

Los adversarios eran elegidos por sorteo y comenzaban las apuestas en el público; cuando un gladiador era herido, tendía la mano hacia la tribuna donde se sentaba el editor, si éste colocaba el dedo pulgar hacia abajo, el herido tenía que morir, lo cual gustaba mucho a la multitud, si sucedía al revés, colocaba el pulgar hacia arriba, el gladiador era sacado de la arena y era curado. El combate entre dos gladiadores terminaba cuando uno de ellos moría o resultaba gravemente herido. Por eso los luchadores tenían que estar equilibrados.

Existían tres tipos de gladiadores:

- **Retiarius:** era aquel gladiador que era ágil e iba armado con una red y un tridente.
- **Mirmillón:** este se solía enfrentar contra un retiarius, era lento pero poseía más armas y protección.
- **Tracio:** llevaba un pequeño escudo redondo y una espada.

Todos ellos vestían con tocas de oro y púrpura, llevaban un **yelmo**(casco), un **escudo** y unas **grebas** (unas espinilleras metálicas). Cuando un combate se realizaba entre un gladiador y una fiera, este combate se llamaba **ventión**. El primer combate de gladiadores se realizó en el año **264 a. C.**

La vida de un gladiador, no era como la de cualquier deportista de hoy en día. Eran **capturados** en la guerra o sacados de la prisión, para luego ser vendidos y comprados. Después de soportar un entrenamiento brutal, luchaban y morían para entretener a las masas.

Aunque a veces la vida de un gladiador no acababa en el circo. Si sobrevivía a varias peleas, con el dinero ganado, podía **comprar su libertad**. También podía ser instructor de una escuela de gladiadores. Algunos recibían su licencia en forma de palo en el que estaba escrito su nombre.

• **EL CIRCO MÁXIMO:**

Era la mayor pista del Imperio romano. Fue construido en el **s. VI a. C.** aunque ha sufrido muchas restauraciones y ampliaciones. Poseía unas dimensiones de **650x125m**, con un aforo para **260.000 espectadores**. Como hoy en día, los aficionados apostaban por sus caballos favoritos y compraban salchichas, galletas y vino en las tiendas y puestos del estadio.

• **LAS CARRERAS:**

Las carreras era un deporte que despertaba mucha afición en Roma.

Antes del amanecer, las masas hacían fila para obtener los mejores asientos Circo Máximo.

Constaban de siete vueltas a una gran pista oval, unos **ocho km.** en total. Con frecuencia los carruajes, tirados por dos o cuatro caballos, volcaban o se estrellaban en las curvas cerradas haciendo caer a los **aurigas** y caballos.

Los ganadores tenían derecho a una **hoja de palma** y una **bolsa de oro**, aunque no siempre el vencedor era el más aclamado, ya que los espectadores disfrutaban con los choques.

Los aurigas solían ser esclavos entre los cuales podían participar niños de doce o trece años, elegidos por su escaso peso; su única meta, no era solo ganar la carrera, sino sobrevivir. Estos vestían unas casacas con los colores de las cuadras a las que pertenecían.

Las carreras también eran un negocio, cada persona apostaba por su equipo favorito. Los ciudadanos ricos eran los dueños de los equipos y recogían el dinero por la victoria de sus caballos.

Hace ya tiempo que desaparecieron las carreras, sin embargo todavía se puede contemplar una versión moderna de este antiguo deporte: en las carreras de trotones, los caballos tiran al trote rápido de una calesa pequeña y ligera.

• **COMPETICIONES ATLÉTICAS:**

Estas, eran las mismas que practicaban los griegos.

– Corrían en el campus, saltaban, lanzaban el disco o la jabalina, montaban a caballo; jugaban a la pelota, hacían gimnasia o natación – era rara la persona que no sabía nadar– eran expertos en la lucha y también competían en carreras.

CONCLUSIONES

Con este trabajo, he aprendido el origen de los deportes que hoy en día parecen tan normales. De donde provienen, el porqué de su invención, como han evolucionado hasta nuestros tiempos, y como se practicaban en la antigüedad. También las competiciones deportivas que se celebraban, y se siguen celebrando(algunas de ellas).

Y como enseñanza, he aprendido que el deporte no solo es perder o ganar, si no pasarlo bien y respetar a los demás, como hacían el la antigua Grecia, y no como el la antigua Roma.

BIBLIOGRAFÍA

- Melero. R, Así vivían en la Grecia Antigua, Anaya (Vida cotidiana), Madrid, 1990.
- Varios autores, Educación física 3, Almadraba, Barcelona, 1996.
- Civilizaciones antiguas, Microsoft home, Irlanda, 1994.