

# *Clasificación de actividades deportivas*

*prof. Víctor Gadea*



# Elementos esenciales de todo deporte:

Es una  
actividad física  
e intelectual  
humana

de naturaleza  
competitiva

governada por  
reglas  
institucionalizadas

# Clasificación de los deportes

*a) De acuerdo a la estructura:*

## **deportes cíclicos:**

*(aquellos en los que se repite la secuencia de movimientos, como por ejemplo el ciclismo)*

**deportes acíclicos:** donde la secuencia y cadena de movimientos varía, por ejemplo el tenis, fútbol, patín, etc.



# Clasificación de los deportes

## ***b) De acuerdo a las personas:***

### deportes individuales:

donde interviene una sola persona o deportista.

### deportes colectivos:

donde intervienen dos o mas deportistas.



# Clasificación de los deportes

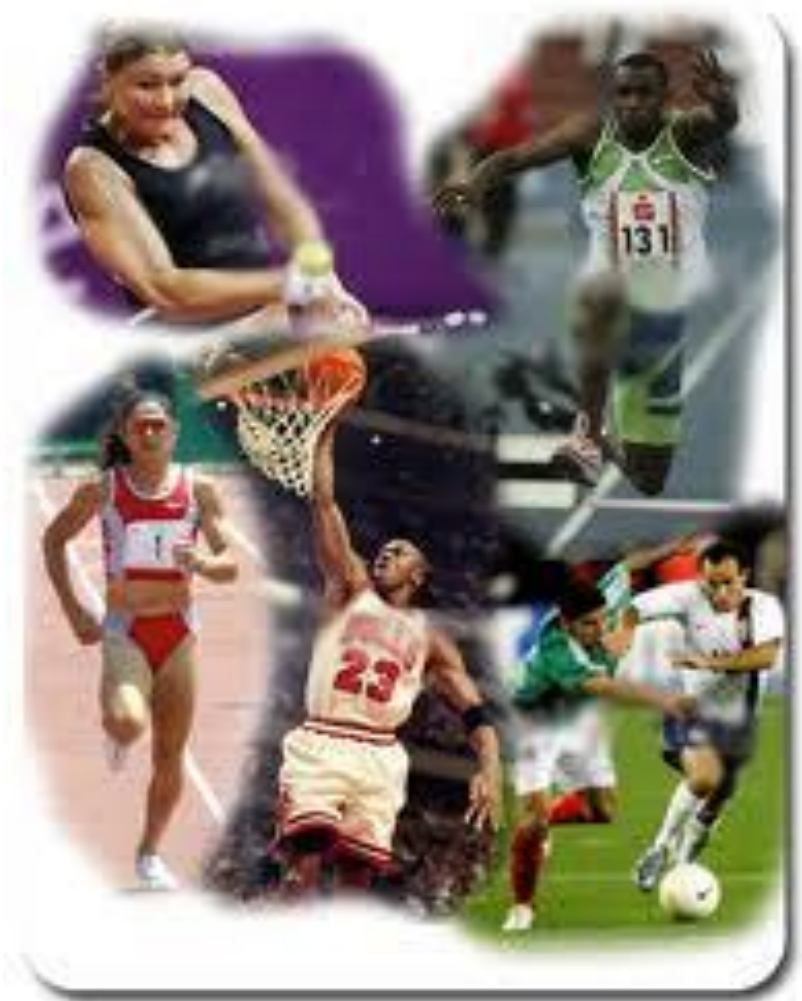
## *Correlaciones:*

cíclicos individuales (ciclismo)

acíclicos individuales (boxeo)

cíclicos colectivos (remo en equipos)

acíclicos colectivos (básquetbol)



# DIFERENTE CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTES

Por las características  
bioenergéticas

Por la edad de iniciación  
deportiva





Por las características bioenergéticas que presentan

Los deportes se clasifican en aeróbicos (por ejemplo, la prueba de maratón, triatlón, ultramaratón, etc.), anaeróbicos alácticos (las pruebas de 50 y 60 metros bajo techo), anaeróbicos lactácidos (por ejemplo, los 400 metros planos en atletismo) y mixtos, es decir, aeróbico-anaeróbicos; como ejemplos de este grupo están el tenis, fútbol, básquetbol, etc.



## Por la edad de iniciación deportiva

Por la edad en la que se esperan los máximos rendimientos, los deportes se clasifican en deportes de iniciación temprana (gimnasia artística, gimnasia rítmica, natación, etc.); deportes de maduración media (como el fútbol, voleibol, etc.); y deportes de maduración tardía (por ejemplo, la prueba de maratón).



Según Lanier, Isasi y Col. (Cuba ; "Fundamentos de Teoría y Metodología del Entrenamiento): se ha considerado agrupar los deportes en 5 grupos afines:

1. Grupo de deportes de fuerza y fuerza rápida, por ejemplo, levantamiento de pesas, los saltos y lanzamientos en el atletismo.
2. Grupo de deportes de combate, por ejemplo, box, esgrima, judo.
3. Grupo de deportes de resistencia, como son el fondo y medio fondo en el atletismo, el remo, la natación ( más de 100 mts), el ciclismo de ruta.
4. Grupo de deportes de juegos con pelotas, fútbol, voleibol, básquetbol, etc
5. Grupo de deportes de coordinación y arte competitivo, gimnasia artística y rítmica, clavados, nado sincronizado, etc.

# Clasificación de los deportes

## 1- Grupo de deportes de fuerza y fuerza rápida



## 2- Grupo de deportes de combate



# Clasificación de los deportes

## 3- Grupo de deportes de resistencia



## 4- Grupo de deportes de juegos con pelotas



## 5. Grupo de deportes de coordinación y arte competitivo



# Los deportes así agrupados se caracterizan metodológicamente en los siguientes aspectos:



- ➔ Estructura del entrenamiento.
- ➔ Duración de las distintas fases del desarrollo de la forma deportiva.
- ➔ Ciclicidad del entrenamiento a nivel de macro, meso y microestructura.
- ➔ Medios y métodos utilizados en el entrenamiento.
- ➔ Aumento de la dosificación de las cargas.
- ➔ Relación entre lo general y especial en los diferentes mesociclos de preparación.
- ➔ Variaciones ondulatorias de las cargas.
- ➔ Carácter y tratamiento en la planificación y dosificación del volumen e intensidad de la carga de entrenamiento.

## Clasificación de los deportes

Existen otras formas de agrupar a los deportes, por lo que este ha sido un repaso de algunos criterios para clasificarlos. Esta información es útil para el entrenador para analizar su deporte y realizar una mejor conducción del proceso de entrenamiento.



# Clasificación de los deportes

El análisis del deporte es la caracterización de cierta especialidad deportiva, es decir, el conocimiento de cada uno de los elementos que determinan el éxito en un deporte determinado (las particularidades de la preparación física, técnica, táctica, teórica y psicológica, biotipo, psicotipo, fisiotipo, etc.).



## Imagen – fuente

- 1-[franciaparamontmelo.wordpress.com](http://franciaparamontmelo.wordpress.com)
- 3-[www.eres-curioso.com](http://www.eres-curioso.com)
- 4-[www.definicionabc.com](http://www.definicionabc.com)
- 5-[nuevotiempo.org](http://nuevotiempo.org)
- 10- [escuelasecundaria22savio.blogspot.com/](http://escuelasecundaria22savio.blogspot.com/)  
[juegosodesur.wordpress.com](http://juegosodesur.wordpress.com)
- 11-[espaciodeportes.com](http://espaciodeportes.com) / [movil.globovision.com](http://movil.globovision.com)
- 12- [www.vitonica.com](http://www.vitonica.com) - [www.abc.es](http://www.abc.es)
- 13-[es.wikipedia.org](http://es.wikipedia.org) -
- 14-[www.lt11.net](http://www.lt11.net)
- 15-[www.luzverde.com.uy](http://www.luzverde.com.uy)