

# DEPORTES

## Promoción de la salud para las personas

### Carreras de larga distancia

La maratón de Tokio, celebrada cada año en la misma ciudad. Aproximadamente 36.000 personas participan en ella, disfrutando de un recorrido que incluye algunos de los puntos turísticos más importantes de Tokio, como el Palacio Imperial, la Estación de Tokio, Ginza y Asakusa, etc. (Foto cortesía de KYODO NEWS)



### Introducción

Los japoneses de todas las edades disfrutan de las actividades deportivas, tanto participando en ellas como de espectadores. En Japón, los deportes son considerados como un pasatiempo saludable que desarrolla una buena disciplina, forja el carácter, promueve el juego limpio e inculca el espíritu deportivo. Ganen, pierdan o empaten, los japoneses animarán con todo entusiasmo a los atletas que realicen un esfuerzo determinado y sincero. En las pruebas deportivas, a los competidores se les anima siempre con gritos de ¡*gambatte!* (hazlo lo mejor que puedas).

Antes de la llegada de los deportes occidentales, Japón ya había hecho progresos en el campo de los deportes tradicionales llamados *budo*, los cuales nacieron en el siglo XII y florecieron principalmente entre la clase guerrera. Entre ellos se incluían el *kendo* (esgrima japonesa con un sable de madera), el *jujutsu* (conocido ahora como *judo*), el *kyudo* (tiro con arco japonés) y otros. En el periodo Edo (1603–1867), estos deportes, que hacían hincapié en los aspectos mentales, se establecieron como artes marciales. La sílaba *do* en *budo* significa *el método*, y se exigía que los que practicaban estas artes dominasen los métodos más profundos del deporte. El *budo* tradicional se ha transmitido de generación en generación y aún sigue floreciendo. El

### Día del deporte escolar

La mayoría de escuelas japonesas celebran un día del deporte en otoño, en que los niños participan en una amplia gama de competiciones. (Foto cortesía de Getty Images)



*judo* y el *karate* se han convertido en deportes internacionales.

El *sumo* está considerado en Japón como el deporte nacional, y cuenta con una gran popularidad. Tiene 1.500 o más años de historia, y se puede jactar de haber tenido profesionales hace ya varios siglos. En cada combate, dos luchadores, que sólo llevan puestas unas fajas de colores muy vivos llamadas *mawashi*, luchan en un *dohyo* (un ring de paja elevado) empujándose, tirando al contrario al suelo, etc. Las ceremonias celebradas en el *dohyo* también son muy llamativas.

Después de la restauración Meiji (1868) se introdujeron varios tipos de deportes occidentales en Japón. El béisbol llegó en 1872 gracias a un estadounidense. Durante la década de 1870, se introdujeron el fútbol y las competiciones de atletismo, a los que siguieron el patinaje sobre hielo y el rugby en la década de 1890. En 1911, un austriaco dio lecciones de esquí al ejército japonés. En aquellos tiempos, pocas personas practicaban los deportes occidentales, pero a través del sistema educativo éstos se propagaron por todo el país. Los deportes occidentales también se recomendaban como una forma de disciplina mental al principio, pero los japoneses de la actualidad han aprendido a disfrutar de ellos como actividades recreativas.

Todos los años, Japón celebra el segundo lunes de octubre una fiesta nacional llamada Día del Deporte.



### Club de fitness

(Foto cortesía de Photo Kishimoto)

## Los deportes en la actualidad

Los deportes modernos tienen su origen a comienzos de 1870, cuando se estableció el sistema escolar. Al sistematizarse la educación, las escuelas añadieron a sus currículos la educación física. Los primeros deportes que se introdujeron en las universidades y en los colegios de enseñanza secundaria fueron el atletismo, el remo, el béisbol y el tenis.

A los niños se les anima a tomar parte en las actividades de los clubes de las escuelas, que incluyen béisbol, judo, tiro con arco, fútbol, natación, gimnasia, atletismo en pista

y otros. Muchos continúan practicando deportes hasta bien entrada su edad adulta.

Con muy pocas excepciones, los japoneses ya conocían casi toda la mayoría de los deportes que se practican actualmente en Japón antes de finales del siglo XIX. La Asociación de Deportistas Aficionados de Japón (JASA) fue organizada en 1911, en preparación para los quintos Juegos Olímpicos que se celebraron al año siguiente. Las secciones locales de JASA fueron establecidas posteriormente, junto con las federaciones nacionales que gobernaban cada deporte.

## Deportes para espectadores

El béisbol es uno de los deportes para espectadores más populares de Japón. Durante la temporada de béisbol, los partidos nocturnos de los profesionales se emiten casi a diario por televisión. Desde que Hideo Nomo se convirtió en jugador de Los Ángeles Dodgers en los Estados Unidos, muchas personas se han interesado por las grandes ligas. El Campeonato de Béisbol para Estudiantes de Escuelas Secundarias Superiores de Todo Japón se celebra cada verano, y estos partidos son vistos por millones de personas.

Con el establecimiento de la Liga Japonesa en 1991, el fútbol se ha hecho más popular. Y ahora es el deporte más practicado, después de la natación, entre los muchachos en los centros de enseñanza primaria. A los partidos de la Liga Japonesa acude un buen número de espectadores.

## El Mayor Evento Deportivo General de Japón

Para reactivar los deportes y subir la moral de los desanimados japoneses después de la Segunda Guerra Mundial, la Asociación del

### Festival nacional de deportes

Ceremonia de apertura del Festival nacional de deportes. Se trata del mayor acontecimiento deportivo de Japón, en el que participan tanto jóvenes como adultos. (Foto cortesía de la Asociación deportiva de Japón)



Deporte Aficionado del Japón organizó en 1946 el primer *Kokumin Taiiku Taikai* (Fiesta del Deporte Nacional). Estos encuentros de verano y otoño se convirtieron en pruebas anuales. En 1948 se celebró la primera Fiesta del Deporte Nacional de Invierno, y ésta también se convirtió en una prueba anual.

Durante los años siguientes, el *Kokumin Taiiku Taikai*, comúnmente llamado *Kokutai*, se organizaba 3 veces al año en invierno, verano y otoño, por turnos en cada prefectura de Japón. Sin embargo, a partir de 2006 se organiza un solo campeonato principal fusionando los de verano y otoño. Como *Kokutai* de invierno se realizan competiciones de patinaje sobre hielo, hockey sobre hielo y esquí, y en el campeonato principal, de natación, atletismo y varios deportes de pelota. El Trofeo del Emperador se le entrega a la prefectura que más puntos ha conseguido. Y a la prefectura cuyas atletas femeninas logran la mayor puntuación global se les entrega el Trofeo de la Emperatriz.

Además de los atletas que tienen nacionalidad japonesa, pueden participar en los *Kokutai* atletas de nacionalidad extranjera siempre que cumplan ciertas condiciones. Muchos de los atletas extraordinarios compiten luego en las Olimpiadas y en otras competiciones internacionales.

Tokio fue la anfitriona de los terceros Juegos Asiáticos en 1958, y en 1994 fue en la ciudad de Hiroshima donde se celebraron los doceavos Juegos Asiáticos. Los primeros Juegos Asiáticos de Invierno se celebraron en Sapporo en 1986, y los segundos en 1990. En 2020, está decidido celebrar de nuevo los Juegos Olímpicos de Verano en Tokio.

## Pruebas internacionales

Japón tomó parte en los primeros Campeonatos del Lejano Oriente, celebrados en Manila, en 1913. El gobierno japonés subvencionó por primera vez unas pruebas internacionales en los quintos Campeonatos del Lejano Oriente celebrados en Shanghái en 1921. Después de la Primera Guerra Mundial, estas pruebas regionales pasaron a llamarse Juegos Asiáticos. En 1951, Japón participó en los primeros Juegos Asiáticos celebrados en Nueva Delhi. Los buenos resultados de los 65 miembros del equipo nacional despertaron el entusiasmo por las competiciones internacionales.