deporte

El deporte es una actividad física reglamentada, normalmente de carácter competitivo, que puede mejorar la condición física[1](https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte#cite_note-1) (Antúnez, M. 2001) de quien lo practica, y tiene propiedades que lo diferencian del [juego](https://es.wikipedia.org/wiki/Juego).

La [RAE](https://es.wikipedia.org/wiki/Real_Academia_Espa%C3%B1ola), en su [*Diccionario de la lengua española*](https://es.wikipedia.org/wiki/Diccionario_de_la_lengua_espa%C3%B1ola), define deporte como una «[actividad física](https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica), ejercida como juego o [competición](https://es.wikipedia.org/wiki/Competici%C3%B3n_(juego)), cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas»; también, en una segunda acepción, más amplia, como «recreación, [pasatiempo](https://es.wikipedia.org/wiki/Pasatiempo), [placer](https://es.wikipedia.org/wiki/Placer), [diversión](https://es.wikipedia.org/wiki/Diversi%C3%B3n) o [ejercicio físico](https://es.wikipedia.org/wiki/Ejercicio_f%C3%ADsico), por lo común al aire libre».[2](https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte#cite_note-2)Por otra parte, la Carta Europea del deporte lo define como: «Todas las formas de actividades físicas que mediante una participación organizada o no, tienen como objetivo la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición de todos los niveles».[3](https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte#cite_note-3)

Institucionalmente, para que una actividad sea considerada deporte, debe estar avalada por estructuras administrativas y de control que se encargan de reglamentarlo (las [organizaciones deportivas](https://es.wikipedia.org/wiki/Federaci%C3%B3n_deportiva)).[4](https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte#cite_note-4) El hecho de que alguna actividad no esté reconocida institucionalmente como deporte, no impide que pueda estarlo popularmente, como ocurre con el [deporte rural](https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte_rural_vasco) o con los deportes alternativos.

La mayoría de las definiciones de deporte lo definen como «actividad física», pero se puede diferenciar «[actividad física](https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica)» con «[ejercicio físico](https://es.wikipedia.org/wiki/Ejercicio_f%C3%ADsico)», existiendo actividades de bajo o nulo ejercicio físico que son considerados como deportes por algunas instituciones deportivas como el [COI](https://es.wikipedia.org/wiki/COI), considerando que la mente es una parte más del cuerpo cuya actividad está considerada también como actividad física, aunque no se trate de ejercicio físico propiamente dicho.[5](https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte#cite_note-5) Ejemplo de ello son el [ajedrez](https://es.wikipedia.org/wiki/Ajedrez), el [tiro deportivo](https://es.wikipedia.org/wiki/Tiro_deportivo) o los [deportes electrónicos](https://es.wikipedia.org/wiki/Deportes_electr%C3%B3nicos), para cuya práctica no se requiere realizar ejercicio físico. Otros ejemplos de aparentemente escasa actividad física son el tiro con arco, el automovilismo, el billar, entre otros. Por el contrario, existen actividades físicas extenuantes que no son un deporte, por no cumplir con la definición.