

### Promovendo a Saúde Para as Pessoas



#### Corrida de longa distância

Corridas de várias distâncias são realizadas por todo o país. Nesta foto, cerca de 15 mil corredores largam na Maratona Ome, que acontece na cidade de Ome (região metropolitana de Tóquio) a cada ano.

(Foto cortesia de Hochi Shimbun-sha)

#### Introdução

---

Japoneses de todas as idades adoram atividades esportivas, como participantes e espectadores. No Japão, os esportes são considerados como um passatempo saudável que desenvolve boa disciplina, constrói caráter, encoraja o jogo honesto, e promove o espírito esportivo. Vencendo, perdendo ou empatando, os japoneses vão torcer com entusiasmo pelo atleta que realizar um esforço sincero. Nos eventos esportivos, os competidores são frequentemente incentivados com gritos de "gambatte!" ("força!").

Antes da chegada dos esportes ocidentais, o Japão tinha feito progresso em esportes tradicionais chamados de *budo*, que nasceram no século 12 e se propagaram principalmente entre a classe guerreira. Entre eles, destacam-se o *kendo* (esgrima japonesa com bastões de bambu), *jujutsu* (conhecido atualmente como judô), *kyudo* (arco e flecha japonês), e outros. No período Edo (1603-1868), esses esportes, que têm como ênfase seus aspectos mentais, foram considerados artes marciais. O "do" em "budo", significa "caminho", e requeria-se que seus praticantes dominassem os caminhos

profundos do esporte. Os “*budos*” tradicionais têm sido transmitidos de geração para geração e continuam florescendo. O judô e o karatê vieram a se tornar esportes internacionais.

O sumô é considerado o esporte nacional do Japão e é muito popular. Tem aproximadamente 2.000 anos de história e pode se vangloriar de uma longa lista de profissionais que remetem a centenas de anos atrás. A cada competição, dois lutadores que usam apenas o colorido *mawashi* (cinta na barriga), lutam sobre um *dohyo* (um ringue de palha elevado), empurrando, derrubando, e daí por diante. As cerimônias realizadas no *dohyo* são também bastante coloridas.



#### *Dia dos esportes escolares*

*A maioria das escolas japonesas realiza um dia dos esportes durante o outono, quando as crianças competem em uma variedade de eventos.*

*(Foto cortesia de Getty Images)*

Após a Restauração Meiji (1868), varias modalidades esportivas do ocidente foram introduzidas no Japão. O baseball chegou em 1872, graças a um norte-americano. Durante os anos 1870, eventos de atletismo, *rugby*, futebol, e a patinação no gelo foram introduzidos. Em 1911, um austríaco introduziu o esqui ao exército japonês. Naqueles dias, os esportes ocidentais eram praticados por algumas poucas pessoas, mas por meio do sistema educacional eles foram se popularizando em todo o país. No princípio, os esportes ocidentais foram também apresentados como uma maneira de se obter disciplina mental, mas posteriormente os japoneses passaram a desfrutar deles como atividades recreativas.

A cada ano, o Japão tem a 2ª segunda-feira de outubro como um feriado nacional designado como o Dia dos Esportes.

#### **O Esporte Hoje**

---

Os esportes modernos começaram a ser praticados no começo dos anos 1870, quando o sistema educacional foi estabelecido. Como a educação foi sendo sistematizada, as escolas acrescentaram educação física em seu currículo. Os primeiros esportes a serem introduzidos nas universidades e nas escolas foram o atletismo, remo, baseball e o tênis.

As crianças são encorajadas a fazer parte de atividades de clubes escolares, os quais podem incluir baseball, judô, arco e flecha, futebol, natação, ginastica e atletismo, entre outros. Muitos seguem com o interesse pelo esporte até a fase adulta.



*Um clube de fitness*

*(Foto cortesia de Photo Kishimoto)*

Com poucas exceções, quase todos os esportes praticados hoje no Japão eram conhecidos da população antes do final do século 19. A Associação de Esportes Amadores do Japão (JASA) foi organizada em 1911, em preparação para os 5<sup>os</sup> Jogos Olímpicos, que aconteceram no ano seguinte. Departamentos locais da JASA foram subsequentemente organizados, juntamente com os órgãos governamentais para cada esporte.

### Esportes para Espectadores

---

O baseball é um dos esportes mais populares entre os espectadores do Japão. Durante cada temporada, jogos noturnos de baseball profissional são transmitidos quase que diariamente e atingem altos índices de audiência. Desde que Hideo Nomo se tornou jogador do Los Angeles Dodgers nos Estados Unidos, muitas pessoas passaram a se interessar nas Major Leagues. O Torneio de Baseball do Ensino Médio Escolar Nacional é realizado a cada verão, e seus jogos são assistidos por milhões de pessoas.

Com a fundação da Liga Japonesa (J. League) em 1991, o futebol se tornou mais popular. O futebol agora se tornou o segundo esporte mais praticado entre os garotos no ensino fundamental, logo após do baseball. Os jogos da J. League tem sempre um ótimo público.

### O Mais Abrangente Evento Esportivo do Japão

---

Com a finalidade de reerguer os esportes e levantar a moral das pessoas após o fim da Segunda Guerra Mundial, a JASA organizou o primeiro Kokumin Taiiku Taikai (Festival Nacional de Esportes) em 1946. Esses encontros de verão e outono se tornaram eventos anuais. Em 1947 foi realizado o primeiro Festival Nacional de Esportes de Inverno, se tornando também um evento anual.

Nos anos seguintes, os *Kokumin Taiiku Taikai*, comumente conhecido como Kokutai, passaram a ser realizados três vezes a cada ano - inverno, verão, e outono - revezando seus acontecimentos por cada província do Japão. Desde 2006, entretanto, os festivais de verão e de outono têm sido realizados como único grande evento. O Kokutai de inverno tem competições de esqui, patinação e *hockey* sobre o gelo, enquanto os eventos do Kokutai principal incluem natação, atletismo, e vários esportes com bola. O Troféu do Imperador é entregue à província com o maior número de pontos. O Troféu da Imperatriz é entregue à província que as atletas femininas obtiverem o maior número de pontos.

Além dos atletas de nacionalidade japonesa, atletas estrangeiros podem participar do Kokutai se eles atenderem certas condições. Muitos competidores de grande destaque acabam participando dos Jogos Olímpicos e de competições internacionais.



### *Festival Nacional de Esportes*

*A cerimônia de abertura do Festival Nacional de Esportes. Esse é o maior evento esportivo do Japão, com a participação de jovens e adultos.*

*(Foto cortesia de Japan Sports Association)*

### **Eventos Internacionais**

---

O Japão participou dos 1º Campeonato de Jogos do Extremo Oriente que aconteceu em Manila, em 1913. O governo japonês subsidiou um evento esportivo internacional pela primeira vez nos 5ºs Jogos do Extremo Oriente, que aconteceram em Xangai, em 1921. Após a Segunda Guerra Mundial, esses eventos regionais ficaram conhecidos como Jogos Asiáticos. Em 1951, o Japão participou dos 1ºs Jogos Asiáticos, realizados em Nova Délhi. A grande participação da delegação de 80 atletas da equipe nacional rapidamente ajudou a promover entusiasmo pelas competições internacionais.

Tóquio sediou os 3ºs Jogos Asiáticos em 1958 e, em 1994, a cidade de Hiroshima sediou os 12ºs Jogos Asiáticos. Os 1ºs Jogos de Inverno foram realizados em Sapporo em 1986 e os segundos em 1990.