

**Universidad de Cienfuegos**

**“Carlos Rafael Rodríguez”**

Facultad: Cultura Física

*Plan de intervención Físico Recreativo Cultural en el  
Asentamiento “Las Nubes” del municipio de Cruces*

**Autores: M.Sc Lázaro Jesús Terry Gastón**

**M.Sc Felipe Fermin Quintero Figueroa**

**M.Sc Vilma Brito Losada**

**Curso 2010- 2011**

## **Resumen.**

En el objeto de estudio de la recreación física que se ubica en relación al amplio contexto del empleo eficiente del tiempo libre, se inserta el presente trabajo, surgido por la necesidad de interactuar con la población que se recrea para el disfrute de esta riqueza social, de ahí la importancia de un proyecto recreativo físico cultural que tienda a contraponerse a los proyectos dominantes que, en materia de recreación, presentan crecientes tendencias a la pasividad y al consumismo. Se defiende por ello la hipótesis de que con la aplicación del proyecto “Emma”, se puede mejorar la utilización del tiempo libre y el protagonismo de los practicantes en la comunidad “Barrio las Nubes” de Cruces. La modelación, el enfoque sistémico, la observación sistémica, directa, participante, el sondeo de opinión, la entrevista, la encuesta y el estudio de presupuesto de tiempo son los principales métodos empleados en el trabajo, desde una concepción dialéctica, dirigida esencialmente a enriquecer y transformar la realidad que se estudiaron. El diseño empleado fue no experimental longitudinal de tendencia, La orientación de crear y aplicar un nuevo plan de actividades que diera satisfacción a las necesidades existentes de la población en ese momento, fue creado, aplicado en tiempo y forma, que parte de un nuevo diagnóstico comunal sobre esta nueva comunidad y propone un proyecto físico recreativo cultural integral que enriquezca la calidad de vida de esos individuos. En el proyecto aplicado se demostró aceptación por parte de la comunidad y los sujetos a los que se dirigieron, elevando el nivel de participación en las actividades que lo componen.



## INTRODUCCIÓN

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quién la identifique de forma diferente, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses que en el mundo moderno pueden constituir formas de recreación. Es por eso, que nos enfrentamos a diario con el siguiente dilema: lo que para unos es recreación, para otros no significa tal cosa, pues esta categoría es mutante, y depende del color del cristal con que se le mire. Muchas veces este concepto en su contenido se confunde con la de juegos (simple entretenimiento), etc.; sin embargo, la primera es más amplia que la segunda. Recreación es un término al que se le da mucho significado. Para algunos, la palabra tiene una connotación placentera; para otros, es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso relajado.

La recreación es un conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre, mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística cultural, sin que para ello sea necesaria una compulsión externa y mediante la cual se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad. Ella está ligada, por tanto, con la educación, auto educación, higiene física y psíquica, diversión y desarrollo cultural en general.

Las deficiencias detectadas en el nivel factible perceptible y otras de carácter investigativo, por el predominio de estudios de tipo descriptivo y la creciente necesidad de focalizar la investigación en estas temáticas, conducen a plantear como situación problemática la relacionada con la necesidad de proyectos recreativos activos para el protagonismo de la población en la recreación. Para ello planteamos el problema científico relacionado con:

### **Problema científico**

¿Cómo desarrollar la recreación de la población de la comunidad Las Nubes” que garantice el protagonismo del sujeto en el empleo del tiempo libre?

**Objeto de estudio:** El proceso de recreación sana.

**Campo de acción:** La aplicación del Proyecto físico recreativo cultural en el asentamiento Las Nubes del municipio de Cruces.

Para solucionar el problema científico se plantea el siguiente objetivo general de la investigación:

**Objetivo General:**

Valorar la aplicación de un proyecto físico recreativo cultural que garantice el protagonismo del sujeto para el empleo del tiempo libre.

**Objetivos específicos.**

1. Diagnosticar los gustos y preferencias recreativas de la población.
2. Diseñar un proyecto físico recreativo cultural para el perfeccionamiento de la recreación como sistema integral
3. Aplicar el proyecto físico recreativo cultural para el perfeccionamiento de la recreación como sistema integral.
4. Valorar proyecto físico recreativo cultural para el perfeccionamiento de la recreación como sistema integral.

**Hipótesis.**

El proyecto “Emma” aplicado como una forma de recreación sana situada en un espacio dentro del propio asentamiento, puede mejorar la utilización del tiempo libre y el protagonismo de los practicantes.

## **DESARROLLO**

El Programa de recreación física, que en cada año escolar (de junio de un año fiscal a mayo del siguiente) es actualizado y enriquecido como parte de La Dirección por Objetivos (DPO), responde a la misión (quiénes somos, para qué existimos) de La Dirección Nacional de Recreación (DNR) del INDER, que se expresa del siguiente modo: "Rectorar, en todo el territorio nacional, las políticas de ocupación del tiempo libre a través de disciplinas físico recreativas basadas en actividades lúdico-recreativas, en deportes recreativos y en el espectáculo deportivo, para satisfacer los gustos, preferencias y necesidades de la población, mediante su acción electiva y participativa".

Por su parte, el objetivo estratégico del programa de recreación física expresa, para cada año escolar, la visión (hacia dónde vamos; cuál es nuestra meta a largo plazo) con que se proyectan las acciones que rectoren La DNR, a partir de los resultados alcanzados en la etapa precedente, para el cumplimiento creciente de su misión. Aun cuando su formulación puede ser modificada de una edición a otra del Programa, o entre la versión nacional y la de los territorios (provincias y municipios), al menos para el período estratégico correspondiente al ciclo olímpico 2004-2008 el Programa Nacional expresa su visión del siguiente modo:

"Contribuir a la calidad de vida de la población cubana en su diversidad de grupos étnicos, de género y ocupacionales, brindando opciones recreativas adecuadas con que llenar el tiempo libre de forma sana y formativa, como parte de la misión esencial de la cultura física en sus diversos componentes (educación física, deporte y recreación física) para la prevención de hábitos y conductas que atenten contra la sociedad, como parte de la batalla de ideas y en correspondencia con el pensamiento del Comandante en Jefe".

Proyecto físico recreativo cultural

Título: Proyecto EMMA

Sede Universitaria: Cultura física de Cruces.

Provincia: Cienfuegos.

Año: 2008

### **Generalidades del Proyecto**

Con la aplicación de este proyecto se mejorara la utilización del tiempo libre y el protagonismo de cada integrante de esta comunidad en la concepción, ejecución y evaluación del proyecto para satisfacer sus necesidades recreativas, que por mucho tiempo no existían y vinculados a un buen desarrollo sociocultural.

### **Fundamentación:**

Como se conoce la recreación está ligada con la educación, auto educación, higiene física y psíquica, la diversión y la cultura en general, la recreación no sólo es la agradable forma de pasar el tiempo libre, sino el aprovechamiento de este tiempo en forma positiva en la sociedad, de manera tal que contribuya al desarrollo de la personalidad de hombre. La recreación física persigue en la sociedad como objetivo general: La satisfacción de la necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado de esta influencia: salud y alegría.

### **Objetivo General**

Aumentar los niveles de participación perfeccionando y diferenciando las opciones recreativas, con el uso creativo y formativo del tiempo libre, dándole prioridad al protagonismo del individuo en su planificación y ejecución, utilizando las instalaciones deportivas, áreas permanentes y demás recursos materiales con el apoyo de los integrantes del grupo de recreación.

### **Objetivos específicos.**

- 1-Diseñar un plan de actividades físico recreativo cultural que satisfaga las necesidades recreativas de todos los grupos etáreos y aprovechar mejor el tiempo libre
- 2- Explotar óptimamente; las áreas permanentes y módulos recreativos en función del proyecto
- 3- Disminuir los índices y factores de riesgo en la comunidad mediante actividades físicas recreativas y culturales mancomunadas con todos los factores

- 4- Incrementar el protagonismo de los sujetos en las actividades a realizar
- 5- Realizar un balance de la programación recreativa según grupos etáreos, días de la semana y secciones del día
- 6- Convertir el consejo en un verdadero y atractivo lugar para recrearse
- 7-Definir un sistema de evaluación de las actividades recreativas para el perfeccionamiento de la recreación como sistema integral.
- 8-Aplicar acciones para el tratamiento de la recreación desde una posición que involucre a los sujetos.

### **Dificultades**

- 1- Poco conocimiento del concepto recreación en el asentamiento.
- 2- Carencias de materiales para desarrollar varias actividades
- 3- Pocas instalaciones
- 4- No existen hábitos de pertenencia
- 5- El personal técnico carece de idoneidad
- 6- No existe conocimiento de tiempo libre
- 7- No existe conocimiento de recreación sana
- 8- No se sienten protagonistas de la recreación
- 9- Los factores responsables de la recreación trabajan por separado

En los niños se observa que el tiempo libre para participar en actividades recreativas es superior a los demás grupos etáreos (8hrs), suficientes para realizar diversas actividades con ellos. En el caso de los jóvenes que tienen un tiempo libre de 4hrs, es muy poco para satisfacer sus gustos y preferencias en cuanto a recreación se refiere, por lo que entendemos que necesitan más tiempo libre para participar en las mismas . En los adultos esta situación es igual pues el tiempo libre para recrearse es muy poco, solamente 4 hrs., también entendemos que este tiempo es insuficiente para recrearse. En el caso de los adultos mayores es similar la situación tienen 4hrs nada más. En general la población de

este asentamiento tiene muy poco tiempo libre para recrearse felizmente. Se determinó que la mayor parte del tiempo libre la tienen los pobladores el fin de semana.

El sondeo (encuesta aplicada) resulta muy importante, pues tiene como principal objetivo indagar si las personas prefieren o no planificarse sus propias actividades (Anexo 8), Este sondeo aplicado enfatiza sobre diversos aspectos esenciales de la aprehensión del hecho recreativo por las personas. Para la solución del problema científico solo se presentan aquellas preguntas más importantes para ilustrar las posiciones teóricas y metodológicas en torno al hecho recreativo, así como las que permiten sustentar la necesidad de enfrentar lo recreativo, no solo en sentido didáctico sino en un sentido profundamente educativo de preparación del hombre para el empleo del tiempo libre.

El 47 % de los encuestados expresa que prefiere planificar sus actividades, sobre todo porque: les gusta elegir las, pero les gustaría que los enseñaran a hacerlo, les gusta hacer las actividades en el marco reducido de sus propias familias, con sus parejas respectivas y amigos. En general casi todos los sujetos que expresan que les gusta planificarse sus propias actividades no saben cómo hacerlo. Ello indica la necesidad de trabajar más en la preparación de la población en tal dirección, lo cual ya se viene realizando, pero no resulta una tarea sencilla, pues no es posible cambiar los estereotipos instalados en los sujetos con la misma celeridad que otras actividades que no se relacionan con el modo de vida. Esta misma situación fue encontrada por Sosa 1999 en su diagnóstico sobre la necesidad de darle participación a los sujetos en la planificación de su propia recreación donde se explora el conocimiento de los interesados en la concepción de los sistemas de recreación personal. Los sujetos que están de acuerdo en que les planifiquen sus actividades, o sea en contar con recreadores que los orienten en esta dirección, abordan más claramente sus limitaciones.

## **CONCLUSIONES**

La aplicación del proyecto recreativo desde el verano del 2007 hasta la fecha, ha permitido un ascenso cualitativo en la utilización del tiempo libre en el consejo “Las Nubes”, evidenciando preferencias recreativas y culturales en la programación y ejecución de las actividades, así como una mejor atención a las necesidades recreativas de las personas.

El desarrollo de la recreación en el asentamiento no alcanza los niveles requeridos en la satisfacción de las necesidades de los miembros de la comunidad.

Se manifiesta un adecuado protagonismo en la ejecución de la recreación de los participantes según sus necesidades, por la variabilidad de las actividades del proyecto.

La población manifiesta un elevado nivel de aceptación por las actividades propuestas, evidenciando preferencias por las siguientes: Jugar béisbol y fútbol, pescar, oír música, bailar y ver programas televisivos.

El personal dirigente de la comunidad manifiesta una opinión favorable con el resultado de las actividades del proyecto aplicado, por la participación de los habitantes, el entusiasmo que muestran los miembros de la comunidad y la calidad de las propuestas recreativas.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Alfaro Rodríguez, R. (2003). Juegos Cubanos. Ciudad de La Habana, Editora Abril.
- Antología de lectura para el estudio de la recreación. (2005). San Juan de Puerto Rico. Edit. CETIL.
- Bolaño Mercado y Barahona Moreira Ramón. (1966). La recreación como Fenómeno sociocultural. Tomás E. "Recreación y valores". Colombia. Armenia. p. 38.
- Butler, George. (1996). Principios y Métodos de Recreación para la Comunidad. Ed. Buenos Aires. 80 p.
- Colectivo de autores. (1996). Expresiones de la recreación. Bogotá.FUNLIBRE CERLIBRE. 60 p.
- El sistema cubano de la cultura física y el deporte (SCFD). (1999). Orientaciones y herramientas para el proceso de implementación del Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica (SCIT) y la dirección por Objetivos. La Habana. Imprenta José Antonio Huelga. Edit. Deportes. 55.
- Encisco, Martínez Hernández y Rico A.C.A. (1995). Educación para el Tiempo libre. Colombia. Edit. CERLIBRE y FUNLIBRE (Fundación Colombiana para el tiempo libre). 83 p.
- Estévez Cullel, Migdalia, M. Arrollo Mendoza y C. Gonzáles Terry. (2006). La investigación Científica en la Actividad Física. Su metodología. Ciudad de La Habana. Edit. Deportes.
- Gomes Turbino, Manoel José. (2002). El deporte el tiempo libre y el medio Ambiente. República de Brasil. Universidad de Panamá. XVII Congreso Panamericano de Educación Física.
- .Waichman, Pablo. (1995).Tiempo libre y recreación. Un desafío pedagógico. Cultura Física. Fac. Villa Clara. 120 h.

Plan de intervención Físico Recreativo Cultural en el Asentamiento Las Nubes del municipio de Cruces.doc 12

Teoría y práctica de docencia participativa en el postrado. (1996). Tesis de Maestría. Dr. C. Hiram Valdés Casal. Tutor. Santa Clara.