

Universidad de Cienfuegos “Carlos Rafael Rodríguez”

Facultad de Cultura Física

Título: Propuesta de plan de intervención recreativo físico en adolescentes de 13 a 15 años en “Hermanos Mederos”

Autores: MSc. Gisleidys Sosa Cabrera

Msc. Roilán Rodríguez Barbán

Msc. Zeida Cabrera Baró

E mail: gisleidysc@ iscf.cu

gisleidys@ inder.cu

zcabrera@ucf.edu.cu.

[Curso 2010-2011]

RESUMEN

El presente trabajo, diseñar el plan de intervención recreativo físico que propicia el tránsito del hétero al auto-condicionamiento en los procesos de la recreación física en los adolescentes de 13 a 15 años de la Secundaria Básica “Hermanos Mederos, conocer los gustos y preferencias de los adolescentes, escogiendo la muestra por edad, gustos e intereses, por los métodos investigativos se conoció como ocupan del Tiempo Libre estos estudiantes, se utilizaron la encuesta y entrevistas a los factores de los organismos que tienen a su cargo la programación recreativa en el Consejo Popular como métodos empíricos y como teóricos el histórico- lógico, inductivo- deductivo y analítico - sintético, se tuvo presente que en la transformación de presupuesto del tiempo consumido por el hombre en su quehacer diario lo encontramos estrechamente vinculado al desarrollo socioeconómico de la humanidad, por eso es necesario conocer que parte de su tiempo, le dedica el hombre ha satisfacer sus necesidades, el tiempo utilitario y el de la recreación. Los resultados confirman la idea a defender que con el diseño y aplicación de un plan de actividades recreativo físico se realiza el tránsito del hétero al auto-condicionamiento de los procesos de la recreación física en el tiempo libre

INTRODUCCIÓN

La recreación física constituye para la familia y el individuo una forma valiosa de emplear el tiempo libre, que sirve además para fomentar la salud y el bienestar, determina la conducta de cada vez más personas.

A partir de la premisa de perfeccionar la mundivivencia del hombre socialista en proceso de formación, crece el interés de la ejecución de estudios sociológicos acerca de intereses y empleo del tiempo libre, ya que no se concibe un hombre integral que no sea capaz de organizar y disfrutar a plenitud de su tiempo libre. En este ámbito se inscribe la siguiente investigación en la Secundaria Básica “Hermanos Mederos”.

La recreación comunitaria se evidencia como una propuesta novedosa para dinamizar el desarrollo de nuestra ciudad, a partir de la debilidad de procesos recreativos de carácter estructural, la escasa motivación y la pobre programación no acorde con los intereses de los adolescentes provoca junto a otros factores un estado de insatisfacción recreativa que por su envergadura puede ser considerado de nivel social.

Nos encontramos que la situación problemática de la escuela Secundaria Básica motivo de estudio nos provoca inquietudes investigativas por 2 razones elementales de juicio: la 1era fundamentada en la importancia de las actividades del Tiempo Libre, sus relaciones e intereses aparecidos en el curso de su realización, interacción de factores súper estructurales socio psicológicos de raíz económica que en la vida social tienen las actividades del tiempo libre y de trabajo.

Por lo que a partir de experiencias Investigativas realizadas en la Facultad de Villa Clara y Cienfuegos, nos planteamos el siguiente problema, lo que nos sugiere la siguiente Interrogante?

Problema Científico ¿Con la propuesta del Plan de intervención recreativo físico se propicia el tránsito del hétero, al autocondicionamiento de los procesos recreativos en los adolescentes de 13 a 15 años de la Secundaria Básica “Hermanos Mederos”?

FUNDAMENTACION

Este capítulo plantea el fundamento teórico del problema que se investiga de modo general y particular, ello se concreta en el problema social, campo y presupuesto de tiempo libre: criterios sociológicos de la categoría adolescente, la actividad física como medio de ocupación del tiempo libre y en función de la salud del hombre, así como la presencia de tendencias y regularidades de este campo de estudio en la Secundaria Básica “Hermanos Mederos”.

El tiempo libre es un concepto que refleja diferentes puntos de vista, caracteriza las condiciones de vida de la población, consumo, reproducción de la capacidad física e intelectual, el desarrollo integral del hombre coadyuvando al enriquecimiento de los patrones culturales de conducta recreativa.

Al definir los conceptos o categorías específicas de trabajo en relación con la edad juvenil, observamos distintos puntos de vista de varios especialistas, coincidiendo con el criterio de García Gallo de que la adolescencia es una categoría social no una clase.

Para aplicar el Plan de intervención recreativo fue necesario tener en cuenta las bases fundamentales planteadas por el DrC. Sosa Loy (tesis doctoral, capítulo 3, octubre, 2000) y adaptadas a la Escuela Secundaria Básica, considerando los aspectos siguientes:

- Poseer nivel de información sobre el estado de recreación en la Secundaria Básica, a partir de técnicas abiertas de tipo grupal individual para la continua retroalimentación del sistema.
- Aprovechar las potencialidades del territorio en que se ubica este centro dentro del consejo popular, así como los vínculos con otros organismos e instituciones.
- Solucionar los problemas a partir de los propios recursos disponibles.
- Incrementar la cultura del tiempo libre y de la recreación entre los adolescentes de 8vo y 9no grado de la escuela Secundaria Básica.
- La experiencia recreativa de los usuarios, intereses, necesidades y otras motivaciones.
- Actividades recreativas variadas, teniendo presente sus gustos, preferencias, necesidades e intereses.
- Sistema de valores declarados por la población adolescente que se recrea.
- Secuencias espacios temporales en que se desarrolla la recreación.
- La función de promoción, comunicación y liderazgo de los adolescentes.
- La retroalimentación del trabajo aplicando acciones de los métodos científicos.

De los aspectos Teóricos Metodológicos de la propuesta del plan de intervención recreativo físico, hasta su puesta en práctica.

El plan de intervención recreativo físico aplicado se enfoca en la dimensión de estimular los motivos físicos recreativos, lo cual en la ciudad es perfectamente alcanzable, por la participación activa de los adolescentes en un conjunto de actividades

que han tenido en cuenta sus necesidades y sus intereses y por una variada programación recreativa, aquí resulta destacable la afirmación de muchos sujetos en torno a la necesidad de elegir y planificar sus propias actividades recreativas, lo cual evidencia cierta toma de conciencia con la relación a la importancia del tiempo libre y el autocondicionamiento en la recreación.

Explicitada la concepción teórica central que se maneja, referida a apreciar la recreación en el sistema de la cultura física y la importancia de esta a la calidad de vida del hombre, sobre todo si se concibe como una manera sana y activa de emplear el tiempo libre, vale la pena hacer referencia a lo dicho por el DrC. Sosa Loy cuando expresa que no resulta posible la apreciación de cambios de concepciones de periodos breves, pues en la compleja trama de la vida social, ello muchas veces no resulta posible, como tampoco el reduccionismo de la investigación de la realidad social a la relación lineal entre las variables, de modo que, no se trata de estudiar casualmente la influencia del plan de intervención en el perfeccionamiento de la recreación, sino de aprender como pueden operar estas concepciones en la practica social.

En el sentido en el que se ha trabajado el plan de intervención recreativo físico, es preciso tensor todos los recursos para que en la adolescencia se atiendan las actividades hétero-condicionadas para llegar al auto-condicionamiento, el hecho de que los sujetos puedan programarse sus propias actividades es un indicador de las potencialidades existentes para efectuar el cambio que se necesita hacia el protagonismo, de ahí la importancia de la capacitación de activistas como uno de los componentes esenciales del plan de intervención y sean los actores sociales quienes con el apoyo de los organismos competentes.

El primer paso después de validado fue introducirlo en los docentes de a nivel de asignatura y trabajo integrador por año, luego se realizó una labor intramuros basándose en investigaciones realizadas por la Lic. Sosa Cabrera extendiéndolo extramuralmente a los sectores comunitarios. La labor no termina aquí pues estilos sanos para utilizar el tiempo libre de nuestra población constituyen ejemplos al mundo que deben darse a conocer a partir de la propia labor extencionista.

OBJETIVOS.

GENERAL

1- Diseñar el plan de intervención recreativo físico que propicia el tránsito del hétero al auto-condicionamiento de los procesos de la recreación física en los adolescentes de 13 a 15 años de la Secundaria Básica “Hermanos Mederos”.

IDEA A DEFENDER.

Con la propuesta del plan de intervención recreativo físico se logra en los adolescentes de 13 a 15 años el tránsito del hétero al auto-condicionamiento de los procesos de la recreación física en el tiempo libre.

TAREAS CIENTÍFICAS

- 1.- Conocer cuáles son los fundamentos teóricos metodológicos de la propuesta del plan de Intervención recreativo físico.
- 2.- Identificar cuales son los gustos y preferencias recreativas de los adolescentes de 13 a 15 años de la secundaria básica “Hermanos Mederos”
3. Determinar que tiempo libre poseen los adolescentes de 13 a 15 años para las actividades deportivas recreativas.

III.- ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

Al consultar los informes de las investigaciones de los profesores de la disciplina de Recreación Física y algunos trabajos de diploma de estudiantes de nuestra Facultad de Cultura Física de Cienfuegos nos ha permitido hacer referencia a una serie de dificultades que caracterizan este fenómeno en la provincia de Cienfuegos, en tal sentido tenemos que :

- No existe una cultura del tiempo en general, ni del Tiempo Libre en particular que permitan desarrollar una recreación correctamente.
- No existe un nivel de cultura física aprendido desde la niñez que mantenga estas actividades motrices incorporadas a los patrones de conducta de la población en general, es decir, no existe un compromiso visualizado en la conducta del tiempo libre en esta esfera de participación.
- No se estimulan los motivos físicos recreativos que desempeñan las acciones activas en el campo de la recreación física.
- Existe un modelo pasivo y estrecho de actividades encabezado por la televisión al que se adiciona el video, computadora, juegos de video, los juegos de mesa y la animación sociocultural nocturna.

En el diagnostico efectuado a los adolescentes de 13 a 15 años de la Secundaria Básica “Hermanos Mederos” de 8vo y 9no grado nos lleva a definir, que conocimiento tienen sobre la programación recreativa física, que oferta recreativa existe, cual es la cantidad de tiempo libre, que actividades prefieren, sus necesidades e intereses recreativos.

Gráfico # .1- Conocimiento de las actividades ofertadas.

Los adolescentes encuestados manifiestan un 60,2 % de desconocimiento sobre las actividades que se ofertan, mientras solo un 39,7 % conoce de las mismas por lo que inferimos que la participación real en estos momentos es deficiente si tenemos en cuenta que un mayor porcentaje desconoce de las ofertas faltando comunicación, divulgación y motivación para integrarse a las mismas.

De acuerdo a los resultados arrojados por la pregunta 5, los encuestados manifiestan una notable insatisfacción sobre el comportamiento de la recreación organizada en su escuela.

El estudio del informe me permitió generalizar sobre las principales ideas aparecidas en las exploraciones realizadas y es evidente plantear que el desarrollo de la recreación en la escuela no alcanzaba los niveles requeridos para la satisfacción de las necesidades de los adolescentes. (Se comprobó en el registro de actividades)

Del hecho constatado (después de observar el diagnóstico) estoy convencido de la necesidad de enfoques sistémicos para enfrentar el fenómeno recreativo, sobre todo en la interacción de los organismos y las funciones directivas que deben ponerse en juego para acceder a una concepción plena de recreación y hacerla práctica.

Relacionado con la programación recreativa existente y la frecuencia con que se desarrollan tenemos el gráfico # 2

Gráfico # 2.- Organización y frecuencia de las actividades recreativas físicas organizadas por el Combinado Deportivo y la Escuela.

Se constata que la participación en las actividades ofertadas es baja, sobresaliendo los festivales deportivos recreativos con el 21% de realización semanal y los juegos de mesa con igual programación, como los de mejor comportamiento, analizando la frecuencia de participación, predomina la mensual, en los festivales físicos recreativos y juegos de mesa, esto nos da una visión de lo poco consistente que resultan las actividades y las de programación ocasionales que no son significativas.

Por los resultados del auto-registro de tiempo libre conocemos que cantidad de tiempo libre tienen los adolescentes de 13 a 15 años de la secundaria investigada correspondiente al gráfico # 3.

Gráfico # 3- Distribución del Presupuesto de Tiempo (días entre semana) de la muestra estudiada. (Según resultados del Auto registro de Actividades).

Al hacer un análisis del presupuesto tiempo, partiendo de los resultados de la aplicación del auto registro de actividades a la muestra seleccionada (adolescentes), se puede observar en la tabla 3 los tiempos que, como promedio, dedican los días entre semana a cada una de las actividades globales o principales:

Se aprecia, en primer orden, el volumen de tiempo dedicado al estudio (6:40 horas), que se corresponden con la doble sesión existente en la escuela, el tiempo que se invierte en la transportación es de 28 minutos, relativamente pequeño ya que la mayoría de la muestra realiza sus estudios en la escuela ubicada cerca de donde residen, por tanto emplean poco tiempo en trasladarse a la misma, no existiendo otro traslado importante hacia otros lugares en el resto del día.

El tiempo promedio de dedicado a las necesidades Biofisiológicas (dormir, alimentarse, aseo), resulta de 9 horas, 42 minutos, estando en la media, acorde a la realidad de este grupo de edad y de acuerdo a los resultados de otros estudios similares. Algo parecido ocurre en relación al tiempo dedicado a las tareas domésticas (30 minutos). También, dada la corta edad, resulta bajo el tiempo dedicado a las actividades de compromiso social (60 minutos).

El volumen de tiempo restante, es dedicado a las actividades llamadas de Tiempo Libre, apreciándose una magnitud aceptable del mismo (7 horas), el cual además de las actividades de realización individual, se presenta asequible para la realización de actividades físico recreativas de carácter organizado. (Tabla # 3).

De acuerdo con lo que se refleja en la Tabla # 3, se puede tener una noción de las actividades principales que se realizan en ese tiempo libre, así como los tiempos promedios dedicados a cada una de ellas, en sentido general, aunque la variedad de actividades es amplia, se puede apreciar que casi la totalidad de las actividades son de realización individual y más preocupante aún es que, con la excepción de practicar deportes (0:42), las demás pertenecen al grupo de las actividades pasivas del tiempo libre, salas de video y otras que es su tiempo de ocio o vacante ya que no existe un consenso por parte de los adolescentes que realizaron el auto registro, fundamentado en la entrevista fresca de sustitución no existe una buena comunicación entre los adolescente no se relacionan en su totalidad con amigos, no se definen los líderes que sean capaces de arrastrar a sus compañeros a las actividades.

De acuerdo con los resultados del auto- registro que da un total de 7 horas de tiempo libre los adolescentes distribuyen este tiempo en aquellas actividades que realizan y se expresa en el gráfico # 4

Gráfico # 4- Principales actividades realizadas en el Tiempo Libre (según resultados del auto registro).

Como se aprecia en la distribución de tiempo libre que realizan los adolescentes le dedican el mayor tiempo a ver televisión con 2,05 minutos e ir a las salas de

video le dedican 1,20 minutos así como tienen un tiempo vacante o de ocio al cual le dedican 1,29 minutos y se aprecia que las actividades recreativas físicas solo le dedican 0,42 minutos y a los juegos de mesa 0,35 minutos por lo que teniendo presente el desconocimiento de las ofertas recreativas físicas en la escuela por parte del combinado deportivo y la propia escuela podemos inferir que no satisfacen las necesidades gustos y preferencias de los adolescentes que en estas edades están ávidos de practicar actividades sanas y de esparcimiento en su tiempo libre.

Relacionado con las preferencias recreativas los adolescentes plantean que son: se registran en el gráfico # 5.

Con relación a las preferencias, sobresalen las competencias deportivas y actividades culturales con un 100 % de preferencia, siguen los festivales deportivos recreativos con 81.19% de preferencia, en ultima instancia los juegos de mesa con el 52,58 % el resto no son significativos ya que de acuerdo a la muestra de 367 adolescentes los % son insignificantes, si podemos apreciar que existe preferencia a la combinación de actividades pasivas con las activas.

Gráfico # 5 – Preferencias recreativas físicas.

En resumen, estos resultados evidencian que las actividades que se ofertan son limitadas en cuanto a variedad y cantidad, no cumpliéndose con la programación existente, que por demás no se corresponde del todo con las preferencias, necesidades e intereses y posibilidades de los adolescentes, apreciándose poca motivación en los mismos para participar en las actividades recreativas que se realizan

III- CONCLUSIONES

- ✓ Con la aplicación de la propuesta del plan de intervención recreativo físico se logrará el tránsito al auto- condicionamiento de los procesos de la recreación física en las actividades de tiempo libre de los adolescentes de 13 a 15 años de la secundaria Básica “Hermanos Mederos”
- ✓ Los adolescentes poseen un espacio considerable de tiempo libre los días entre semana, que no es ocupado de forma óptima en la formación multilateral de los mismos.
- ✓ Las actividades que más gustan y son preferidas por los adolescentes son:
 - Los festivales deportivos recreativos.
 - Los campeonatos deportivos.
 - Espectáculos deportivos
 - Actividades culturales.
 - Juegos lúdicos.

Recomendaciones.

- ✓ Comunicar a todos los factores de la Escuela secundaria Básica “Hermanos Mederos” y de la Dirección Municipal de Deportes los resultados de este estudio y presentar el diseño de la propuesta del plan de intervención.

Referencias Bibliográficas

1. Barahona Moreira, R. (1977) *La recreación como fenómeno Sociocultural*. La Habana: Deporte.
2. Cuba. (1976) *Sobre la niñez y la juventud*. Tesis y Resolución. La Habana: Editado por DOR del CCP.
3. Dumazedier, Joffre. (1994). *La Revolución Cultural del Tiempo Libre*. Sao Pablo: Libros Estudio Novel.
4. Munné, F. (1984) *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque Crítico*. México: Trillas.
5. Pérez Sánchez, A. (1993) *Recreación Fundamentación. Técnicas Metodológicas* La Habana: Pueblo y Educación.
6. Sosa Loy, D. A. (2000). *Hacia el necesario tránsito del consumismo al protagonismo como concepción de la recreación*. Tesis de grado. Villa Clara, ISCF “Manuel Fajardo”.
7. Sosa Loy, D. (1989). *La recreación física en jóvenes trabajadores del Escambray*. Informe de investigación ISCF (VC).
8. Sosa Loy, D. (1999). *Hacia el Necesario Tránsito del Consumismo al Protagonismo como Concepción de la Recreación*. Tesis en Opción de Grado Científico Dr. en Ciencias.

