

Universidad de Cienfuegos

“Carlos Rafael Rodríguez”

Facultad: Cultura Física

Proyecto de Actividades Físicas Recreativas sustentado en los gustos y preferencia de los niños de 10 a 12 años del Consejo Popular Real Campiña

Autor(es): Lic. Iván Soler Tápanes

MSc. Arays Hernández Garay

MSc. Armando Pérez Leyva

E-mail: ahernandez@ucf.edu.cu

aperez@ucf.edu.cu

Curso: 2010 - 2011

SINTESIS o Resumen.

En Cuba, la recreación la conforman una matizada gama de actividades que se ejecutan en el tiempo libre, de las cuales el individuo puede optar en razón de sus intereses, expresados individualmente, lo que hace que la actividad seleccionada, se fije de acuerdo a las capacidades y habilidades del mismo. Esto Lleva implícito en sus objetivos, que los intereses individuales se correspondan con las necesidades del desarrollo socioeconómico.

En las condiciones del socialismo, la recreación y el tiempo libre deviene un problema práctico concreto, se le da una satisfacción a las necesidades recreativas de la población y en un sentido más general al relevante papel que el partido y el estado conceden al correcto empleo del tiempo libre como elemento importante en la formación integral de la personalidad del hombre nuevo.

Después de analizado lo anteriormente expuesto y percatarnos que el Consejo Popular Casco Histórico, no contaba con una oferta de actividades físicas recreativas para la población, se decidió elaborar un proyecto recreativo teniendo en cuenta los gustos y preferencias, para que los mismos pudieran utilizar su tiempo libre de una forma sana y saludable.

Para la realización de dicha investigación se utilizó una muestra de 59 niños, de ellos 35 del sexo masculino y 24 del sexo femenino, y de 11 expertos, a los cuales se le aplicó técnica investigativa como: la encuesta y el criterio de experto, lo que nos permitió obtener los resultados de dicha investigación, pudiendo arribar a conclusiones significativas para la misma.

INTRODUCCIÓN:

La recreación física constituye una línea de trabajo importante para el organismo deportivo y debe estar encaminada a satisfacer las necesidades de inversión del tiempo libre de la población en actividades sanas y educativas, partiendo de sus gustos y preferencias.

La educación para el tiempo libre es una parte fundamental de la formación integral del hombre socialista, pues durante el mismo es donde se logra con mayor eficacia una mejor formación física, cultural e ideológica, se asimilan valores, normas de conducta, opiniones y conocimientos, los cuales contribuyen al fortalecimiento de la personalidad.

Por tales razones el uso del tiempo libre se ha convertido en un problema para el análisis sociológico de una civilización en riesgo como la nuestra. ¿Qué hacer con el tiempo libre y para qué?, ¿Qué sentido darle a la gran cantidad de tiempo libre que disponen los niños?, ¿Cómo hacer que el ocio se convierta en un bien verdaderamente digno del niño?. Estos interrogantes que nosotros nos planteamos han sido también planteados por los grandes teóricos del tiempo libre (Weber 1969, Racionero 1983, Muñoz M. 1983, Pedro 1984)

La utilización adecuada del tiempo libre, se muestra como una necesidad social en la cual ha de tomar parte la escuela, la familia y la comunidad, por ello dentro de una perspectiva constructivista, de educar para la vida, el fomentar hábitos de vida sanos a través de la buena utilización del tiempo libre favorece el proceso de socialización en la vida de los niños.

Por tal motivo se debe lograr en los individuos, la capacidad de organizar y emplear el tiempo libre en todas sus funciones: entretenimiento, diversión, reposición de fuerzas psíquicas y físicas así como en el desarrollo de la personalidad. La necesidad de asegurar una participación masiva de la población y elevar el número de opciones recreativas, requieren transformar las concepciones que actualmente existen en torno a la recreación y definir nuevas formas de trabajo. Se ha comprobado que no siempre una mayor disponibilidad de tiempo libre lleva aparejado un mejor empleo, esto significa que no basta lograr un aumento de dicho tiempo, incluso no es suficiente propiciar una gran cantidad de ofertas en contenidos y variedades, garantizando las condiciones objetivas, sino también tenemos que operar con las condiciones subjetivas, despertar en los individuos necesidades e intereses hacia esas ofertas y formar una actitud favorable hacia ellos.

Por sus características de voluntariedad, de actividad que produce agrado y satisfacción, por ser básicamente una actividad grupal, es decir social, la recreación física se inscribe dentro de las actividades sociales y culturales, pero además juega un papel importantísimo en el mantenimiento de los niveles de salud de la población.

Como se refiere al inicio de esta investigación, el proyecto de actividades físicas recreativas dará respuesta a un grupo de interrogantes o problemáticas existentes en el Consejo Popular. Es en este punto donde comienza a jugar su papel la Cultura Física y en especial la Recreación Física.

Por lo antes expuesto y la carencia de un proyecto físico recreativo que responda a los gustos y preferencias de la población, surge el presente estudio con el fin de aportar criterios a la situación de esta problemática, por lo que se decidió llevar a cabo este trabajo.

1.2.- Problema Científico

Por lo antes expuesto y las revisiones bibliográficas desarrolladas respecto a dicho tema se trazó el siguiente PROBLEMA CIENTÍFICO

¿Cómo contribuir al aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 10 y 12 años del Consejo Popular Casco Histórico?

1.4. Objetivo General:

Elaborar un proyecto de actividades físicas recreativas que contribuya al aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 10 y 12 años del Consejo Popular Casco Histórico

Objetivos Específicos:

1. Diagnosticar el estado real que presenta los niños en cuanto a la participación en actividades recreativas en su tiempo libre en el Consejo Popular casco Histórico.
2. Elaborar un proyecto de actividades físicas recreativas que contribuya al aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 10 y 12 años del Consejo Popular Casco Histórico
3. Validar el proyecto de actividades físicas recreativas.

1.5. Idea a defender

Proyecto de Actividades Físicas Recreativas sustentado en los gustos y preferencia de los niños de 10 a 12 años.doc

6

La elaboración de un proyecto de actividades físicas recreativas contribuirá al aprovechamiento del tiempo libre de los niños de 10 y 12 años del Consejo Popular Casco Histórico

DESARROLLO

La recreación debe de ser promovida no solo como mera actividad de entretenimiento, sino como un Programa y un servicio recreativo, los programas de recreación que se promueve, reflejan contenido de la Recreación Físico Deportiva, Recreación Lúdica, Recreación acuática y Recreación al aire libre. Estos programas serán eficientes y eficaces solo cuando para su elaboración se consideren los intereses, necesidades y motivaciones de los usuarios, evitando las barreras aparentes de la edad y la cultura.

En el Programa Nacional de Recreación Físicas se define la recreación como el Proceso de renovación consciente de las capacidades físicas, intelectuales y volitivas del individuo, mediante acciones participativas ejercidas con plena libertad de elección, y que en consecuencia contribuyen al desarrollo humano. No se impone o administra la recreación de las personas, pues son ellas quienes han de decidir cómo desean recrearse. Nuestra labor es facilitar y promover las ofertas recreativas a fin de que constituyan opciones para la libre elección de quienes se recrean.

Albelo (2008) define la recreación, como todas aquellas experiencias que producen placer, pertenecen a la educación no formal que contribuyen en el desarrollo integral del participante, que son llevadas a cabo en su tiempo libre de forma voluntaria.

En la actualidad el estado le brinda una enorme importancia a la ocupación del tiempo libre de la población general y en específico, a la niñez y a la juventud, que es la nueva generación, el relevo de esta Revolución que le brinda al individuo la posibilidad de prepararse multilateralmente.

El proyecto recreativo no debe solamente reflejar la cultura a la que pertenece el participante, sino que debe ampliar los intereses de los participantes y orientarlos hacia experiencias más positivas y satisfactorias. Los deseos de los participantes sirven como referencia y punto de partida, nunca como una base exclusiva de un programa. Los deseos y los intereses de las personas y, por consiguiente, de la comunidad, están limitados por experiencias. Los profesionales del área, deben presentar nuevos campos de acción. No perpetuar y limitar.

El proyecto debe ser lo suficientemente amplio para servir en el presente y en el futuro a cada participante. Las actividades que componen un proyecto deben ser proyectadas de tal forma que las habilidades adquiridas puedan acompañar a las personas en el transcurso de su vida, sin que esto se constituya en tomar partido por un solo tipo de actividades, sino que debe haber equilibrio entre lo actual y lo futuro.

SELECCIÓN DE SUJETOS.

De una población de 79 niños se utilizó una muestra de 59 niños, de ellos 35 del sexo masculino y 24 del sexo femenino.

Muestra # 2: Se utilizó 11 experto en recreación para validar el proyecto a través del Criterio de experto

MÉTODOS Y PROCEDIMIENTOS.

Métodos Teóricos: Analítico – sintético, Inductivo-Deductivo y Histórico-Lógico

Métodos Empíricos: Encuestas y Criterio de Experto.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Resultados del diagnóstico

En la encuesta realizada a los 33 niños del Consejo Popular Casco Histórico se recopiló como resultado (tabla # 1) que el 100% de los mismos, plasmaron que realizan la actividad física en la escuela. De ellos 3 que representa el 21.4 % del sexo femenino y 5 para un 26,3 % del sexo masculino practican actividad física con entrenadores deportivo para un 24.2 % de la muestra, los deportes representado por estos atletas son 3 niños Atletismo, 3 niñas Voleibol, 1 niño Judo y 1 Lucha.

Cuando se le preguntaba al niño realizas actividades físicas en tu Tiempo Libre, 11 que representa el 33 % de la muestra plantea que si, el 16 para un 48 % plantean que no y 6 para un 18.2 % plantea que a veces realizan actividades.

Cuando se les preguntaban a los niños las razones por la no participación en las actividades en su tiempo libre el 50.8 % de la muestra reflejaban la falta de ofertas recreativas.

Cuando se le realizaba la pregunta 6 de la encuesta: Las actividades recreativas físicas que realizas en tu tiempo libre; prefieres hacerlas de: el 33.3 % de los niños prefieren realizarla de forma organizada, dirigida por un profesor, promotor de recreación, entre otros, el 25.7 % plantean que prefieren realizarla individualmente y el 18,2 % prefieren ambas formas.

En la tabla # 3 se hace referencia a las actividades deportivas que le gustan practicar en su tiempo libre, donde las de mayor preferencia por los estudiantes son:

En el sexo femenino: voleibol seleccionado por un 81,3 % de la muestra y kikingbol por el 93.8 %

En el sexo masculino: el Béisbol, Fútbol, Baloncesto, Voleibol y Kikingbol fueron seleccionado por más del 80 % de la muestra.

PROYECTO RECREATIVO

El nombre de nuestro proyecto es: Por una recreación sana y saludable.

La descripción de nuestro proyecto es: se pretende realizar en el Consejo Popular Casco Histórico, ofertas recreativas para los niños de 10 a 12 años, para un mejor aprovechamiento del tiempo libre, estas ofertas se realizaran teniendo en cuenta los gustos y preferencia de los niños motivos de estudios.

A quienes va dirigido el proyecto (beneficiarios del proyecto).

Beneficiarios directos del proyectos 59 niños del Consejo popular casco Históricos y como beneficiarios indirectos todas aquellos niños que quieran participar en las actividades físicas recreativas planificadas.

Definición de nuestro proyecto

Para que vamos a realizar el proyecto (objetivos del proyecto).

Nuestro **objetivo general** es el siguiente: Transformar la utilización del tiempo libre a través de Actividades Físicas Recreativas sustentadas en los gustos y preferencias de los niños del Consejo Popular Casco Histórico.

Objetivo específicos

- 1.- Establecer un sistema de participación en las diversas actividades que sea permanente y que se convierta en un aspecto estratégico.
- 2.- Contribuir a elevar la utilización del tiempo libre de los niños a través de actividades físicas recreativas.
- 3.- Lograr cambios de los intereses, aspiraciones y necesidades de la población joven que permitan desarrollar nuevas tendencias de uso del tiempo libre en Consejo Popular Casco Histórico, promoviendo la organización de círculos y clubes con la población interesada.

Definición de nuestro proyecto

Como vamos a verificar que estamos cumpliendo con lo planteado (indicadores del proyecto).

1. Participación activa en las actividades desarrolladas.
2. Interés por las actividades ofertadas.
3. Puntualidad a las actividades.
4. Presupuesto de tiempo de la población (magnitud de Tiempo).
5. Presupuesto de tiempo de la población (Frecuencia en que asiste a las actividades).

Evaluación de nuestro proyecto

CRONOGRAMA DEL PROYECTO

Etapas	Actividad	Fecha	Lugar	Responsable	Impactos deseados
Primera Etapa	Definición de instituciones.	7 de Octubre del 2009	Consejo Popular	Jefe de Proyecto	Establecer las conexiones de trabajo entre los diferentes responsables de Consejo Popular
	Programación.	15 de Octubre del 2009	Consejo Popular	Jefe de Proyecto	
	Establecimientos de convenios de trabajo.	27 de Noviembre del 2009	Consejo Popular	Jefe de Proyecto	
	Presentación	3 de diciembre del 2009	Consejo Popular	Jefe de Proyecto	
Segunda Etapa	Aplicación de instrumentos de la investigación	Enero 2010 / Mayo 2010	Consejo Popular	Jefe y encargados del proyecto	Aplicar los instrumentos de la investigación y comprobar como utilizan el tiempo libre.
	Comprobación del uso de tiempo libre.	Enero 2010 / Mayo 2010	Consejo Popular	Jefe y encargados del proyecto	
Tercera Etapa	Aplicación de la estrategia de intervención de actividades físicas recreativas en la comunidad	Mayo 2010 / Mayo del 2011	Consejo Popular	Jefe y encargados del proyecto	Cambios en el estilo de vida. En la práctica de actividades físicas recreativas. En uso del tiempo libre.
Cuarta Etapa	Evaluación de la estrategia de intervención de actividades físicas recreativas en la comunidad	Mayo 2010 / Mayo 2011	Consejo Popular	Jefe y encargados del proyecto	Cambios en el estilo de vida. En la práctica de actividades físicas recreativas. En uso del tiempo libre.
Quinta Etapa	Transformación del proyecto con las nuevas, sugerencia y recomendaciones realizadas al mismo.	Junio 2011 / Julio 2011	Consejo Popular	Jefe y encargados del proyecto	Cambios en el estilo de vida. En la práctica de actividades físicas recreativas. En uso del tiempo libre.

La planeación operativa de nuestro proyecto:

PRESUPUESTO

Análisis de la factibilidad. Ficha de costo

Recursos humanos (salarios, estipendios y dietas)	MN
Otros gastos directos	1200.00
Dietas y pasajes	800.00
Otros	400.00
Total de gastos directos	2000.00

Presupuesto general del trabajo.

MN = 2000.00

CUC = 1182.00

Acciones del proyecto

PROYECTO	ACCIONES	
	Sociales	Docentes
Proyecto de actividades Físicas recreativas	1. Divulgación y propaganda. 2. Acondicionamiento de áreas. 3. Confección de medios deportivos y otros para las actividades con carácter de espectáculos deportivos recreativos. 4. Charlas, Conferencias, Talleres, Superación en sentido general. (Consejos Populares, responsables de las diferentes organizaciones del barrio, entre otros) 5. Divulgación de las actividades en programas radiales. 6. Divulgación de las "Carteleras de actividades físicas y recreativas". 7. Planificación de las actividades.	1. Fiestas Deportivas en Consejo Popular. 2. Planes de la Calle. 3. Programas A Jugar. 4. Espectáculos gimnásticos, deportivos, recreativos y culturales. 5. Encuentros deportivos. 6. Bailoterapias 7. Simultáneas de Ajedrez. 8. Competencias de Dominó y Juegos pensantes. 9. Las 4 esquina. 10. Competencia de Bailes 11. Plan de Verano (actividades con los niños para esta ocasión). 12. Competencias de palomas 14. Ejercicios con pesas

Las actividades se realizaran todos los lunes, miércoles, viernes, sábados, domingos, semanas de receso escolar y vacaciones.

CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los objetivos planteados, así como los resultados derivados del proceso investigativo, consideramos como conclusiones de nuestro trabajo, las siguientes:

1. En el diagnóstico realizado a los niños del Consejo Popular casco Histórico se detectó que el 33 % solamente realizaban actividades físicas recreativas y las causas fundamentales que provocaban dicha situación era por la falta de oferta recreativa.
2. La elaboración del proyecto tuvo en cuenta los principales gustos y preferencia los cuales fueron: el Béisbol, Fútbol, Baloncesto, Voleibol y Kikimbol.
3. El criterio del experto nos arrojó que el proyecto de actividades físicas recreativas era muy adecuado.

BIBLIOGRAFÍA

1. Albelo Armenteros Belkis (2008) Actividades físicas recreativas en la comunidad universitaria. Disponible en: http://www.gobiernodecanarias.org/educacion/9/Usr/iesarico/departamentos/ActividadesFisicoRecreativas_IP.htm. Consultado el 18 de diciembre del 2009
2. Annicchiarico Ramos, Rubén José (2002) La actividad física y su influencia en una vida saludable. Disponible en <http://www.efdeportes.com>. Consultado el 11 de Diciembre del 2009
3. Areiza Londoño, Maribel (2001) Recreación, Actividad Física y Salud Disponible en <http://www.FUNLIBRE.COM>. Consultado el 15 de mayo del 2009
4. Barreira Morales, Daikel (2008) La utilización del tiempo libre de los jóvenes con problema de conducta del Consejo Popular Arriete – Ciego Montero. Trabajo de Diploma. Cienfuegos, ISCF “Manuel Fajardo”.
5. Batlle i Bastardas, Joan (2003) El Tiempo Libre infantil y juvenil Disponible en http://www.educacionenvalores.org/article.php3?id_article=744. Consultado el 10 de mayo del 2009
6. Cagigal, J. M. (1971). Tiempo Libre y Deporte en nuestro tiempo. Cítus, Altius, Fortius.
7. Camerino, O. (2000). Deporte recreativo. Inde. Barcelona.
8. Castrillón Laverde Alexandra (1999) Los criterios transversales de un proyecto. Medellín, Corporación Paisajoven-gtz.

Proyecto de Actividades Físicas Recreativas sustentado en los gustos y preferencia de los niños de 10 a 12 años.doc 13

9. Castrillón Laverde Alexandra (2000) Diseño y construcción del proyecto. Disponible en <http://www.funlibre.com>. Consultado el 17 de noviembre del 2009.