



TRABAJO DE DIPLOMA

Título: *La recreación sana: Una alternativa para desarrollar estilos de vida saludables en los adolescentes.*

Autor: Nierkys González Roldán

Tutor: Lic. María Cecilia López Herrera

Cotutor: Lic. Martha Eva Hernández Vilches

SEDE UNIVERSITARIA MUNICIPAL CUMANAYAGUA

CURSO: 2008-2009



Hago constar que la presente investigación fue realizada en la Sede Universitaria Municipal de Cumanayagua como parte de los estudios en la especialidad de Licenciatura en Estudios Socioculturales; autorizando que la misma sea utilizada por la institución para los fines que estime convenientes, tanto de forma parcial como total y que además no podrá ser presentada en evento ni publicada sin la autorización de la institución.

Lic. Maria Cecilia López Herrera
Firma del tutor

Nierkys González Roldán
Firma del Autor

Lic. Martha Eva Hernández Vilches
Firma del cotutor

Los abajo firmantes certificamos que el trabajo ha sido revisado según acuerdo de la Dirección de nuestro centro y el mismo cumple los requisitos que debe tener un trabajo de esta envergadura, referida a la temática señalada.

Responsable del Dpto. ICT
Nombre y apellidos. Firma

Responsable del Dpto. Computación
Nombre y Apellido. Firma

“... Urge proseguir la tarea de propiciar una recreación sana, culta y útil para nuestros jóvenes; en las que utilicemos todas las posibilidades abiertas y los recursos con que hoy contamos gracias a los programas de la Revolución.”

Fidel Castro Ruz.

A nuestro Comandante en Jefe **Fidel Castro Ruz**, por darme la oportunidad de seguir estudiando, gracias a los programas de la Revolución (Curso de Superación Integral para jóvenes.)

A mi familia por su constancia, dedicación y amor.

A mi tutora Maria Cecilia López Herrera.

A mis compañeros de estudios y amigos.

Les agradezco:

- ❖ A todas las personas que de una forma u otra han hecho posible la realización de este trabajo, en especial:

- ❖ A héroes y mártires que consagraron su vida a esta gran obra que es la Revolución

- ❖ A la Revolución cubana que gracias a sus programas me dieron la oportunidad de seguir estudiando. (Curso de superación integrar para jóvenes).

- ❖ A mi familia, que gracias a su apoyo, me incentivaron con su quehacer cotidiano.

- ❖ A mi tutora, por su esfuerzo, dedicación y amor, con que siempre acogió esta difícil tarea.

- ❖ A Martha Eva, por brindarme su apoyo y sus conocimientos.

- ❖ Al colectivo de profesores de la Sede Universitaria Municipal "M.E.S", por su valiosa, entusiasta y oportuna ayuda.

- ❖ A profesores del Joven Club Cumanayagua III, por su colaboración.

A todos, muchas gracias.

La escuela como la institución cultural más importante de la comunidad, debe desempeñar un papel importante en lograr una adecuada planificación de las actividades recreativas destinadas a los adolescentes. Por eso el propósito de este trabajo es: Elaborar una estrategia de intervención que favorezca el desarrollo de estilos de vida saludables en adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua a través de la práctica de una recreación sana, a partir de la caracterización actual del comportamiento de esta actividad, además se describe la participación de las instituciones y organismos estatales implicados en ella. Esta estrategia se analiza con un grupo de expertos especializados en esta esfera.

En el estudio se empleó la combinación de las metodologías cuantitativas y cualitativas de investigación.

A la muestra probabilística de 290 adolescentes pertenecientes a las Secundarias Básicas del área urbana de Cumanayagua, se les aplicó la encuesta.

La entrevista en profundidad fue realizada a organismos estatales e instituciones involucrados en esta actividad. Los datos fueron recogidos en abril del 2009.

Los resultados obtenidos, demostraron que existe una pobre participación de los adolescentes en las actividades de recreación sana, debido a la falta de variedad en las opciones recreativas que les ofrece el territorio. Los representantes de los organismos e instituciones refieren que la falta de recursos, divulgación e integración de los organismos implicados, son obstáculos que limitan la realización de la recreación sana.

The school, as the most important cultural institution in the community, must play an important role in achieving an adequate planning of recreational activities destined to the teens. For that reason, the purpose of this work is : to elaborate a strategy of intervention to favor the healthy development of life styles in teens of the secondary education in urban area in Cumanayagua, through the practice of a healthy recreation, as from Present-day characterization of the behaviour of this activity. Besides, it describes the institutional participation and states bureaus implicated on the matter. This strategy is analyzed with a group of experts specialized in this sphere.

Quantitative and qualitative methodologies of Investigation, as combination, were used in this study.

The probabilistic sample of 290 students from the secundaries in the urban area were questionaired. Depth interviews were applied to bureaus and institutions implicated in this activity. Datas were picked up in April, 2009.

The final results showed that exist a poor participation of teens in the activities of the healthy recreation, due to lack of variety in the recreational options that offers the territory. The representative organisms and institutions refer that the lack of resources, divulgation and integration are the obstacles that limits the realization of a healthy recreation.

Introducción	1
Capítulo 1: <i>Fundamentación teórica de la Investigación.</i>	
1.1: Tradición recreativa del cubano.....	5
1.2: Antecedentes de la Recreación.....	5
1.2.1: Recreación. Definiciones.....	7
1.3: Recreación sana. Definiciones.....	10
1.3.1: Característica y valores de la Recreación.....	16
1.3.2: Beneficios que aporta la Recreación Sana.....	20
1.3.3: Elementos que posee la Recreación Sana.....	21
1.4: Estilos de Vida. Estilos de vida Saludables.....	23
1.5: Características de los Adolescentes.....	26
1.6: Participación Comunitaria. Participación Institucional.....	27
Capítulo 2: <i>Fundamentos metodológicos de la investigación.</i>	
2.1: Diseño metodológico.....	31
2.2: Principales conceptos.....	32
2.3: Operacionalización de las variables.....	33
2.4: Justificación metodológica.....	35
2.5: Alternativas metodológicas.....	36
2.6: Tipo de investigación.....	39
2.7: Tipo de muestra.....	40
2.8: Descripción del grupo nominal de expertos.....	41
Capítulo 3: <i>Análisis y discusión de los resultados.</i>	
3.1 Situación actual de la recreación sana para adolescentes de la enseñanza media básica.....	43
3.2 Participación de los organismos, instituciones y estudiantes en la realización de la recreación sana.....	52
3.3 Estrategia de Intervención y Análisis de los resultados con expertos.....	58
Conclusiones	66
Recomendaciones	68
Bibliografía	69
Anexos	

La recreación sana, tributa a la ocupación del tiempo libre de los adolescentes en actividades educativas, recreativas, culturales que si se proyectan adecuadamente contribuyen a su preparación político ideológica que se traduce en la formación de valores que acompañarán la personalidad de cada individuo desde el punto de vista bio- psico- social.

La adolescencia y la juventud son etapas del desarrollo que exigen atención sistemática encaminada a la orientación y regulación del comportamiento y así evitar desviaciones propias de la inmadurez y la inseguridad que caracterizan la edad. Este período es óptimo para formar valores y posturas positivas ante la vida; por ello si la recreación sana cumple con su función social puede convertirse en una vía potenciadora de conductas positivas y desarrollo, contribuyendo así a elevar el nivel de vida de la población especialmente en los adolescentes

En Cuba existen diversas entidades que responden al interés de los jóvenes como la Unión de Jóvenes Comunistas UJC fortaleciendo el trabajo político ideológico entre los mismos y asumiendo protagonismo dentro de la “Batalla de ideas” que lleva el pueblo cubano cuya vanguardia es la juventud.

Dispone además de un programa de recreación física que responde a la misión de la Dirección Nacional de Recreación (DNR) del Instituto Nacional de Deporte y Recreación (INDER) que tiene como objetivo: *Incrementar las opciones, proyectos y servicios de recreación física en los centros educacionales, Consejos Populares y demás objetivos priorizados, haciendo de cada escuela el principal centro en la comunidad para las actividades recreativas destinadas a la sana ocupación del tiempo libre por parte de nuestra población.*

Esta institución a su vez ha establecido un conjunto de actividades organizativas, técnicas-metodológicas destinadas a perfeccionar la labor que, desde las escuelas, barrios, asentamientos poblacionales y otros objetivos de la comunidad desarrollan sus especialistas y activistas, en el afán de que la recreación resulte una alternativa permanente y sistemática para la ocupación del tiempo libre de la población cubana.

En el plano cultural son muchos los proyectos que se crean actualmente desde las propias localidades urbanas y rurales para llevar la cultura, tal es el caso de la formación de instructores de arte, a través de la brigada José Martí; cuyo propósito es extender la cultura y disfrute de la misma a todas las comunidades y centros de enseñanza de la nación. Sus jóvenes integrantes imparten conocimientos en las especialidades de música, danza, teatro o artes plásticas a los cientos de miles de niños matriculados en los diferentes centros escolares de nuestro país, estimulando sus posibilidades de creación y apreciación artísticas; a partir de ello obtener unidades artísticas representativas, pero además deben trabajar por formar y elevar el gusto estético en la población y participar en proyectos comunitarios que tributen a la recreación y al bienestar físico y mental de la comunidad, identidad cultural en los más jóvenes y el reconocimiento a las costumbres y tradiciones culturales que hablan acerca de la historia de un pueblo.

El Estado, las organizaciones políticas y de masas y los medios de difusión han realizado grandes esfuerzos por desarrollar la práctica de una recreación sana y culta en nuestra sociedad, pero el nivel logrado es aún insuficiente y existen insatisfacciones en la población, especialmente entre los adolescentes que reciben los beneficios de una recreación sana planificada sin tener en cuenta sus necesidades e intereses lo que provoca insatisfacciones que obstaculizan la práctica activa y consciente de esta actividad.

Las escuelas de enseñanza media tienen un proyecto cultural que responde a objetivos de la educación estética y artística, sobre la base de este proyecto se elabora el plan de recreación sana que incluye actividades en los centros internos y en los externos, principalmente en las secundarias básicas, se planifica todos los sábados. Entre las actividades que se desarrollan se encuentran proyección de películas, juegos de computación, presentaciones de libros y otros espectáculos culturales para conmemorar fechas históricas.

Promover el desarrollo humano es hoy una necesidad mundial, lo que sitúa a la recreación como una premisa para lograr los procesos de cambio y orientar a la

humanidad hacia sistemas de relaciones más armónicas que propicien una calidad y un estilo de vida decoroso. En este sentido la Revolución Cubana tiene como objetivo desarrollar, en toda su amplitud, las capacidades intelectuales, físicas y espirituales del individuo, en correspondencia con las características de las comunidades en que se desarrollan. Sin embargo a pesar de los esfuerzos realizados por nuestro gobierno, en aras de llevar la recreación a todos los rincones de la nación, aún es insuficiente su aplicación, lo que propicia la manifestación de conductas inadecuadas en los individuos que en ellas conviven. Ello justifica la necesidad de un sistema de acciones que propicie el desarrollo y consolidación de una personalidad del adolescente que se distinga por su carácter humanista y de visión de futuro.

Por este motivo se realiza este trabajo, que persigue dar respuesta a la interrogante: ¿Cómo lograr una recreación sana que favorezca el desarrollo de estilos de vida saludables en adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua?

Para ello se propone elaborar una estrategia de intervención que favorezca el desarrollo de estilos de vida saludables en adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua a través de la práctica de una recreación sana, a partir de la caracterización actual de esta recreación que se planifica para adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua y conocer cómo se comporta la participación de los organismos estatales, instituciones y estudiantes implicados en la realización de dicha actividad. Esta estrategia será analizada por expertos con el fin de que las acciones propuestas se correspondan con los objetivos que persigue este tipo de recreación.

Para la realización de la investigación se utilizó una combinación de metodologías cualitativa y cuantitativa con el objetivo de describir la situación actual del fenómeno estudiado y sobre esta base establecer la estrategia. Las técnicas empleadas fueron la observación, la entrevista en profundidad y la encuesta.

La tesis está estructurada en tres capítulos, el primero dedicado a la fundamentación teórica de la investigación donde se presentan los antecedentes de la recreación, su definición, valores, beneficios y caracterización de la adolescencia como etapa de desarrollo.

En el capítulo dos se presentan los fundamentos metodológicos de la investigación.

En el capítulo tres se analizan y se presentan los resultados, se caracteriza la situación actual de la recreación sana, se describe la participación de los organismos estatales, instituciones y estudiantes en dicha actividad, se analiza la propuesta con un grupo de expertos y finalmente se presentan las conclusiones.

La importancia de la investigación radica en elaborar una estrategia de intervención que favorezca el desarrollo de estilos de vida saludables en adolescentes de la enseñanza media a través de la práctica de la recreación sana en el área urbana de Cumanayagua; tema de vital importancia para la formación de estilos de vida saludables, valores y de la identidad cultural del individuo.

CAPÍTULO 1: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.

1.1 Tradición recreativa del cubano

El hecho de que vivamos en una Isla, y que el clima sea tropical, avala que a los cubanos les encante ir a la playa y realizar actividades al aire libre, por lo que la ubicación geográfica de Cuba influye en la tradición recreativa de su pueblo.

También existe una estrecha relación entre estas preferencias y la idiosincrasia del cubano. Si miramos las condiciones socio históricas en las cuales se conformó nuestra identidad vemos que estuvo alrededor de las industrias azucarera y tabacalera.

La vida cotidiana en Cuba era más popular, desinhibida, la élite fue un sector muy reducido. Los patrones recreativos que hoy vemos son los de esa mayoría alegre, espontánea, bullanguera, que gustaba de bailar.

1.2 Antecedentes de la Recreación

Antes del triunfo de la Revolución la esfera de la recreación, tenía sus propias características, las cuales fueron, la comercialización (apuestas) mediante carreras de caballo, la lucha libre, las carreras de perro, los casinos de juegos, amén de las muy difundidas por todo el país: las peleas de gallos, por lo que prácticamente, la recreación física no era patrimonio de nuestro pueblo trabajador y todas estas formas tendrían a su deformación.¹

Con el triunfo de la Revolución, comenzaron a solucionarse estos problemas y cuando las condiciones socio-económicas del país lo posibilitaron surgió el organismo que tendría la responsabilidad de aglutinar todos los esfuerzos en una dirección única: El Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación

¹ Política social del PCC. Tabloide especial: No 4: El deporte y la cultura física, Editorial Política, [200?], p 3-4

CAPÍTULO 1: Fundamentación Teórica

(INDER), en Febrero de 1961, con el objetivo de promover, planificar, dirigir y controlar las actividades deportivas y de recreación física del país, lograr la participación masiva del pueblo y favorecer que cada ciudadano pudiera incorporarse a la práctica del deporte de su preferencia.

El régimen de participación deportiva significó una nueva concepción al quedar excluidos los vicios del pasado y consagrarse a la lucha por la integración de distintos sectores de la población; todo ello dirigido a elevar la calidad de los servicios, confeccionar y perfeccionar los planes y programas, ampliar la participación popular, situar al país en un lugar destacado en la práctica del ejercicio físico e integrar las actividades físicas al sistema nacional de promoción de salud.

Su organización y correcta dirección los convierte en insustituibles medios de influencias educativas por cuanto facilita la creación y perfeccionamiento de hábitos sólidos de disciplina, voluntad y perseverancia, en condiciones de máximo esfuerzo físico y fuertes tensiones psíquicas. De igual modo constituye unas de las principales ocupaciones del tiempo libre de los niños, adolescentes y el resto de la población.

Esta institución deportiva ha realizado diferentes investigaciones de recreación, basadas en juegos tradicionales, una de ellas es: "El Comportamiento de la práctica de la recreación física en el curso regular diurno", del autor Santiago Acosta Miranda, correspondiente al curso 2005-2006, donde se demostró la importancia de ocupar el tiempo libre practicando actividades físicas, deportivas y/o turísticas; todos los encuestados afirman que en la medida en que se adquieren conocimientos y habilidades relativos a las actividades físicas y deportivas se incrementa la motivación por la práctica de las mismas. Resalta la falta de Instalaciones como el factor que con mas fuerza impide que los encuestados practiquen actividades físicas y/o deportivas considerando el importantes papel de lo los factores materiales en la realización de las actividades.

Otra investigación relacionada con el tema de la recreación la realiza Pedro Julio Cabeza, en su culminación de estudio de la Escuela de Trabajadores sociales durante el curso 2006'2007, con el título: "Ofertas y Demandas Recreativas en el consejo popular las Brisas". En ese estudio se pudo demostrar que la población está insatisfecha con las actividades recreativas que se realizan.

Los antecedentes de este proyecto se enmarcan en una investigación dirigida a la recreación sana para adolescentes y jóvenes del Municipio de Cumanayagua en una propuesta de proyecto de la Sede Universitaria Municipal del territorio, donde a partir de las dificultades y deficiencia de la recreación sana y de la insuficiente participación de los instructores de arte en actividades que se desarrollan, se propone una serie de acciones para planificar y realizar dicha recreación y que tribute al desarrollo integral de los adolescentes de la enseñanza media

1.2.1 Recreación

La recreación es una dimensión de la vida que cada vez se le reconoce más su importancia, sobre todo en un mundo donde es necesario nuevos espacios para la vivencia de significados asociados con la realización física, mental, emocional y espiritual. La recreación es unos de esos espacios.

La recreación es un fenómeno complejo, lo que ha llevado que sea objeto de estudio y desarrollo como una dimensión de la vida de múltiples significados y existencia propia.

El hecho de que la libertad, la multidimensionalidad y la contextualidad son componentes complejos y medulares de la recreación, implica que para lograr un diseño y operación efectiva de sus servicios, ya sea en el ámbito privado y público, se requiere fortalecer el área investigativa, la enseñanza especializada y profesionalizar su aplicación.

Existe evidencia de que el término recreación, se utiliza desde el siglo XV; no obstante, el desarrollo del tema se aceleró a partir de los años 1950, después de la

Segunda Guerra Mundial. La palabra recreación viene del latín recreativo, que significa aquello que refresca o restaura. Con bases a las investigaciones empíricas, los profesionales de la recreación (investigadores científicos, educadores, recreacionistas), generalmente definen la recreación como actividades realizadas durante el tiempo libre, placenteras, voluntarias, beneficiosas para las personas. Por ejemplo, se considera que las actividades recreativas son placenteras en la experiencia inmediata a raíz de la sensación restaurativa que provoca en el cuerpo, lo cual en un mayor plazo puede contribuir a mejorar la salud, la calidad y el estilo de vida de las personas en general. Por otra parte, el placer en la recreación, comúnmente se asocia con el gozo de las personas desde una perspectiva más integral: un gozo derivado del crecimiento de las personas (más allá de su recreación o restauración) no solo desde el punto de vista físico, sino que también desde las perspectivas mentales y espirituales²

FUNLIBRE (Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación), desde hace 18 años ha venido impulsando con vocación latinoamericanista, el fortalecimiento y desarrollo del sector de la recreación y tiempo libre en esta región. Esta organización seguirá brindando apoyo y soporte técnico a la red, pero es innegable que esta, sólo tiene sentido y se fortalece con el compromiso de todos aquellos que se vinculan. Ello no requiere de grandes esfuerzos: socializar documentación, promover la vinculación entre colegas y lo que es más importante, interactuar.³

En Cuba todos los ciudadanos tienen derecho a la educación física, al deporte y a la recreación; el disfrute de este derecho está garantizado por la inclusión de la enseñanza y la práctica de la Educación física y el deporte, en los planes de estudio del Sistema Nacional de Educación; y por la amplitud de la instrucción y los medios

² Los múltiples significados de la Recreación y Esparcimiento. En: (<http://www.redcreación.org/documentos/congreso9/GMolina.htm/>).

³ Consúltese <http://www.redcreación.org/relareti.http/>.

puestos a disposición del pueblo, que facilita la práctica masiva del deporte y la recreación⁴.

Uno de los objetivos centrales en nuestra sociedad lo constituye la formación de la nueva generación y para ello se hace necesario enfrentar con un enfoque científico el estudio de una serie de factores que influyen directamente en el desarrollo más armónico de la personalidad, entre estos cabe destacar el relevante papel que juega la recreación.

La recreación es el estado de regocijo y esparcimiento no impuesto (pero sí motivado y dirigido). Contribuye a la disminución de tensiones, emociones y energías acumuladas que ayudan a las relaciones entre los seres humanos, fomentando así el proceso de socialización. La recreación ocurre en las horas libres, donde se brinda al sujeto una diversidad de actividades que le proporcionan compensación en su actividad cotidiana.⁵

Con la recreación se alcanza una serie de valores que contribuyen a la dicha humana, se prevé los medios para que el individuo alcance la felicidad con un valor preventivo al ayudar al individuo a obtener una vida sana y feliz. La recreación contribuye estabilidad personal al permitir el descanso, relajación y actividades recreativas.

La recreación es necesaria al hombre dada su naturaleza bio-psico-social. Su forma, contenido y comportamiento son expresión de la cultura, desarrollo y calidad de vida. Es por tanto válido todo empeño por potenciarla, para ello es imprescindible integrar y direccional todas las acciones con el propósito de revertir las debilidades y amenazas del programa y recreación en fortaleza.

⁴ Tomado de Derechos, deberes y garantías fundamentales. En: Constitución de la República de Cuba, Editorial Pueblo y Educación, 1998, p-25

⁵ Martínez de Osaba Juan A y Cruz Blanco Geonaga Mayrilian. Pequeña Enciclopedia Olímpica y de la Cultura Física. Editorial Científico- Técnico, 2008, p 178.

Es una actitud o estado de ánimo que expresa la naturaleza misma del hombre, es fundamental para nuestro desarrollo integral ya que nos ayuda al desarrollo, no constituye un lujo sino una necesidad para el individuo, es una actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo que permita trascender lo límites, es un conjunto de saberes , actividades y procesos libertarios, su contenido y comportamiento son expresión de la cultura, desarrollo y calidad de vida, la recreación implica una participación activa del sujeto, es deleitar, disfrutar, es un conjunto de experiencias voluntarias de los seres humanos en el tiempo libre expresadas en la diversidad de intereses y otras motivaciones para la satisfacción de necesidades que contribuirán al descanso, la recuperación de las energías físicas y espirituales, la diversión, el perfeccionamiento de la salud, la integración social y con el medio natural, hacia el logro de un estado de bienestar pleno y creador que constituya una vía permanente de educación y formación de la personalidad para el mejoramiento de la calidad de la vida a partir del protagonismo del sujeto.

1.3 Recreación sana

En los últimos años el tema de la Recreación Sana ha cobrado un auge inusitado, lo cuál se justifica por la creciente toma de conciencia del papel que tiene el bienestar de los seres humanos y por los aportes de diversas investigaciones que han demostrado el importante efecto de los factores recreativos para la conservación y / o deterioro de la salud.

Fue a raíz del VIII Congreso de la Unión de Jóvenes Comunistas, en diciembre de 2004, cuando un concepto diferente de recreación enunciado por el Comandante en Jefe Fidel Castro, empezó a abrirse paso en las agendas de algunos directivos e instituciones. En la clausura de este evento nuestro Comandante se refirió⁶:

⁶ Castro Ruz, Fidel. Clausura del 8vo Congreso de la Unión de jóvenes comunistas. En: Granma, 6 de diciembre,2004,p 3-6

.....para todas las familias cubanas la batalla de deas ha significado mucho por las perspectivas de seguridad y desarrollo físico y mental que ofrece sin excepción alguna a sus hijos.

...Es por ello que urge proseguir la tarea de propiciar una recreación sana, útil y culta para nuestros jóvenes en las que utilicemos todas las posibilidades abiertas y los recursos con que hoy contamos gracias a los programas de la Revolución.

Uno de tantos programas lo conforman los Instructores de Arte, que se instaura el 20 de Octubre del 2004 llevando por nombre *Brigada José Martí*. Con la llegada de los Instructores de Arte como defensores de las raíces y tradiciones de la nación, defensores del buen gusto y jóvenes de conducta social correcta, se consolida la escuela como la institución cultural más importante de la comunidad. Este programa desde sus inicios tenía como objetivo desarrollar un programa de recreación sana desde los centros educacionales, así como consolidar un grupo de actividades que permitan que las escuelas se conviertan en el principal escenario de la comunidad; para el logro de este objetivo es necesario propiciar encuentros con los factores de la comunidad siendo este una de las prioridades de esta brigada dirigidas principalmente a niños, adolescentes y entorno familiar.

Podemos decir que la presencia de los instructores de arte en nuestras comunidades sin duda contribuirá a seguir elevando el nivel cultural de nuestra población, sintiéndose así comprometidos con lo que hacen y motivándose a trabajar por su escuela y comunidad. Esta es la principal tarea y hacer realidad el pensamiento de nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz cuando expresó: “Y sean los Instructores de Arte **Los abanderados de la Cultura y el humanismo** para que irradie con más brillo en las comunidades cubanas la luz de amor, arte y humanidad de la cual son dignos portadores”.

... Se requiere de la mayor integración entre todas las instituciones implicadas en el trabajo de difusión masiva, las que proceden y deben estar eternamente al servicio

de los conocimientos, la cultura, la recreación y la defensa de los valores e intereses más sagrados de nuestro pueblo.⁷

Hoy es una ineludible necesidad: Formar en las nuevas generaciones los sentimientos humanos, aquellos que hacen del ser humano y por tanto de los estudiantes seres más dignos, humanos, patriotas, solidarios, honestos, honrado, responsables y laboriosos, todo ello a partir de la formación de valores que son expresión de la cultura y componentes de la ideología; sirven como elementos reguladores de la conducta; se rigen en norma ideal y modelan las formas de actuación; se ubican en el plano espiritual y designan una significación positiva en las cosas que hacen; se forman en la vida diaria y se manifiestan en los hechos, fenómenos y relaciones entre los sujetos, ya sea en un grupo o clase social, o en la sociedad en su conjunto; participan de los sentimientos, los compromisos, las motivaciones, las actitudes y los intereses de cada individuo; para su educación requieren pensarse y desarrollarse en un sistema, pues se interconectan e interactúan unos con otros; están condicionados por el desarrollo y la experiencia histórico- social e individual y por los factores de influencia educativa.

Formar y fortalecer valores en la adolescencia es siempre una prioridad por considerarse este período como crítico del desarrollo que tiene ante todo una determinación histórico social, porque abre las puertas a un nuevo mundo que conlleva importantes y profundos cambios no solo en la propia imagen del individuo y en la manera de interactuar con sus iguales y el resto de las personas, sino que se extiende bien a nuevas formas de pensamiento. Los adolescentes alcanzan un nuevo y más complejo nivel de pensamiento que va a permitirles concebir los fenómenos de manera distintas a como lo habían hecho hasta entonces.⁸

⁷ Ídem

⁸ Domínguez García, Laura. Psicología del Desarrollo: Adolescencia y Juventud.. En: Selección de lecturas. Editorial Félix Valera,2003, P-12

Este proceso formativo es permanente y no tiene fronteras de edad, ejerce su principal acción en el trabajo con los niños, desde la más temprana edad, y con los adolescentes. La formación debe empezar con el descubrimiento infantil del mundo y de la sociedad, en el que comienza a transmitirse los valores, las normas, los gustos y las actitudes. En este complejo proceso la familia, los círculos infantiles y las escuelas tienen un papel de primer orden: enseñarles que en la sociedad existen infinitos modos de realizar actividades satisfactorias, ejercicio físico sistemático, competitivo y a su vez recreativo.

Uno de los problemas más acuciantes que ha tenido siempre la juventud cubana, y la mundial, es el empleo del tiempo libre. En países donde se le da preponderancia a la atención de los jóvenes está presente lo referido al tiempo libre, por ser esa la esfera de la vida donde se realiza la recreación.

Esta especificación la hace la Psicóloga Elaine Morales Chuco, subdirectora científica del Centro de Estudios sobre la Juventud (CESJ), institución que ha dedicado tiempo y energía al análisis de este tema, objeto de debates en la Cuba actual, donde se pretenden fomentar, junto a las tradicionales, nuevas maneras de esparcimiento.⁹

La recreación sana, tributa a la ocupación del tiempo libre de los adolescentes en actividades educativas, recreativas, culturales que si se proyectan adecuadamente contribuyen a su preparación político ideológica que se traduce en la formación de valores que acompañaran la personalidad de cada individuo desde el punto de vista bio- psico- social.

La recreación sana significa beneficios tanto para el alma como para el cuerpo, debemos acercar la cultura a la comunidad para tributar a ese modo nuevo de emplear el tiempo libre. El quehacer de los instructores de arte y los promotores

⁹ Consúltese <http://www.juventudrebelde.cu/cuba/2007-6-16/Proponer-nuevas-formas-de-recreacion-no-imponerlas>.

culturales permitirá que los aficionados tengan más oportunidades de disfrutar de las manifestaciones artísticas a que se inclinan.

Según define la investigadora del CESJ Aramilka Jiménez Cantero y Carmen Maury Toledo, trabajadora social, en su análisis “Recreación de los jóvenes en Cuba”; Para que esta recreación sea sana y culta debe aportar un saber en cualquier esfera del conocimiento y contribuir a un desarrollo armónico de la personalidad haciendo al individuo más apto física e intelectualmente.

Para Aramilka la recreación es el proceso donde se involucran los sujetos para realizar actividades que le brinden placer, disfrute, agrado durante su tiempo libre. Por tanto, la recreación depende de la voluntad y los intereses personales.

Para que el sujeto pueda seleccionar lo que prefiere, o lo que desea, es preciso que exista una red de instalaciones, de servicios, de formas recreativas que le permitan alternativas de mayor o menor calidad, pero que responden a sus necesidades y a sus intereses¹⁰.

Apoyándose en la base de este concepto, se puede decir que la recreación debe ir en busca del desarrollo integral del hombre entendido como ser social cuyas necesidades se satisfacen socialmente, desarrollando en forma armónica sus tres áreas de conducta: el hacer, el sentir y el pensar; búsqueda de coherencia entre su discurso y su emoción, su palabra, sus afectos y su acción. Desde esta concepción el hombre es protagonista, crítico, actor y transformador de la realidad. Además, la recreación es un medio para que el hombre pueda encontrarse; las técnicas y herramientas que utiliza son medios para descubrir valores.

¹⁰ Tomado de Andar para hacer camino. En: Bohemia, “Para el alma divertirse”. Año. 98, No. 16, Agosto, 2006, p 30

Una acción recreativa tiene intención explícita, se dirige a la modificación de actitudes y aptitudes, a transmitir conocimientos, a preservar valores patrimoniales del hombre, como lo es su identidad, su historicidad, su cultura.

Según Rolando Yero Travieso, Ideológico nacional de la UJC, el concepto de recreación sana, culta, útil no es difícil de acomodarlo a la idiosincrasia del cubano, pero si a los conceptos de quienes organizan y proyectan opciones recreativas.¹¹

No es difícil de acomodarlo a la idiosincrasia del cubano, pero sí cuesta trabajo acomodarla al modo de hacer y pensar de quienes organizamos las actividades recreativas y en particular las destinadas a los adolescentes. Muchos de estos espacios, aunque estén dedicados a esta edad, no le dan la importancia requerida, solo tienen un único interés: vender, sin importarles que sus mercancías fueran ron y cerveza.

Los jóvenes cubanos de forma general se entienden de forma sana, pero no disfrutan todavía con plenitud del abanico de opciones que hoy se abre para su tiempo libre, entre las alternativas que más acuden figuran: la TV, la música y la playa, pero entre las preferencias ocupan un lugar mas relevante los bailes.

Es importante sobre todo, que los jóvenes entiendan que ir al teatro o al museo, por ejemplo, constituye también una forma de recreo, porque unas de sus equivocaciones esta en pensar en que pasarla bien debe implicarse uno de manera activa, como sucede en el caso del baile y el deporte, pero la aparente pasividad al contemplar una obra de arte, leer, conservar, puede entrañar grandes riquezas.

Se dice fácil recreación sana, útil y culta y lograrlo hasta parece una tarea sencilla, pero la verdad es que es ciertamente complicado proponer opciones atractivas que

¹¹ Ibidem: p34

complazcan los gustos más disímiles y arrastren tras de sí a niños y jóvenes principalmente, pero también al resto de la familia cubana¹².

A ese reto se ha tenido que enfrentar nuevamente las diferentes instituciones afiliadas al Ministerio de la Cultura, pero también la Asociación Hermanos Saiz, La Brigada de Instructores de Arte José Martí, entre otras, las cuales han ido acaparando poco a poco el interés de la población, gracias al esfuerzo desplegado por el PCC y el Gobierno que en medio de reales dificultades han colocado la recreación como una de sus principales prioridades.

Así lo considera Rubén del Valle, Viceministro de la Cultura, quien está convencido que no es necesario llevar la cultura a los barrios, municipio o provincia porque está allí, se trata de potenciar los auténticos valores culturales y artísticos presentes en nuestro territorio, apoyándonos en los Promotores Culturales, Instructores de Arte, una tropa que antes no estaba, explotando al máximo las escuelas, que son sin dudas, la principal institución cultural de las comunidades.

Según las palabras del líder de la Revolución” Hay mucho que reparar, edificar y mejorar todavía en todas nuestras instalaciones sociales, se ha demostrado que es posible”; porque “ Quizás lo más útil de nuestros esfuerzos en la lucha por un mundo mejor será demostrar cuánto se puede hacer con tan poco, si todos los recursos humanos y materiales de la sociedad se ponen al servicio del pueblo.¹³

1.3.1 Características y valores de la recreación sana

La recreación posee los siguientes atributos o características:

¹² Estrada Betancourt, José Luis. Verano altamente cultural. En: Juventud Rebelde, 3-7-2008, p 4

¹³ Castro Ruz, Fidel. Clausura del 8vo Congreso de la Unión de jóvenes comunistas. En: Granma, 6 de diciembre,2004,p 3-6

- **Ocurre principalmente en el tiempo libre.** El tiempo de la recreación ocurre fuera de las horas de trabajo, cuando el individuo se encuentra libre para escoger su actividad deseada. Por consiguiente, la recreación se practica durante el ocio (se aparta de las obligaciones diarias).
- **Es voluntaria, la persona la elige sin compulsión de imaginación.** La recreación no es compulsiva. La persona es libre para seleccionar el tipo de actividad que más le interesa y que le provea satisfacción personal.
- **La recreación provee goce y placer.** Las actividades recreativas se disfrutan a plenitud. La recreación es en esencia una experiencia personal voluntaria a través de la cual se deriva directamente disfrute y satisfacción. El individuo incurre en una actividad recreativa porque recibe satisfacción o placer de las mismas o porque percibe valores sociales o personales.
- **Ofrece satisfacción inmediata y directa.** La única recompensa para el individuo es la satisfacción que proveen las actividades recreativas. El impulso o deseo que conduce a los participantes en las actividades recreativas proviene del disfrute y placer que se obtiene inmediatamente de la propia actividad.
- **Se expresa en forma espontánea y original.** Es lúdica, ya que incluye expresiones espontáneas e instintivas, la cual ha de ser del agrado de la persona, es decir, que de dicha actividad se obtendrá satisfacción o placer interno y externo. Se deriva placer de la misma (resulta en satisfacción inmediata e inherente al individuo)
- **Ofrece oportunidad de auto-expresión y de ella extrae la diversión.** De la recreación se reciben respuestas placenteras y gratificantes.
- **Le da la oportunidad al individuo de manifestar su creatividad.** La recreación ayuda a la renovación del espíritu. Provee un medio positivo para el mejoramiento de las dimensiones físicas, mentales y morales del individuo.
- **Provee un cambio de ritmo de la vida cotidiana.** Se refresca el individuo permite mantener un equilibrio de sus dimensiones físicas, mentales, emocionales, sociales y espirituales. Contribuye a una vida satisfaciente, disfrutable y abundante.

- **La recreación es sana, constructiva y socialmente aceptable.** Esto puede ser un área de controversia, puede lo que es sano para una cultura o país, puede ser denigrante en otro lugar del mundo. Esto implica que las normas morales locales dictan las pautas para lo que son actividades recreativas aceptables y constructivas y aquellas que no lo son. La recreación mejora y enriquece la vida personal.
- **Incluye actividades tanto pasivas como activas**
- **Puede ser novedosa.**

Valores de la recreación sana

Cuando hablamos de los valores de la recreación es inevitable coincidir en que están íntimamente relacionados con los valores del hombre, sus costumbres, su conducta, sus principios y su cultura en general, esto nos permite relacionar la recreación con la acción que promueve y genera valores dirigidos a la preservación y la optimización de la calidad de vida¹⁴ de quién la práctica.

Estos valores se pueden clasificar en:

Valores Biogénéticos: se traducen en conservación, mantenimiento y mejoramiento biológico del cuerpo, que permite equilibrar el sistema endógeno con agentes exógenos.

Valores Sociales: se traducen en comportamiento, aceptación, ajuste y ambientación del hombre al medio socio-cultural a través de actividades que permiten la relación, interacción y comunicación.

¹⁴ “La calidad de vida es "la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno".

Valores Físicos: se traducen en el desarrollo armónico del cuerpo humano y todos sus sistemas, produciendo un incremento general y una compensación al esfuerzo rutinario del trabajo y al stress social en función de su salud. Además contribuye a la consolidación del crecimiento y la inclinación hacia ciertas habilidades y destrezas necesarias para el desarrollo del deporte competitivo y la supervivencia social.

Valor Social: Es un fenómeno social a través del cual el adolescente canaliza sus inquietudes y expectativa comunitarios para subsistir, constituyendo a formar un ciudadano comunicativo e interesado en sus semejantes convirtiéndose en un elemento o agente facilitador de costumbres, culturas, necesidades e intereses en lo personal como en lo comunitario y al fomentar el fortalecimiento del espíritu de la confraternidad y de la comunicación, y a través del turismo presenta como una alternativa comunicacional entre las comunidades.

Valor económico: permite el desarrollo de recursos humanos en términos económicos, representa una fuente de ingreso para la sociedad, tal es el caso del Turismo que se proyecta a convertirse, en la primera organización de mayor disponibilidad económica para el desarrollo de una nación; generando nuevas formas de trabajo y alternativas positivas para la sociedad incentivando la creatividad y la continuidad del hombre en el tiempo.

Valor Educativo: se convierte en un laboratorio vivencial de experiencias de aprendizaje ya que el hombre aprende en la medida que se siente satisfecho, pues, las experiencias adquiridas a través de la participación en actividades que generan satisfacción perduran en el tiempo.

Valor espiritual: permite el fortalecimiento del espíritu y de la confianza en sí mismo y se intensifica la comunicación interior, manifestándose de la siguiente manera:

- Búsqueda de identidad social, espiritual y moral.
- Crecimiento personal en una vida de armonía y tranquilidad.
- Claridad de pensamiento honesto, sincero y desmedido.
- Respeto así mismo y a los demás.

- Admiración por la naturaleza y la importancia de su conservación.

Valor Ambiental: preservación del medio ambiente, lo que se traduce en el mantenimiento de nuestra esencia biológica y al mismo tiempo de la especie humana así como también el mantener una limpieza social de nuestras formas de vida social sin olvidar la preservación del equilibrio ecológico.

Valor preventivo: Ayuda al individuo a obtener una vida sana y feliz. La Recreación contribuye a la estabilidad emocional, al permitir descanso, relajación y actividades recreativas.

Valores Psicológicos: La participación en actividades recreativas genera satisfacción, agradabilidad y entrega; convirtiéndose en un mecanismo de liberación de stress y de energía psíquica así como la liberación catártica al renovar una fuente agotada de presiones sociales por una fuente de energía refrescante. Así mismo la recreación se convierte en una herramienta terapéutica capaz de lograr un equilibrio psíquico del hombre. Propicia alegría, entusiasmo, autorrealización y autoconfianza así como también la oportunidad para despertar inquietudes, enriqueciendo la calidad de vida.

1.3.2 Beneficios que aporta la recreación sana

Los beneficios que aportan a los adolescentes las actividades recreativas, lo cual hasta la fecha se ha estado midiendo sólo en términos de participación para la sana ocupación del tiempo libre, pero que en lo adelante tendrá que expresarse principalmente a través de la formación de valores.

1. Beneficios individuales: Se refiere a las oportunidades para vivir, aprender y llevar una vida satisfactoria y productiva así como para encontrar caminos para experimentar sus propósitos, placer, salud y bienestar. Entre los más específicos se encuentran: Una vida plena y significativa, balance entre trabajo y juego, satisfacción con la vida, calidad de vida, desarrollo y crecimiento personal, autoestima, sentido de

acompañamiento, creatividad y adaptabilidad, solución de problemas y toma de decisiones, salud y mantenimiento físico, bienestar psicológico, apreciación y satisfacción personal, sentido de aventura, etc.

2. Beneficios comunitarios: Se refiere a las oportunidades para vivir e interactuar con la familia, la escuela, los vecindarios, las comunidades y el mundo. Ninguna persona es una isla, vivimos e interactuamos con otros, la recreación y los parques juegan un rol integral en la provisión de oportunidades para estos tipos de interacciones. Beneficios más específicos incluyen: integración familiar, tolerancia y comprensión étnica y cultural, apoyo para los jóvenes, condiciones adecuadas para los adultos mayores, reducción de la delincuencia, comprensión y tolerancia, entre otras.

3. Beneficios ambientales: Provee y preserva parques y espacios abiertos, mejora la motivación para visitar un área, así como contribuye a la seguridad y salud de sus habitantes; beneficios más específicos incluyen: Salud y protección ambiental, salud física y bienestar, reducción del estrés, recursos para la comunidad, incremento de los valores de la propiedad, limpieza del aire y del agua, protección del ecosistema.

4. Beneficios económicos: Los parques y la recreación contribuyen al bienestar de los individuos para la continuidad y viabilidad de las comunidades y el mundo. Otros beneficios incluyen: estímulo económico, reduce los costos de salud, reduce el vandalismo y el crimen, cataliza el turismo, mantiene una fuerza de trabajo productivo.

1.3.3 Elementos que posee la recreación sana:

➤ **Un objeto que son indudablemente**, los gustos y preferencias recreativas de la población en su diversidad de grupos de edades, de géneros ocupacionales, etc. De modo que no es posible concebir y desarrollar un buen proyecto recreativo si ellos no

son tenidos en cuenta, para lo cual el primer paso será un efectivo trabajo de levantamiento, o búsqueda de información en el terreno, y un cuidadoso diagnóstico en función de los objetivos planteados.

- **La tarea más importante** que tiene ante sí, es asegurar la sistematicidad y permanencia de sus actividades para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes de lunes a domingo y de enero a diciembre. Es decir: en todo momento.
- **Un soporte material** que es el medio ambiente, donde se desenvuelve el colectivo humano, caracterizado por su comunidad urbana o rural, apoyándose además en el conjunto de instituciones comunitarias, dentro de las cuales la escuela ocupa un lugar fundamental como gestora por excelencia de procesos educativos y formativos.
- **Un soporte temporal** que es el tiempo libre, considerando como tal aquel momento en que las personas disponen de todas sus posibilidades para dedicarse a placenteras actividades auto condicionadas, como complemento de las obligaciones y tareas que deben desempeñar en la sociedad.

Por tanto en las posibilidades de desarrollo espiritual y físico que encuentra los adolescentes en el tiempo libre, al presentarse la recreación como una actividad integral de desarrollo multifacético, como un fenómeno de formación general, constituidas por formas recreativas específicas, las cuales representan los más diversos sectores de las actividades del hombre y por consecuencia cumple un papel coadyuvante en la formación de la personalidad en el socialismo, radica la verdadera dimensión en importancia que para la sociedad socialista posee la utilización positiva y creativa del tiempo libre.

El tiempo libre es una esfera de la vida cotidiana. Cada persona tiene varias esferas a las que se dedica: la familia, el estudio, el trabajo, el tiempo libre, el área de subsistencia y la actividad socio-política, que en Cuba es tan importante. De ahí que

el tiempo libre se conforma a partir de lo que resta de las obligaciones en estas esferas.

- **Un mercado objetivo ideológico**, como expresión de principios y valores humanos, de fortalecimiento de los sentimientos de pertenencia y de identidad nacional, puestos de manifiesto mediante juegos tradicionales y otras acciones que la inserten en la batalla que hoy libramos frente a la penetración ideológica extranjerizante, y la proliferación de vicios y otras acciones deformadoras de la conducta, principalmente entre la población adolescente.
- **La recreación como fenómeno sociocultural**. Solo tiene existencia en la comunidad humana, es realizada por los hombres que viven en sociedad y es un fenómeno cultural, ya que esta característica deviene del hecho de que el contenido de la recreación está representado por formas culturales, favoreciendo el modo, la calidad y el estilo de vida de la población.
- **Lo saludable en la recreación**: Está dado cuando se manifiesta una conducta de riesgo que puede afectar la salud y el estilo de vida saludable, por ser este componente integral ya que involucra la buena alimentación, la recreación, el sueño, el ejercicio físico, el alimento del espíritu, entre otros factores personales, familiares y sociales.

1.4 Estilo de vida y estilos de vida saludables. Conceptos.

Estilo de vida es esa forma peculiar, personal, de desarrollar la actividad y depende de su experiencia, de las capacidades formadas, de sus preferencias, de sus particularidades fisiológicas y psicológicas en general.¹⁵

¹⁵ Programa de formación de trabajadores sociales. Módulo 6: El trabajador social y el desarrollo sostenible. Editorial Félix Valera, 2007, p-15.

El estilo de vida es la manera en que las personas organizan todas sus actividades diarias, se orienta a partir de la escala de valores y necesidades, que tiene una persona o familia, es el modo, la forma de comportamiento, el uso, la práctica, las costumbres, los gustos, la moda, elegancia o distinción de una persona o cosa.

El estilo de vida es expresión de la personalidad y una condición importante de su desarrollo, es un modo de vida individual, es la forma de vivir de las personas. Se relaciona con la esfera conductual y motivacional del ser humano, y por tanto alude a la forma personal en que el hombre se realiza como ser social en condiciones concretas y particulares.¹⁶

Es por ello que todo estilo de vida se basa en:

- a) Reacciones habituales individuales
- b) Pautas de conducta aprendidas y que están relacionados influenciados por los Padres, la familia, hermanos, la escuela, amigos de la calle, profesores.

Por tanto el estilo de vida saludable, es aquel que permite ir introduciendo en la manera de vivir de las personas, pautas de conductas, que tanto individual como colectivamente de forma cotidiana, mejora su calidad de vida.

Todo estilo de vida está favorecido por los hábitos, costumbres, modas, Valores existentes y dominantes en cada momento, en cada comunidad; estos factores enumerados tienen como característica común que son aprendidos y por tanto modificables a lo largo de toda la vida. Es por ello que resulta evidente la necesidad de conocer estos hábitos, costumbres, modas y valores.

Entre los elementos a considerar favorecedores de inducir a los adolescentes a adoptar estilos de vida sanos, destacaremos:

- Saber utilizar de forma positiva la publicidad

¹⁶ Álvarez Sintés. Roberto. Temas de Medicina general Integral, volumen I. Editorial Ciencias Médicas, 2001, p-40

- Empleo generalizado entre los adolescentes del deporte como forma de empleo del ocio.
- Prevalencia de una cultura que apoye y defienda que los recursos naturales son limitados.
- Existencia de asociacionismo juvenil y óptima participación de los adolescentes en su comunidad.
- Hábitos culturales y deportivos en el empleo del tiempo libre.
- Buen uso de los servicios públicos.
- Comunidad como potenciadora de las redes de apoyo social
- Comunidad reconocedora de las conductas positivas.

Entre los elementos que se han detectado como desfavorecedores o sea que pueden estar dificultando estilos de vida sanos o potenciando prácticas de riesgo para la salud, se destacan por su importancia y frecuencia entre los adolescentes:

- Abuso de drogas,
- Moda de fumar en los adolescentes,
- Cultura de la violencia, agresividad,
- Temprano comienzo y mal uso de las bebidas alcohólicas,
- Incorrectos hábitos de relación sexual,
- Fomento de la competitividad entre los jóvenes,
- Recursos necesarios poco accesibles.

Por ello la recreación sana involucra al sujeto en actividades que le proporcionan disfrute, y a su vez le brindan conocimiento. Mediante esta se pretende lograr un crecimiento espiritual, físico e intelectual del individuo; de manera tal que pueda desarrollarse multifacéticamente, prepararse para la vida y ser más integral.

Hoy es necesario crear en las nuevas generaciones, valores, hábitos de conductas, a partir de la educación y disciplina; cada vez se hace más frecuente que encontremos a adolescentes que no respetan las normas más elementales de la vida en sociedad, demostrando irrespeto al espacio de los otros, reflejando una clara muestra de egoísmo que nada tiene que ver con los patrones, valores y forma de

vida en las que ha crecido y ha sido educado el individuo. Ante este hecho puede aparecer la siguiente interrogante: ¿Qué es mi estilo de vida saludable?

Ésta es una pregunta que se debe hacer con frecuencia, para detectar aquellas costumbres que afectan la propia salud y bienestar. Existen muchas costumbres que son perjudiciales y sin embargo se vuelven parte de la vida de una persona, por ejemplo: el hábito de fumar, el alcoholismo, no realizar ningún tipo de deporte, no compartir actividades en familia; entre otras.

Muchas de estas costumbres que forman parte del estilo de vida de los adolescentes interfieren negativamente en su desarrollo, porque una acción repetida se vuelve un hábito, un hábito repetido se vuelve una costumbre y la práctica de una serie de costumbres se vuelve un estilo de vida.

1.5 Características de los adolescentes¹⁷:

El adolescente, se encuentra inmerso en la actividad docente, tarea a la que dedica gran parte de su tiempo; en este tiempo el carácter de la actividad de su estudio cambia esencialmente, tanto por su contenido como por su forma. En esta etapa son sus cualidades personales, psicológicas y morales, las que determinan la posición dentro del grupo.

En términos generales la adolescencia, se caracteriza por significativos cambios biológicos, por una posición social intermedia entre el niño y el adulto, en cuanto a estatus social, ya que el adolescente continúa siendo un escolar, depende económicamente de sus padres, pero posee potencialidades psíquicas y físicas muy semejantes a los adultos.

Según Jean Piaget, estudioso del pensamiento infantil, es en esta etapa donde se alcanza la reversibilidad completa en el plano del pensamiento.

¹⁷ Domínguez Garcías, Laura. Psicología del desarrollo: Adolescencia y juventud. En: Selección de lecturas. Editorial Félix Valera, 2003, p – 459-468.

Todo lo anterior permite decir que la adolescencia se distingue teniendo como base los logros del desarrollo de la personalidad alcanzados en etapas anteriores. Etapa donde se produce un importante desarrollo de su esfera moral; formación de la personalidad; surgimiento de un nuevo nivel de autoconciencia. Este desarrollo está determinado, en gran medida, por la necesidad del adolescente de conocerse así mismo y ser independiente. Además la autovaloración adquiere un carácter consciente y generalizado.

En sentido general, es característico en los adolescentes su gran excitabilidad emocional, lo cual es muestra de su elevada sensibilidad- afectiva, sus sentimientos se hacen más variados y profundos, surgiendo así nuevos conceptos como el amoroso.

Sin duda, el adolescente requiere, paralelo al proceso docente educativo, realizar actividades recreativas orientadas en cada etapa de su vida, para contribuir al desarrollo de su cuerpo, de su pensamiento; acciones que reafirman y condicionan un grupo de actividades y valores, imprescindibles para su vida futura.

1.6 Participación Comunitaria y participación Institucional: ¹⁸

Los actores sociales son los individuos, grupos organizaciones o instituciones que actúan en un escenario concreto o fuera de este, representando sus intereses. Cada uno de ellos jugará un rol determinado y ejercerá una influencia específica.

La participación es un proceso activo encaminado a transformar las relaciones de poder y tiene como intención estratégica incrementar y redistribuir las oportunidades de los actores sociales, de tomar parte en los procesos de toma de decisiones, nace de la necesidad individual y colectiva y lleva implícito todo un conjunto de procesos políticos, sociales y psicológicos, en tanto está protagonizado por el hombre y las estructuras y espacios donde se concretan, los cuales forman parte de la

¹⁸ Sánchez Vidal, Alipio. Intervención comunitaria: concepto, proceso y panorámica. En: Selección de lecturas sobre Psicología Social y Comunitaria, p 36-44.

multiplicidad de escenarios sociales que son subconjuntos de una sociedad determinada que imponen tipos específicos de relaciones globales.

La base orgánica para lograrla son las agrupaciones humanas que incluyen formas con diferentes niveles de estructuración, ellas suponen una necesidad y una voluntad comunes formalizadas para alcanzar un propósito, conducirse a sí misma, y sobre todo relacionarse con los de afuera y lograr los beneficios. Allí se despliega de manera orgánica, tácticas y estrategias que conducen a la solución. Se toman decisiones y se generan actividades. Se establecen normas y se conjugan intereses y las personas se ubican frente a frente relacionándose mutuamente.

La participación es un ejercicio que brinda los medios de intervenir en el desarrollo y permite ir creando espacio, para influir en las decisiones que afectan la vida.¹⁹

Se dice que la comunidad es el espacio estratégico más importante para el desarrollo de un país y la voluntad de buscar nuevas formas de participación.

Se necesita generar una cultura de la participación. No basta solamente la voluntad de hacer, se necesita saber como hacerlo.

Son beneficios potenciales de la participación:

- ✓ Contribuir a una resolución más eficaz de los problemas.
- ✓ Fomentar la integración social, reforzando y estructurando a las comunidades.
- ✓ Desarrollar el sentido de pertenencia y la identificación de las personas con su medio.
- ✓ Proporcionar oportunidades para el aprendizaje y para ejercer la responsabilidad ambiental.
- ✓ Facilitar que los intereses de las personas sean tenidos en cuenta.

¹⁹ Montero Maritza. La comunidad como objetivo y sujeto de la acción social. Curso de Formación de trabajadores sociales. Selección de Lecturas sobre Psicología Social y Comunitaria de Norma Vasallo Barrueta y Lourdes Ibarra Mustelier, p 62.

- ✓ Prevenir conflictos futuros.
- ✓ Comprender mejor y proporcionar mayor legitimidad a las decisiones alcanzadas.
- ✓ Facilitar la continuidad de las intervenciones decididas.

Es lógico pensar que la búsqueda de un nuevo modelo de desarrollo, basados en criterios de sostenibilidad, es responsabilidad de todos y que solo a través de la participación y el consenso social se encontrará las soluciones más apropiadas antes de problemas y escenarios concretos.

La participación institucional, es la participación de aquellas entidades presentes y activas en las diversas tareas organizativas, ejecutivas y evaluativas, cada una de ellas jugando un rol determinado y ejerciendo una influencia específica. Interviene en la toma de decisiones que incluye todo un proceso que va desde la identificación de las necesidades y los problemas, la articulación de los objetivos, la formación y negociación de propuesta para la solución, ejecución y evaluación de las acciones y el respaldo de los beneficios.

La participación comunitaria es mucho más que contribuir con trabajos o suministros. Es participar en la toma de decisiones, para elegir un proyecto comunitario, planificarlo, implementarlo, gestionarlo, supervisarlos y controlarlo.²⁰ Participación en esta investigación significa intervenir en la toma de decisiones, el control y la coordinación, siempre en respuesta a objetivos comunes que beneficien la comunidad.

Una comunidad organizada que logre sistematizar el desarrollo de programas recreativos reales dirigidos a sus habitantes y que a través de la educación del tiempo libre, sea capaz de fomentar una cultura recreativa que responda a satisfacer

²⁰ Fontaine Vidal, Francisco. Algunas herramientas para el trabajo social comunitario. Editorial Félix Valera, 2007, p. 208-209

CAPÍTULO 1: Fundamentación Teórica

sus necesidades e intereses recreativos, en función de la salud individual y colectiva, y la construcción positiva del tiempo libre, se encuentra en el camino para optimizar su calidad, estilo de vida y por ende de su propio desarrollo.

CAPÍTULO 2: FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN.

2.1 Diseño Metodológico.

Tema: La Recreación Sana en el municipio de Cumanayagua.

Problema: ¿Cómo lograr una recreación sana que favorezca el desarrollo de estilos de vida saludables en adolescentes de Enseñanza Media del área urbana de Cumanayagua?

Objetivo General

Elaborar una Estrategia de intervención que favorezca el desarrollo de estilos de vida saludables en adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua a través de la práctica de una recreación sana.

Objetivos Específicos

- ❖ Caracterizar la situación actual de la recreación sana para adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua.
- ❖ Describir la participación de los organismos estatales, instituciones y estudiantes en la realización de la recreación sana.
- ❖ Analizar la estrategia de intervención propuesta con un grupo de expertos pertenecientes a los sectores de Cultura, Inder y Educación para desarrollar la recreación sana en adolescentes de la Enseñanza Media del área urbana de Cumanayagua.

Idea a Defender

Una estrategia de intervención que mejore las condiciones de realización de la recreación sana, modifica favorablemente el desarrollo de estilos de vida saludable para los adolescentes y la convierte en potenciadora de bienestar individual y social.

2.2 Principales Conceptos

Recreación: Es un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización Y mejoramiento de la calidad de vida individual y social median la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento

Recreación sana: Es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el Proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante actividades terapéuticas, profiláctica, cognoscitivo, deportivo artística- cultural, mediante las cuales se obtienen felicidad satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad. Todo ello depende de la voluntad e intereses personales.

Urbano: Se asocia a factores demográficos, económicos y sociales recogidos en los censos y que respecto a los contextos históricos puede cambiar de país a país. Es una forma particular de organización espacial de la población humana; tiene como características la dimensión y actividad, aspectos del núcleo, actividad no agrícola, modo de vida.

Participación institucional: Es la participación de aquellas entidades presentes y activas en las diversas tareas organizativas, ejecutivas y evaluativos, cada una de ella jugando un rol determinado y ejerciendo una influencia específica

Intervención comunitaria: Es el conjunto de acciones desarrolladas en una comunidad con el objetivo de cubrir sus necesidades primarias y elevar así el bienestar individual y colectivo.

Adolescencia: Proviene del término adolece. Es una etapa de la vida en la cual se suceden sistemáticos cambios relacionados con las actitudes asumidas antes

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

diferentes en los aspectos psicológicos, fisiológicos, socioculturales y biológicos. Es un período de cambios biológicos rápido, que se caracteriza por una intensificación del crecimiento y desarrollo. Se inicia entre los 12 y 17 años.

Estilos de vida saludables: Es aquel que permite ir introduciendo en la manera de vivir de las personas, pautas de conductas, que tanto individual como colectivamente de forma cotidiana, mejora su calidad de vida.

2.3 Operacionalización de las variables

Variables	Conceptualización	Dimensión	Indicadores
Recreación sana	Tipo de actividad agradable o experiencias disfrutables. Depende de la voluntad e intereses personales.	Institucional	Instituciones y organismos involucrados. Planificación y Participación de actividades. Frecuencia de la participación.
		Comunitaria	Satisfacción de necesidades e intereses. Formas de inserción de los adolescentes. Participación activa y sistémica de los adolescentes.
		Educacional	Conocimiento de las actividades realizadas.

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

			Participación en la realización de actividades Niveles de satisfacción. Fortalecimiento de valores.
		Cultural	Fortalecimiento de la Identidad. Reconocimientos de las Tradiciones. Gusto estético
Estilo de vida saludable	Está favorecido por los hábitos, costumbres, modas, Valores existentes y dominantes en cada momento	Individual.	Fortalecimiento de hábitos, costumbres que favorezcan la salud físico- mental. Fortalecimiento de los valores.
		Social	Fortalecimientos de las relaciones comunicativas. Fortalecimiento de la identidad. Socialización de costumbres, necesidades e intereses.
Adolescencia.	Un período de cambios biológicos	Individual	Fortalecimiento de hábitos, costumbres que favorezcan la salud físico- mental.

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

	rápido, que se caracteriza por una intensificación del crecimiento y desarrollo		Fortalecimiento de los valores y de la comunicación interpersonal.
		Comunitaria	Satisfacción de necesidades e intereses. Participación activa y sistémica de los adolescentes Fortalecimiento de la Identidad cultural.

2.4 Justificación Metodológica

Pluralidad en la metodología

Ante la necesidad de emplear la combinación de métodos de paradigmas diferentes, la presente investigación hace uso de la mezcla de los paradigmas cuantitativo y cualitativo, partiendo del criterio de varios autores sobre la ausencia de incompatibilidad de esta combinación.

“Un científico que desea maximizar el contenido empírico de los puntos de vista que sustenta y que quiera comprenderlos tan claramente como sea posible, tiene que introducir otros puntos de vista; es decir, tiene que adoptar una metodología pluralista”²¹

Los factores sociales y subjetivos desempeñan un papel crucial en la producción de conocimientos y precisamente es necesario conocer en detalles el contexto donde se desarrolla el fenómeno para comprender e interpretar mejor los

²¹ De Urrutia, Lourdes. Metodología de la Investigación Social I. Lourdes Urrutia, Graciela González.—La Habana: Editorial Félix Valera, 2003, p 15

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

sentimientos, el pensamiento y la conducta humana. A partir de este postulado se emplea la metodología cualitativa que es tan válida como la cuantitativa.

La metodología cualitativa no es incompatible con la cuantitativa, lo que obliga a una reconciliación entre ambas y recomienda su combinación en aquellos casos y para aquellos aspectos de la metodología que reclaman.²²

2.5 Alternativas Metodológicas.

- **La observación**²³

La investigación cualitativa puede realizarse no solo preguntando a las personas implicadas en cualquier hecho o fenómeno social, sino también observando. Para responder cierto interrogante, la observación puede ser el enfoque más apropiado.

La observación permite obtener información sobre un fenómeno o acontecimiento tal y como este se produce. Además constituye un proceso deliberado y sistemático que ha de estar orientado por una pregunta, propósito o problema.

En este trabajo, la observación se dirige a:

- Planificación de las actividades propuestas para la Recreación Sana.
- Preparación de las actividades.
- Participación de los estudiantes, organismos e instituciones.
- Realización de las actividades.
- Ofertas gastronómicas. (Anexo 1).

Para el análisis se tiene en cuenta:

²² Ruiz Olabuenága, José Ignacio. Metodología de la Investigación Cualitativa / José Ignacio Ruiz Olabuenága. España: Universidad de Deusto, 2003, p 156

²³ Rodríguez Gómez, Gregorio. Metodología de la Investigación Cualitativa / Gregorio Gil Gómez, Javier Gil Flores, Eduardo Garcías Jiménez. Editorial Félix Valera, 2006, p 149-150

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

- Momentos: Personas que participan en la planificación ,participantes en la preparación ,organización de las actividades, asistencias de los alumnos, motivación ,interés ,diversidad de actividades, expresiones de los estudiantes ,de la familia ,de los profesores.

- **La encuesta**²⁴:

Es uno de los procedimientos de investigación más populares y conocidos dentro de la investigación social. Poco a poco se ha convertido en la técnica más utilizada en el campo de la sociología empírica y aplicada, su empleo suele asociarse a enfoques y diseños típicamente cuantitativos. Puede realizarse de dos formas: oral y se le denomina entrevista y la escrita, llamada cuestionario.

Los cuestionarios se construyen para contrastar puntos de vistas, no para explorarlos; favorecer al acercamiento de a formas de conocimientos nomotético no ideográfico; su análisis se apoya en el uso de estadísticos que pretende acercar los resultados en unos pocos elementos (la muestra) a un punto de referencia más amplio y definitorio (la población); en fin, suele diseñarse y analizarse sin constar con otras perspectivas que aquella que refleja el punto de vista del investigador. El cuestionario como técnica de recogida de datos puede prestar un importante servicio en la investigación cualitativa. Pero para ello, es necesario que en su elaboración y administración se respete algunas exigencias fundamentales:

- ✓ El cuestionario es un procedimiento de exploración de ideas y creencias generales de algún aspecto de la realidad;
- ✓ El cuestionario se considera como una técnica más, no la única ni la fundamental, en el proceso de la recogida de datos;
- ✓ En la elaboración del cuestionario se parte de los esquemas de referencia teóricos y experiencias definidos por un colectivo determinado y en relación con el contexto del que son parte;

²⁴ Fontaine Vidal, Francisco. Algunas herramientas para el trabajo social comunitario. Editorial Félix Valera, 2007, p-39.

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

- ✓ El análisis de los datos del cuestionario permite que la informaciones comparta por participantes en la investigación;
- ✓ La administración del cuestionario no produce rechazo alguno entre los miembros de determinado colectivo, sino que es mayoritariamente aceptado y se le considera una técnica útil en el proceso de acercamiento a la realidad estudiada.

Es por ello que el cuestionario se define como una forma de encuesta caracterizada por la ausencia del encuestador, por considerar que para recoger información sobre el problema objeto de estudio es suficiente una interacción impersonal con el encuestado. Es una técnica de recogida de información que supone un interrogatorio en el que las preguntas establecidas de antemano se plantean siempre en el mismo orden y se formulan con los mismos términos. Esta técnica se realiza sobre la base de un formulario previamente preparado y estrictamente normalizado.²⁵

En nuestro estudio el cuestionario está dirigido a identificar el estado de conocimiento y necesidades, así como la participación que tienen los adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua relacionada con la práctica de la recreación sana. Se les aplicó una muestra probabilística 290 estudiantes. Con él se obtuvo información sobre la situación actual de la recreación sana, teniendo en cuenta criterios planteados sobre el desarrollo de esta actividad. (Anexo 2)

- **La entrevista en profundidad**²⁶

La segunda gran técnica de la investigación cualitativa es la entrevista, es una técnica en la que una persona (entrevistador) solicita información de otra o de un

²⁵ Rodríguez Gómez, Gregorio. Metodología de la Investigación Cualitativa / Gregorio Gil Gómez, Javier Gil Flores, Eduardo Garcías Jiménez. Editorial Félix Valera, 2006, p 185-186

²⁶ Ídem:168-169

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

grupo (entrevistado o informantes), para obtener datos sobre un problema determinado. Presupone, pues, la existencia al menos de dos personas y la posibilidad de la interacción verbal; es decir, se utiliza para la obtención de la información, mediante una conversación profesional con una o varias personas para un estudio analítico de investigación o para contribuir en los diagnósticos o tratamientos sociales.

En los estudios cualitativos se emplea la entrevista en profundidad con el objetivo de ampliar la información obtenida en otros métodos o esclarecer aspectos medulares para los objetivos, Este tipo de entrevista parte de un propósito explícito, supone un proceso de aprendizaje mutuo, implica expresar interés e ignorancia por parte del entrevistador, es utilizada para obtener información sobre determinado problema y a partir de él establecer una lista de temas, en relación con los que se focaliza la entrevista, quedando ésta a libre discreción del entrevistador, quien podrá sondear razones y motivos, ayudar a establecer determinado factor.

En la presente investigación se aplicó la entrevista a 20 sujetos que se corresponden con el 100% de las personas pertenecientes a diferentes organismos e instituciones que se vinculan con la planificación y organización recreación sana en el municipio, (Anexo 3, 4, 5, 6).

2.6 Tipo de investigación:

En este caso se utiliza los estudios descriptivos, según el alcance que tendrá la investigación. Los estudios descriptivos sirven para analizar como es y se manifiesta un fenómeno y sus componentes, miden de manera más bien independiente los conceptos o variables a los que se refieren (con mayor precisión

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

posible.). Aunque pueden integrar las mediciones de cada una de dichas variables para decir cómo es y cómo se manifiéstale fenómeno de interés²⁷.

Como se refiere Dankhe la investigación descriptiva, requiere considerable conocimiento del área que investiga para formular las preguntas específicas que busca responder. La descripción puede ser más o menos profunda, pero en cualquier caso se basa en la medición de uno o más atributos del fenómeno descrito. Ella busca especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades, o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis.

2.7 Tipo de muestra²⁸.

En esta investigación se utiliza una muestra probabilística, estas son esenciales en diseño de investigación por encuestas. Para este tipo de muestra es necesario determinar su tamaño y seleccionar los elementos muestrales, de manera que todos tengan la misma posibilidad de ser elegidos.

Las Secundarias Básicas José Esteban Tartabull y Manuel Prieto” tienen una matrícula de 1052 estudiantes en las edades comprendidas entre 12-15 años, Se tuvo en cuenta la participación de los 3 grados que conforman la enseñanzas media. Para determinar el tamaño de la muestra fue preciso utilizar la fórmula siguiente:

$n' = \frac{S^2}{V^2}$; Donde S^2 es la varianza de la muestra y V^2 es la varianza de la población.

Lo cual se ajusta si se conoce el tamaño de la población N. Entonces tendremos que:

²⁷ Hernández Sampier, Roberto. Metodología de la Investigación. Editorial Félix Valera, 2003, P 76-77.

²⁸ Ibídem: 219-220.

$$n' = \frac{n'}{1 - \frac{n'}{n}}$$

La muestra total por la fórmula, se define en 290 sujetos y al aplicar la media para ambas escuelas se distribuye un total de 145 para cada una. Para realizar la distribución por grado escolar se realiza el siguiente procedimiento de selección:

La selección es aleatoria. Para asegurarnos que cada elemento tenga la misma probabilidad de ser escogidos, se utilizó el procedimiento de la Tómbola. Aunque es muy simple pero no muy rápido, consiste en enumerar todos los elementos maestres del 1...al n. Hacer fichas, una por cada elemento, revolverlas en una caja, e ir sacando n fichas. Los números escogidos al azar, conforman la muestra.

2.8 Muestra de Experto. Descripción del grupo nominal de expertos:

En ciertos estudios es necesaria la opinión de sujetos expertos en un tema. Estas muestras son frecuentes en estudios cualitativos. Estas muestras son útiles y válidas cuando los objetivos de estudios así lo requieren.²⁹

El grupo nominal de expertos es una variante entre el Brain Storming y el Delphi, algunas características del mismo son que es ideal para grupos de entre 10 a 20 expertos, a los cuales se les define abiertamente el objetivo, cada experto brinda sus ideas en forma anónima escrita, uno de los requisitos es que no se debe evaluar ninguna idea hasta que todos los resultados se conozcan. Todos los puntos deberán debatirse antes de efectuar la votación y la misma debe limitarse a la discusión en la presentación de los pros y los contras de cada punto, se permite la presentación de una nueva idea a partir del análisis. Destacando que se realizan tantas votaciones como sean necesarias, para llegar a las ideas finalmente aprobadas por la mayoría. Se utiliza para facilitar la búsqueda de soluciones consensuales. (Anexo15)

²⁹ Hernández Sampier, Roberto. Metodología de la Investigación 1. Editorial Félix Valera, 2003. P-236.

CAPÍTULO 2: Fundamentos Metodológicos de la Investigación

En esta investigación se le presentará la estrategia de Intervención a un grupo de 11 expertos, seleccionados mediante el muestreo por conveniencia. Este muestreo tiene sus consideraciones de tipo práctico, en las cuales se busca obtener la mejor información en el menor tiempo posible, de acuerdo con las circunstancias concretas que rodean tanto al investigador como a los sujetos o grupos estudiados.³⁰ (Anexo16).

³⁰ Sandoval Casilimas, Carlos A. Investigación cualitativa. Editores e impresores Ltda., 2002,p 124.

CAPÍTULO 3: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

3.1 Situación actual de la recreación sana para adolescentes de las Secundarias Básicas.

La recreación sana en el área urbana de Cumanayagua, comienza a desarrollarse en el 2002, a partir de los programas de la Revolución que incluía una recreación diversificada en la edad de la adolescencia.

Desde los primeros momentos comienza a desarrollarse en las escuelas pertenecientes a las secundarias básicas, Palacio de pioneros, Casa de la Cultura hasta llegar a la Casa del Educador, lugar escogido por los estudiantes y por estar en el centro del pueblo. El municipio cuenta con un diseño recreativo, el mismo está en función del adolescente; está montado en un sistema de actividades sistemáticas donde el protagonista es el propio adolescente. En este diseño se logra presentar diferentes manifestaciones de la cultura como son: teatro, danza, artes plástica, música, taller literario, entre otras; rescatando siempre las tradiciones culturales del cubano, en el que juega un papel determinante los Instructores de Arte de las Escuelas como eje conductor de este programa en función de satisfacer las necesidades del escolar.³¹

Como se aprecia en la tabla # 1, se presenta un análisis entre los indicadores, sexo, edad y grado. Se cree importante señalar que fueron seleccionados, 96 estudiantes de 7mo grado, representando un (17,9% del sexo femenino y 15,1 % del sexo masculino); 97 estudiantes de 8vo (19,3% del sexo femenino y 14,1% masculino) y 97 alumnos de 9no grado (13,1% del sexo femenino y 20,3 % masculino), esto se debe a que son estos últimos grados los que más participan en la recreación. (Anexo 1).

³¹ Tomado de Entrevista realizada a Margarita Domínguez Arnendo. Vicepresidenta del CAM, Abril del 2009.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Tabla # 1
Caracterización de los encuestados por edad, sexo y grado
Cumanayagua
Abril / 2008

Sexo	Grado	Edad (años)				Total	% (290)
		12	13	14	15		
Femenino	7mo	30	22	-	-	52	17,9
	8vo	-	46	10	-	56	19,3
	9no	-	-	29	9	38	13,1
Total sexo femenino		30	68	39	9	146	50,3
Masculino	7mo	29	15	-	-	44	15,1
	8vo	-	32	9	-	41	14,1
	9no	-	-	40	19	59	20,3
Total sexo Masculino		29	47	49	19	144	49,6
Total ambos sexo		59	115	88	28	290	100

Fuente: Cuestionario

A pesar de la existencia de un diseño, de la planificación y organización de las actividades para los adolescentes de la enseñanza media, el nivel logrado para su realización aún es insuficiente, pues, los sábados en horas de la noche se reúnen en la Casa del Educador un grupo de adolescentes de esta enseñanza para disfrutar e interrelacionarse con su grupo de iguales, sin embargo las opciones que les ofrece el territorio no son suficientes, lo que trae como consecuencia la poca participación en las actividades; teniendo en cuenta el bajo nivel de satisfacción de los estudiantes.

La Tabla # 2 describe la participación de los encuestados en las actividades de recreación sana. Se pudo demostrar que, el 24,1% reconoce hacerlo siempre, mientras que el 33.7% solo lo hace algunas veces, el 39.3% nunca y el 2.7%, no saben si participan o no.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Tabla # 2

***Participación de los estudiantes en las actividades de Recreación Sana
Cumanayagua
Abril / 2008***

Participación	Cantidad de estudiantes	% (290)
Siempre	70	24.1
Algunas veces	98	33.7
Nunca	114	39.3
No sé	8	2.7
Total general	290	100

Fuente: Cuestionario

En la Tabla # 3 (Anexo 7), los adolescentes expusieron los motivos por los cuales no participan en las actividades de recreación sana, ellos fueron los siguientes: Falta de variedad en las actividades (86,3%); no tienen la calidad necesaria (84%); no quedan bien organizadas(85%); quedan muy lejos de donde vivo(17,2%); mis padres no me dejan asistir(29%); es obligatorio asistir (94,5%); poca variedad en las ofertas gastronómicas(79%); donde las más significativas fueron las que son obligatorio asistir; la falta de variedad en las actividades, poca variedad en las ofertas gastronómicas.

Las ofertas gastronómicas son pocas, solo se les oferta a los estudiantes helado, pero no se les crea las condiciones para ingerirlo, producto a que gastronomía no tiene vasos para su consumo, al final salen destinados a la comunidad. (Anexo 1, 5). Esta situación está dada porque los técnicos de higiene prohibieron la venta de este producto en vasos de cartón y la empresa no tiene destinadas barquillas para la venta. Además se acordó que la Casa del Educador iba a ofrecerles los vasos, pero esto no ocurre con frecuencia.³²

³² Entrevista a María del Carmen Capote. Técnico de recreación de la Empresa Municipal de Comercio y Gastronomía, abril, 2009.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Se deben de proponer nuevas formas de recreación, no imponerlas; porque hoy los adolescentes de esta enseñanza se sienten amenazados por los directivos de escuelas, los cuales expresan que de no asistir se les afecta la evaluación conductual. La Doctora Laura Domínguez García, en Psicología del Desarrollo: Adolescencia y Juventud, Plantea que este es un período de la vida que se caracteriza como crítico en el desarrollo del adolescentes y de la personalidad; por lo que una equivocada proyección conduciría al desarrollo de conductas negativas en nuestros estudiantes.

En la tabla # 4, se observa que el 60% de los encuestados algunas veces se satisfacen con las actividades de recreación Sana, el 22 % siempre, y un 14% nunca lo hacen y un 4% no saben. (Anexo 8). Este fenómeno esta dado, porque como se refiere anteriormente, estas actividades no les ocasionan motivación. En entrevistas realizadas a los presidentes de colectivo se pudo constatar que *“estas actividades siempre es lo mismo y los responsables de esta actividad nos dicen que es obligatorio asistir, porque de no hacerlo nos influye en la evaluación conductual ”*.³³

Cada escuela tiene un proyecto cultural que responden a los 5 objetivos priorizados de la Educación Estética y Artística:

- Reconocer, valorar y preservar el Patrimonio Cultural y Natural.
- Contribuir a la creación de un clima cultural favorable.
- Fomentar la cultura como vía de reconocimiento espiritual.
- Incentivar las motivaciones, intereses, aficiones y comportamientos culturales.
- Estimular la participación en la vida cultural de la comunidad.

³³ Entrevista realizada a Flavia Maria Rodríguez. Presidenta de colectivo de la secundaria básica, abril, 2009.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Sobre la base de estos objetivos se elabora el Plan de recreación sana que incluye las actividades en los centros externos (ESBU), donde se desarrollan todos los sábados a la 8:00 PM en el lugar que ocupa La Casa del Educador, con las siguientes actividades: Proyección de Películas para después ser debatidas por los estudiantes y un docente preparado; presentación de libros, desfile de modas, espectáculos culturales para conmemorar o celebrar efemérides que preparan los instructores de arte, acampadas en horarios diurnos y nocturnos, visitas a instituciones culturales para encontrarse con artistas locales en las distintas manifestaciones, encuentros deportivos, celebraciones por el día de las tradiciones, música grabada con valores destacados de la música cubana.³⁴

Estas son las actividades que se planifican para la recreación de estos adolescentes, pero no todas se llevan a la práctica, de ahí su insatisfacción. Se deben aprovechar más el potencial de los estudiantes e Instructores de Arte como defensores de las raíces y tradiciones de la nación; y como defensores del buen gusto.

La vía principal para lograr la recreación sana, es a través de los instructores de arte, organizados en la brigada José Martí; esto se hace evidente por los resultados de las encuestas donde el 63% de los encuestados conocen acerca de la brigada José Martí; de los que plantean no conocerla se encuentra el 32%, en el cual, los más significativos fueron los grados de 7mo y 8vo, por ser los primeros grados de la enseñanza. (Anexo 9), tabla #5.

Esto demuestra que los instructores de arte deben de seguir intensificando su trabajo, para lograr que todos los adolescentes se identifiquen con los estudiantes como brigada.

Los adolescentes de la enseñanza media no se identifican con los instructores como brigada pero sí, como instructores de arte, *es por ello que se debe erradicar*

³⁴ Entrevista a Ramona Hidalgo Sidrón. Asesora de Educación Estética y Artística, abril, 2009.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

*estos problemas a través de debates, aprovechando cada espacio, en los turnos de capacitación y en las reuniones de padres.*³⁵

*Deben continuar intensificando su trabajo, darse a conocer como Brigada en el universo escolar mediante la comunicación y divulgación.*³⁶

En la tabla # 6 (Anexo 10), se exponen los resultados sobre la realización de las actividades con los instructores de arte, donde se pone de manifiesto que el 87,5% de los adolescentes las realizan y sólo el 12,4% no la realizan.

En la Tabla #7 se muestran las actividades que programan los Instructores de Arte para estos alumnos, entre las que se encuentran: Teatro, Danza, Artes Plástica, Música, Coro, Taller Literario, y otras como, desfiles de moda, Ruedas de Casino, y juegos de mesas. Se pudo demostrar que las de mayor participación de ambos sexos, son las de Teatro, representando el 25,2%; "otras", que se incluye, desfile de modas, ruedas de casino y juegos de mesa con un 22,4% y Música con 18,6%.

³⁵ Entrevista realizada a Magnolia Santana Rodríguez. Directora de la secundaria básica Manuel Prieto Labrada, abril, 2009.

³⁶ Entrevista a Ramona Hidalgo Sidrón. Asesora de Educación Estética y Artística, abril, 2009.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Tabla # 7
Actividades que realizan los estudiantes con el Instructor de Arte
Cumanayagua
Abril / 2008

Sexo	Grado	Tipos de actividades							Total	%
		Teatro	Danza	Artes Plásticas	Música	Coro	Taller Literario	Otras		
Femenino	7mo	28	9	1	2	1	1	10	52	17,9
	8vo	23	7	4	5	7	2	8	56	19,3
	9no	10	5	6	1	1	1	14	38	13,1
	Total sexo femenino	61	21	11	8	9	4	32	146	50,3
Masculino	7mo	2	—	10	12	1	3	16	44	15,1
	8vo	4	1	7	14	2	4	9	41	14,4
	9no	6	—	16	20	4	5	8	59	20,3
	Total sexo masculino	12	1	33	46	7	12	33	144	49,6
Total sexos	ambos	73	22	44	54	16	16	65	290	100
% entre ambos sexos		25,2	7,6	15,2	18,6	5,5	5,5	22,4	100	34,4

Fuente: Cuestionario

En observaciones realizadas a los diferentes centros educacionales, se pudo constatar que estas actividades en las diferentes manifestaciones culturales no son suficientes su realización; los estudiantes desean ser partícipes de estos grupos como una vía para mostrar sus potencialidades y socializarlas entre sus compañeros y la comunidad mediante la realización de la recreación sana, la cual es potenciadora de desarrollo individual y social, interviene en la formación de

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

valores y crea las condiciones para que el individuo crezca sano físico y mentalmente.

En la Tabla # 8, el 63,4% reconoce que las actividades se realizan semanalmente, pero el 4 %, sólo las recuerda una vez al mes o no saben, (Anexo11).

En las entrevistas realizadas a los directores de escuelas (Anexo 3), se planteó que esas se realizan una vez por semana, aunque existe diversos momentos en el día que se realiza opciones recreativas, que están en el horario de espacio, de 7:30 AM a 8:00 PM, que forman parte de la Recreación Sana; donde se proyectan filmes educativos y a la vez recreativo.

En la tabla # 9, se da a conocer los gustos y preferencias de los adolescentes se. Se pudo comprobar mediante la observación (Anexo 1), que cuando organizan y planifican las actividades no se tienen en cuenta las preferencias de los alumnos. (Anexo 12)

En entrevistas realizadas a los instructores de arte, se manifestó, *que esto ocurre por la falta de recursos materiales*; sin embargo, en entrevistas realizadas a las instituciones aseguran que sí existen los recursos, *está la Casa del Educador, con su equipo de audio; lo que falta es estar consciente de la tarea, porque las condiciones materiales están creadas, faltan las humanas.*

Para realizar estas actividades no se necesita recursos materiales, sino humanos, porque realizar, montar una obra de teatro , apreciar una obra de arte, asistir al museo , no necesita de recursos materiales, se necesita crear conciencia y responsabilidad por la tarea que se realiza, demostrándole amor y respeto, porque como se refirió, el Comandante en Jefe en la Clausura del VIII Congreso de la UJC, " Hay mucho que reparar, edificar y mejorar todavía en todas nuestras instalaciones sociales, se ha demostrado que es posible"; porque , " Quizás lo más útil de nuestros esfuerzos en la lucha por un mundo mejor será demostrar cuánto

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

se puede hacer con tan poco, si todos los recursos humanos y materiales de la sociedad se ponen al servicio del pueblo.

En la tabla # 10 (Anexo 13), el 87% de los estudiantes reconocen que sí se organizan las actividades de recreación sana, el 10% algunas veces, y el 3% nunca. Estas son organizadas por el Instructor de arte fundamentalmente; así se demuestra en la tabla # 11 (Anexo14), donde su objetivo fundamental es desarrollar una recreación sana en los centros educacionales con la vinculación de la comunidad.

En la tabla # 12, se muestra el conocimiento de los estudiantes acerca del concepto de recreación sana; se les propone a los estudiantes una serie de criterio para que ellos identifiquen dicho concepto. A continuación se presentan los resultados, demostrando que los más significativos fueron: Crear y presentar una obra de teatro con un 54,4%, le continúa en orden descendente la opción que muestra como recreación sana: Participar en un festival cultural organizado por la escuela o Municipio con un 53,1%; realizar actividades al aire libre con un 49,3% y la categoría: otras, con un 45,5% que incluye opciones como, El Caldo, El Hotel Pasaje. Estas son actividades de esparcimiento que tiene nuestro territorio destinadas a otras edades y se realizan en horas muy tarde de la noche, donde se ofertan bebidas alcohólicas, entre otras cosa que nada tienen que ver con la edad.

Mediante la observación se pudo demostrar que esta situación a conllevado a los adolescentes a buscar por iniciativas propias alternativas para ocupar su tiempo libre, como trasladarse a otros espacios que no son propios para su edad, donde se ofertan bebidas alcohólicas y el uso del tabaco y otras actividades que nada tienen que ver con su desarrollo; esto trae como consecuencia violencia y desajuste social con tendencia de ir en aumento, atentando contra su formación de manera que les permita crecer sanos y potencialmente útiles a la sociedad.

A continuación se presentan los resultados:

Tabla # 12
Conocimiento de los estudiantes acerca del concepto de recreación sana
Cumanayagua
Abril / 2008

No	Actividades	Total	% (290)
1	Realizar actividades al aire libre	143	49,3
2	Compartir en una fiesta con mis amigos	112	38,6
3	Ir a la playa	51	17,5
4	Leer	44	15,1
5	Crear y presentar una obra de teatro	158	54,4
6	Participar en un festival cultural organizado por la escuela o Municipio	154	53,1
7	Bailar en un centro nocturno	131	45,1
8	Asistir a una exposición en La Galería de Arte	38	13,1
9	Crear y presentar una danza	124	42,7
10	Ser miembro de un Taller literario	35	12
11	Cantar en un coro	82	28,2
12	Otras	132	45,5

Fuente: Cuestionario

3.2 Participación de los organismos, instituciones y estudiantes en la realización de la recreación sana

Existen en el área urbana de Cumanayagua diferentes organismos e Instituciones encargadas de la realización de la Recreación Sana para adolescentes de la enseñanza media, pertenecientes a las Secundarias Básicas, ellos son los siguientes:

- 1) Dirección Municipal de Cultura.
- 2) Casa de Cultura "Abarimao"
- 3) Poder Popular Municipal.
- 4) Unión de Jóvenes Comunista (UJC) Municipal.
- 5) Dirección Municipal de Educación
- 6) Empresa Municipal de Comercio y Gastronomía.
- 7) Dirección Municipal del INDER.
- 8) Escuelas de la Enseñanza Media. (Secundarias básicas)
- 9) Presidentes de Colectivo.

Para describir la participación en la recreación sana de organismos, instituciones y estudiantes, se realizó entrevistas a directivos y responsables de dicha actividad. A continuación se presentan los resultados obtenidos:

- 1) En la Dirección municipal de Cultura se realizó una entrevista al organizador de la actividad cultural. A través de ella se conoció que esta institución, organiza y controla la programación de sus aficionados, con frecuencia de todas las semanas, llevando el arte a todos los rincones del municipio; promoviendo las actividades dirigidas a niños, adolescentes y jóvenes apoyándose en la brigada José Martí. Considera que la práctica de la recreación sana es importante para el desarrollo de estilos de vida saludables en los adolescentes porque los prepara físico y mentalmente pero el horario y el día que tienen estos adolescentes para recrearse no

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

debe ser el que impera hasta el momento, producto a que en este horario es cuando sale la población a divertirse, pero no de forma sana, acompañada de alcoholismo y el tabaquismo. Además señaló que estas actividades no deben ser impuestas, deben ser selectivas y con gran variedad para que los estudiantes se sientan motivados.

- 2) En la Casa de la Cultura “Abarimao”, se entrevistó a tres Metodólogos. Se planteó que supervisan las actividades una vez al mes. Para lograr una máxima participación de los estudiantes a la recreación sana, se debe hacer un intercambio previo con los estudiantes para a través de sus gustos y preferencias buscar variedad y creatividad en la programación. No solo se debe realizar la actividad en el horario y espacios establecidos, sino buscar otras opciones recreativas que arrastren tras de sí a los adolescentes por estar esta actividad dirigida a ellos, y que sean protagonista de la misma sin imposiciones porque no cumpliría objetivo alguno. Además se refirieron a que se necesita de un trabajo de conjunto con todos los factores implicados en esta actividad, para lograr así mejor participación e integración de los estudiantes.
- 3) En el Poder Popular Municipal, se entrevistó a la vicepresidenta de la Comisión Administrativa Municipal (CAM) y a la Funcionaria de Recreación. Se planteó que participan en la planificación y organización de las actividades recreativas además de supervisarlas, este control se realiza semanal. Estas se planifican a partir de un diseño que realiza el municipio con factores que intervienen en la recreación sana; ellos son: Educación, Cultura, OPJM, Instructor de Arte, Gastronomía y el INDER. Señaló que la poca participación de los estudiantes a la actividad se debe a la poca divulgación, a la falta de protagonismo del estudiantado y que la Organización de Pioneros José Martí se involucre más a esta actividad como vía más eficaz para llegarle al estudiante.
- 4) En la UJC Municipal, se entrevistó a la presidenta de la Organización de Pioneros José Martí (OPJM). Se planteó que participan en la planificación y organización de estas actividades así como la supervisan una vez al mes.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

La organización realiza diferentes actividades con la brigada José Martí, efectuando actividades en el Palacio de pioneros, Casa de la Cultura. Resaltó que la poca participación de los estudiantes en la actividad se debe a que, *“No les gustan que les intenciones las actividades, no les gusta que se les obligue asistir, necesitan variedad en la recreación destinadas a los gustos y preferencias. Se debe explotar más el trabajo de los Instructores de Arte y las distintas instituciones, convocando más a las actividades en la Librería, Museo, Casa del Prado como otras opciones recreativas”*.

- 5) En la Dirección Municipal de Educación se entrevistó a la Asesora de educación estética y artística. Se planteó que participa en la planificación y organización de las actividades así como las supervisa semanal. Estas actividades se planifican con los cuatro Instructores de Arte, los guías base, el asesor del programa audiovisual, teniendo en cuenta un diagnóstico inicial de los alumnos, por gusto y preferencias, después se conforma el guión con las escuelas y se les añade el trabajo de las Instituciones culturales. *“Se debe profundizar más sobre el apoyo de las instituciones culturales del municipio”*. Señaló que existe poca participación de los estudiantes a esta actividad porque hay padres que por el horario no dejan salir a sus hijos. Aunque *“No toda la culpa recae sobre ellos, sino también por los responsables implicados en esta tarea que no han interiorizado la importancia de la misma y por tanto no se le ha dado la divulgación requerida, los estudiantes no se han concientizado todavía, les ha faltado sensibilidad para que participen. Es por ello que debemos lograr un trabajo de conjunto para que todas las instituciones culturales tributen a la recreación sana y tributen además a potenciar el trabajo de los instructores de arte”*.
- 6) En la entrevista realizada a la Dirección Municipal de Comercio y Gastronomía, específicamente al Técnico de Recreación. Se planteó que este organismo además de supervisar, apoya y controla las actividades recreativas, es el encargado de mantener todo el año las ofertas gastronómicas en los centros recreativos, entre las ofertas figuran la venta

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

de queques, bocadito de queso, dulce y helados, pero existen problemas con su venta , por no tener esta unidad vasos para su oferta. *“Se acordó que La Casa del Educador iba a prestar vasos, pero esto no ocurre con frecuencia”*.

- 7) En la Dirección Municipal del INDER, se entrevistó al profesor de recreación física, el cual planteó que las actividades recreativas se planifican de conjunto con Cultura, Comercio y Gastronomía, Educación, UJC, todo ello tributando a la Comisión Municipal de Recreación donde se dirigen y controlan. “El INDER de conjunto con la brigada José Martí realiza actividades en las distintas instituciones, así como participa de forma permanente todos los sábados en las actividades de Recreación Sana”. Resaltó la importancia de la participación de los estudiantes en esta actividad, donde las escuelas y los instructores de arte deben de jugar un papel determinante. La poca participación de los estudiantes a esta actividad radica en la falta de variedad en la actividad, no están de acorde a los gustos y preferencias de los adolescentes, se necesita la variedad y apoyo de los diferentes organismos e instituciones culturales.
- 8) En las Escuelas de la enseñanza media, se realizaron ocho entrevistas dirigidas a las dos Directoras, Los Guías Bases y los Instructores de Arte. Se planteó que participan, organizan y planifican, además de supervisar las actividades recreativas. Estas se organizan y planifican mediante las opiniones e inquietudes de los estudiantes, se valoran por gustos y preferencias con los guías base y los instructores de arte. Además los presidentes de destacamentos se hacen partícipes de esta planificación. Una vez concluido este proceso se aprueba en el Consejo de Dirección. Puntualizaron que para lograr una mejor participación de los estudiantes en esta actividad se necesita una variedad de las actividades, puesto a que se realizan las mismas actividades que se hacen en la escuela y están aburrido de lo mismo, se requiere que las instituciones culturales les varíe las opciones. “La recreación debe tener otra sistematicidad, no deben ser todos los sábados para lograr una masividad, vinculando a todos los

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

sectores municipales y comprometerlos con la tarea. Debemos sistematizar y divulgar el trabajo recreativo cultural, concientizar a los padres en esta tarea, se necesita en pocas palabras un trajo de conjunto.” Además se necesita hacer énfasis en el trabajo de los instructores de arte en las escuelas para la divulgación del concepto de Recreación Sana y sobre el conocimiento de la brigada José Martí, porque los estudiantes los conocen como instructores y no como brigada, es por ello que se debe erradicar estos problemas a través de debates, aprovechando cada espacio, en los turnos de capacitación y en las reuniones de padres.

- 9) En la entrevista realizada a los presidentes de colectivos .Se planteó que participan en la planificación de las actividades de recreación sana, estas se realizan todos los sábados, estas se planifican por grupos; ejemplo, este sábado le corresponde a los grupos de 7mo 1, 8vo 1 y 9no 1, y así consecutivamente. El instructor de arte llega a las aulas y nos pregunta que tienen para la recreación sana de este sábado según los gustos y preferencias de los estudiantes. La poca participación se debe a la falta de variedad de estas actividades, nos dicen que para los gustos de nosotros se necesita recursos y la escuela no los tiene. Muy pocas veces nos tienen en cuenta , *solo les interesa salir del paso y más na'*

En las entrevistas realizadas a organismos e instituciones se pudo constatar, cuáles son las limitaciones que atentan la realización de la recreación sana, entre ellas se tiene:

- ✓ Dificultades con la planificación,
- ✓ Los estudiantes no participan en la planificación de las actividades,
- ✓ Los estudiantes no asisten a las actividades,
- ✓ Los responsables no muestran interés por la actividad.(Anexo 3, 4, 5, 6)

Es necesario señalar que aunque todos los organismos e instituciones tienen bien definido sus funciones, cada actividad que se realiza tiene una marcada incidencia en todos los miembros; por lo que la comisión deberá seguir trabajando para

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

mantener y mejorar la cohesión de todos sus miembros, cuestión fundamental para mantener la calidad, el modo y el estilo de vida saludable de los adolescentes de esta enseñanza.

Se debe, por estos motivos crear conciencia y responsabilidad en las diferentes entidades involucradas en la realización de esta actividad porque como se refirió Rolando Yero Travieso, Ideológico Nacional de la UJC, el concepto de recreación sana, culta y útil no es difícil de acomodarlo a la idiosincrasia del cubano, pero sí a los conceptos de quienes organizan y proyectan opciones recreativas.

3.3- Estrategia de Intervención

Título: “Ismaelillo”.

Fundamentación de la estrategia:

En la investigación realizada se pudo constatar a través de instrumentos aplicados a estudiantes, dirigentes de instituciones y el resto del personal vinculado a la realización de la recreación sana en el territorio para estudiantes de la secundarias básicas (ESBU), pertenecientes al área urbana de Cumanayagua, lo siguiente:

- ✓ El 32% de los estudiantes no se encuentran identificados con la Brigada José Martí, a pesar que reconocen al Instructor de Arte como el que planifica y organiza las actividades de recreación sana en la escuela.
- ✓ No participan en las actividades recreativas por falta de variedad en estas actividades.
- ✓ No les gusta que se les impongan las actividades.
- ✓ No se sienten satisfechos con las opciones recreativas que se les organizan, a pesar que el 24,1% asisten a esta actividad.
- ✓ Las actividades que más les gustan son las del tipo de teatro, danza, artes plástica, música y otras que son, desfiles de moda, karaoke, juegos de mesa, y ruedas de casino.
- ✓ Los estudiantes no tienen una definición clara acerca del concepto de Recreación Sana.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

- ✓ En las instituciones u organismos, no planifican las actividades respetando los intereses de los estudiantes.
- ✓ Los instructores de arte justifican la falta de variedad por la falta de recursos.
- ✓ No presentan un amplio conocimiento de las opciones que abarca la recreación sana.
- ✓ Los adolescentes buscan como alternativas para su recreación actividades que atentan contra una formación y desarrollo sano.

La adolescencia es una etapa que requiere una atención sistemática, multidisciplinaria, y más si se refiere a la formación integral de la personalidad; donde intervienen las múltiples actividades donde participan con su grupo de iguales y a la institución escolar.

La recreación sana es una vía idónea para potenciar este desarrollo, pero exige una planificación, variedad, sistematicidad y organización; de manera que propicie al adolescente una participación activa y consiente, y pueda apropiarse de la intención con que los organizadores preparan esta actividad.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, se decide elaborar una estrategia de intervención en el territorio, dirigida a preparar en conocimiento, toma de decisiones, planificación y control; a todas las personas que desde diferentes instituciones u organismos gubernamentales, tienen la responsabilidad de ejecutar la recreación sana.

Objetivos de la estrategia de intervención:

- Capacitar a los responsables de la planificación, organización y control de la recreación sana en el territorio.
- Crear en cada institución escolar de la enseñanza media, grupos en las diferentes manifestaciones artísticas.
- Propiciar en la formación de los grupos artísticos:

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

- Fortalecimiento de la cultura e identidad local y nacional.
- Formación de valores.
- Fortalecimiento de la comunicación y el comportamiento.
 - Socializar la recreación sana de manera que garantice la participación de la familia y la comunidad.
 - Incrementar la participación de los adolescentes en la recreación sana como una vía potenciada de desarrollo.

Desarrollo:

La estrategia se realizará en tres etapas, tendrá una duración de 4 meses cada una.

Etapas 1: Capacitación a todos los responsables de la planificación, organización y control de la recreación sana en el territorio.

Esta capacitación estará dirigida a enriquecer los conocimientos acerca de los objetivos que persigue la recreación sana, de su amplio espectro, las características de la etapa de la adolescencia; cómo trabajar en esta etapa de la vida de manera que contribuya al desarrollo integral de su personalidad.

Es importante además, incrementar el conocimiento acerca de los valores, sus manifestaciones en el contexto social y también los saberes técnicos relacionados con la enseñanza de las diferentes manifestaciones artísticas.

Etapas 2: Creación de grupos en las diferentes manifestaciones artísticas en las instituciones de la enseñanza media; que posibilite la participación de los estudiantes que sean capaces de exponer su talento o adquirir habilidades a través de la enseñanza artística en su inclusión en estos grupos.

En esta etapa también se concibe la presentación de los grupos ya creados en las actividades de recreación sana planificada.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Etapa 3: Organización y presentación a nivel Municipal, de festivales, concursos, encuentros artísticos, peñas; donde cada institución exponga y reconozca los resultados alcanzados en su plan de actividades de la recreación sana.

Actividades a realizar:

Etapa 1: Capacitación a todos los responsables de la planificación, organización y control de la recreación sana en el territorio.

1- *Conferencia acerca de las características bio-psico-social de la etapa de la adolescencia.*

Responsables: Psicólogos y médicos.

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

2- *Conferencia Actividad – comunicación en la etapa de la adolescencia.*

Responsables: Psicólogos y médicos.

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

3- *Taller evaluativo.*

Responsables: Psicólogos y médicos.

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

4- *Conferencia de la formación de valores como vía para el desarrollo integral de la comunidad.*

Responsables: Psicólogo y Pedagogo.

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

5- *Clase práctica “Cómo formar valores a través de la manifestaciones artísticas”.*

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Responsables: Asesora de educación estética y artística, Metodólogos de la Casa de Cultura,

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

6- Conferencia: *“Principales aspectos teóricos y metodológicos de la Recreación Sana”*.

Responsables: Asesora de educación estética y artística, Metodólogos de la Casa de Cultura,

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

7- Conferencia *“Modos y Estilos de vida”*

Responsable: Psicólogo y Especialista de educación para la salud.

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

8- Entrenamientos para modificar Estilos y Modos de vida.

Responsable: Psicólogo y Especialista de educación para la salud.

Participantes: Instructores de Arte, Guías base, Metodólogos de la Casa de Cultura, Especialistas y Técnicos de Recreación.

9- Taller *“Conocimientos técnicos en la formación y creación de grupos en las diferentes manifestaciones artísticas”*.

Responsables: Metodólogos que atienden cada manifestación.

Participantes: Instructores de Arte.

10- Clase práctica y entrenamiento como evaluación final.

Responsables: Metodólogos que atienden cada manifestación.

Participantes: Instructores de Arte.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

Etapa 2: Creación de grupos en las diferentes manifestaciones artísticas.

1. Crear en cada secundaria básica un grupo de Teatro que represente:

- El arte y la cultura universal.
- La tradición local y nacional.

Responsables: Instructor de Arte

Participantes: Estudiantes seleccionados.

2. Exponer las obras creadas dentro de las instituciones educativas en actividades programadas dentro de la institución estudiantil.

Responsables: Guía base, Instructores de Arte.

Participantes: Estudiantes y profesores.

3- Crear en cada secundaria básica un grupo de Danza que represente:

- El arte y la cultura universal.
- La tradición local y nacional.
- Una rueda de casino.
- Desfile de moda.

4. Crear en cada secundaria básica un grupo musical, para:

- Identificar los talentos artísticos en canto e instrumentos.
- Preparar solistas y coros.

5 .Identificar talentos en Artes Plásticas y Literatura:

- Organizar concursos donde se exprese el arte el Arte y la cultura universal; y la tradición local y nacional en los trabajos presentados.
- Colocar los trabajos en un área creada en la escuela.

Responsables: Guía base, Instructores de Arte.

Participantes: Estudiantes y profesores.

CAPÍTULO 3: Análisis y discusión de los resultados

6. Llevar a las actividades de Recreación Sana que organice las instituciones, los grupos creados y los trabajos seleccionados.

Responsables: Guía base, Instructores de Arte, Metodólogos de Cultura.

Participantes: Estudiantes y comunidad.

Etapa 3: Organización y presentación a nivel Municipal, de festivales, concursos, encuentros artísticos, peñas; donde cada Institución exponga y reconozca los resultados alcanzados en su plan de actividades de la Recreación Sana.

1- Organizar un festival Municipal anual, donde se representen los grupos creados en las diferentes manifestaciones artísticas por escuela.

Responsable: Gobierno Municipal, UJC Municipal.

Participantes: Estudiantes, Instructores de Arte, Metodólogos y comunidad.

2- Organizar un concurso anual de Artes Plástica y Literatura donde se presenten los trabajos seleccionados en los concursos de base que se efectúan en cada Institución.

Responsables: Metodólogos de Artes Plásticas y Literatura, Gobierno Municipal, UJC Municipal.

Participantes: Estudiantes, Instructores de Arte, Metodólogos y comunidad.

3- Crear Peñas que respondan a las diferentes manifestaciones artísticas que propicie el debate, la reflexión y participación de talentos y otros participantes.

Responsable: Metodólogos de diferentes manifestaciones.

Participantes: Estudiantes, comunidad e invitados.

Análisis de los resultados según criterios de expertos

Regularidades encontradas en las opiniones de los entrevistados

- a) 9 de los 11 entrevistados que representan un 81% estuvieron de acuerdo en la estructuración de los temas, específicamente en la relación entre objetivo y actividades.
- b) Un experto como desacuerdo con la organización de los festivales municipales, porque a su juicio se necesita de muchos recursos y no se tienen los recursos necesarios y por tanto perdería su objetivo. Este planteamiento como inconveniente no es representativo, por presentar solamente un 8.3%, lo que está por debajo del 20% significativo.
- c) Algunas sugerencias ofrecidas por los expertos fueron incluidas en la propuesta de intervención:
 - Sugirieron la capacitación de Artes Plásticas y Taller Literario a Través de las clases prácticas y entrenamientos.
 - Sugirieron que fueran creadas ruedas de casinos, para después competir entre escuelas. (Anexo 15).

Se realizó una sola ronda porque al hacer el análisis de frecuencia los resultados no fueron significativos por no constituir un criterio frecuente en opinión de los entrevistados, sino que se trató de criterios aislados.

Para hacer el análisis de frecuencia dividimos el número de opiniones negativas entre el total de entrevistados, se considera no significativo cuando es menor de un 20%.

CONCLUSIONES

- La Recreación Sana es una vía idónea para potenciar el desarrollo, pero exige una planificación, variedad, sistematicidad y organización; de manera que propicie al adolescente una participación activa y consciente, y pueda apropiarse de la intención con que los organizadores preparan esta actividad.
- La adolescencia es una etapa que requiere una atención sistemática, multidisciplinaria, y más si se refiere a la formación integral de la personalidad; donde intervienen las múltiples actividades donde participan con su grupo de iguales y a la institución escolar.
- Los estilos de vida en la etapa de la adolescencia, se benefician a favor de la salud con una participación activa y consciente en las actividades que les garantice comunicación con los iguales, disfrute, esparcimiento, valores; pero esto es posible si a la vez estas actividades responden a sus intereses y satisfacen sus necesidades.
- La participación de los adolescentes de la enseñanza media básica del área urbana de Cuamanayagua se ve limitada en las actividades de recreación sana por la falta de variedad en las opciones recreativas, al no proyectarse estas actividades atendiendo a sus gustos y preferencias. Esta situación los desmotiva y no muestran interés ante lo planificado por la escuela.
- La asistencia de los adolescentes a las actividades de recreación sana se concibe de manera impuesta, con trascendencia a la evaluación conductual del alumno lo que interfiere en la participación consciente y motivada del estudiante.

CONCLUSIONES

- La planificación de las actividades de recreación sana en el territorio no fomentan los estilos de vida saludables en los adolescentes porque al no responder a sus necesidades e intereses, no los motiva y limitan su participación a las exigencias de la disciplina escolar.
- A pesar de planificarse algunas actividades recreativas, los adolescentes prefieren asistir en estos horarios a otros lugares del Municipio donde las opciones que se presentan, atentan contra su formación y pueden convertirse en obstáculos en su desarrollo integral.
- Las Instituciones u organismos estatales, tienen bien definido su papel, planificar, organizar, supervisar y controlar las actividades recreativas; sin embargo no logran una sistematicidad en este rol que deben cumplir, además no integran sus acciones de manera multifactorial a favor de una práctica desarrolladora y satisfactoria de la recreación y esto limita la satisfacción de los adolescentes y el resto de la comunidad al asistir a las actividades planificadas.
- Las escuelas de la enseñanza media básica del área urbana de Cumanayagua, poseen talentos artísticos de estudiantes, que si son bien preparados, pueden convertirse en potencialidades del territorio.
- Los instructores de arte están preparados para convertirse en defensores de las raíces y tradiciones de la nación y del buen gusto, son una vía potenciadora en el fortalecimiento de la identidad cultural en los adolescentes, sin embargo su labor aún es insuficiente en este sentido, no emplean todo el tiempo disponible en identificar talentos y educar capacidades artísticas y revertir esta labor educativa en fomentar los espacios para la recreación sana.

RECOMENDACIONES

- ❖ Presentar el resultado de esta investigación a las Instituciones u organismos estatales encargados de la planificación y organización de las actividades de recreación sana.

- ❖ Presentar en las secundarias básicas, talleres para el conocimiento de la importancia de la recreación sana en la edad de la adolescencia.

- ❖ Aplicar la estrategia de intervención, por ser una herramienta importante en la labor sistemática de todos los coordinadores de la recreación sana en el Municipio.

BIBLIOGRAFÍA

Acosta Miranda, Santiago. El Comportamiento de la práctica de la recreación física en el curso regular diurno / Santiago Acosta Miranda; José A. Díaz Hernández, tutor. Trabajo de Diploma, FCF, 2006. __90h.

Álvarez Sintés, Roberto. Temas de medicina general integral / Roberto Álvarez Sintés – La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 2001 __377p.

Andar para hacer caminos. En Bohemia (La Habana). 98 (16): 34-35, Agosto, 2006.

Barrios Fernández, Norma. Módulo 6: Programa de formación de trabajadores sociales: El trabajo social y el desarrollo sostenible / Norma Fernández Barrios [et al.] . __La Habana: Editorial Félix Valera, 2006, 139p.

Bello Dávila, Zoe. Psicología social / Zoe Bello Dávila, Julio César Casales Fernández. _ La Habana: Editorial Félix Valera, 2004 __157p.

Cuba. Ministerio de Educación. Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño. Fundamentos de la investigación educativa: Maestría en ciencias de la educación: Módulo 2: Primera parte. __ La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 2005. __19p.

Castro Ruz, Fidel. Clausura del VIII congreso de la Unión de Jóvenes Comunistas / Fidel Castro Ruz. En Granma. (La Habana) 3(1): 4, 6 diciembre. 2004.

Cabeza, Pedro Julio. Ofertas y Demandas en el Consejo Popular Brisa / Pedro Julio Cabeza. Trabajo de Culminación de estudios. Escuela de Formación de Trabajadores sociales, 2007. __65h.

Derechos, deberes y garantías fundamentales. En Constitución de la República de Cuba. _ La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1998. __ 146p

- Domínguez García, Laura. Psicología del desarrollo: Adolescencia y Juventud: Selección de lecturas. _ La Habana: Editorial Félix Valera, 2003.__ 489p.
- De Urrutia, Lourdes. Metodología de la Investigación Social I / Lourdes Urrutia, Graciela González. __ La Habana: Editorial Félix Valera, 2003. __ 326p.
- Estradas Betancourt, José Luis. Verano altamente cultural / José Luis Estrada Betancourt. _ En: Juventud Rebelde. (La Habana): 4, 3 de Julio, 2008.
- Fontaine Vidal, Francisco. Algunas herramientas para el trabajo social comunitario. / Francisco Vidal Fontaine.__ La Habana: Editorial Félix Valera, 2007.__230p.
- Hernández Sampier, Roberto. Metodología de la Investigación. / Roberto Hernández Sampier: -- La Habana: Editorial Félix Valera, 2003.__t1. 475p.
- López Herrera, María Cecilia. Una alternativa para fomentar el desarrollo en niño, adolescentes y jóvenes a través de la recreación sana. / María Cecilia López Herrera. Proyecto Ismaelillo. Sede Universitaria Municipal, 2009.__123h.
- Molina, Germán. Los Múltiples significados de recreación y esparcimiento. Tomado De. <http://www.redcreación.org/documentos/congreso9 /G.Molina.htm/>, 2008.
- Montero, Maritza. La comunidad como objetivo y sujeto de la acción social: Curso de formación de trabajadores sociales: Selección de lecturas sobre psicología social comunitaria de Norma Vasallo Barrueta y Lourdes Ibarra Mustelier-La Habana,[200?]
- Martínez de Osaba, Juan A. Pequeña enciclopedia olímpica y de la Cultura física/Juan A Martínez de Osaba, Geonaga Mayrilian Cruz Blanco._ La Habana; Editorial Científico- Técnica, 2008__ 178p

Proponer nuevas formas de recreación, no imponerlas. Tomado De.

<http://www.juventudrebelde.cu/cuba/>. 2007

Política social del PCC: Tabloide especial: No: 4: El deporte y la cultura física_ La Habana: Editorial Política, [200?]

Rodríguez Gómez, Gregorio. Metodología de la investigación cualitativa/ Gregorio Rodríguez Gómez, Javier Gil Flores, Eduardo García Jiménez._ La Habana: Editorial. Félix Varela,2006 __377p.

Ruiz Olabuénaga, José Inacio. La decodificación de la vida cotidiana. Métodos de investigación cualitativa / José Inacio Ruiz Olabuénaga, María Antonia Ispizua.__España: Universidad de Deusto, 1989, 241p.

Recreación, alternativa del desarrollo comunitario. Tomado De.

[http:// www.efdeportes.com/efd100/recrea.htm](http://www.efdeportes.com/efd100/recrea.htm), 2007

Recrearse es crecer. Tomado De.

[http://www. Somosjóvenes.cu/minisitio/otraspag/recrearse.htm](http://www.Somosjóvenes.cu/minisitio/otraspag/recrearse.htm), 2008.

Recreación sana a toda vela. Tomado De.

[http: //www.radiosurco.cu/recreación](http://www.radiosurco.cu/recreación), 2008.

Recreación sana y culta: Empeños y avances. Tomado De.

[http: //www.radiosurco.cu/recreación](http://www.radiosurco.cu/recreación), 2008.

Rubio, Vladia. "Para el alma divertir"/ Vladia Rubio. En Bohemia (La Habana). 98 (16): 28-31, agosto, 2006.

Sandoval Casilimas, Carlos A. Investigación Cualitativa. Instituto colombiano para el fomento de la educación superior, Bogotá, Colombia: Editores e impresores Ltda, 2002, 124p.

Seminario Nacional para educadores (7:2006): La Habana.7 Seminario Nacional para educadores._La Habana: Editorial. Pueblo y Educación, 2006, 22p.

Sánchez Vidal Alipio. Intervención comunitaria: En selección de lecturas sobre psicología social y comunitaria._ p. 36-44._Villa Clara: [s.n], [200?].

Taylor, S. J. Introducción a los métodos cualitativos de investigación: La búsqueda de significado/ S. J. Taylor, R. Bogan._ Barcelona: Editorial Paidós, 2002__ 343p.

Anexo 1:

Aspectos a observar en las actividades de Recreación Sana para adolescentes de la enseñanza media superior, pertenecientes al área urbana de Cumanayagua.

- Planificación de las actividades propuestas para la realización de las actividades de Recreación Sana.
- Preparación de las actividades.
- Participación de los estudiantes, organismos e instituciones.
- Realización de las actividades.
- Ofertas gastronómicas.
- Limitaciones en el territorio para realizar una Recreación Sana que favorezca a los adolescentes.

Anexo 2:

Cuestionario:

Estudiante:

A continuación se presentan una serie de cuestiones, con el objetivo de contribuir a mejorar la recreación sana para adolescentes de 12 a 15 años de la enseñanza media superior, pertenecientes al área urbana de Cumanayagua; por tanto su opinión sincera es muy importante para la investigación. Por su colaboración muchas gracias.

1 – Datos generales:

Edad _____

Sexo _____

Grado Escolar _____

2 - ¿Conoces qué es la brigada José Martí?

Sí _____ No _____ No sé _____

3 - ¿Haz realizado actividades con el Instructor de arte?

Sí _____ No _____ No sé _____

4- De ser afirmativa su respuesta, marca con una (x) el tipo de actividad.

_____ Teatro

_____ Coro

_____ Danza

_____ Taller Literario

_____ Artes plásticas

_____ Otras. ¿Cuáles? _____

_____ Música

5- De las actividades que aparecen en la pregunta anterior, marque con (x), según sus gustos y preferencias.

_____ Teatro

_____ Coro

_____ Danza

_____ Taller Literario

_____ Artes plásticas

_____ Otras. ¿Cuáles? _____

_____ Música

6- Cuál es la frecuencia de realización de estas actividades, marque con (x).

_____ Una vez por semana.

_____ Una vez al mes.

_____ Dos veces a la semana.

_____ Cada dos meses.

_____ Cada 15 días.

_____ No sé.

7-¿Han organizado actividades de recreación sana en la escuela?

_____ Siempre.

_____ Algunas veces.

_____ Nunca.

a)- Haz participado en ellas.

- Siempre.
- Algunas veces.
- Nunca
- No sé

8- Te sientes satisfecho con estas actividades. Marque con (x).

- Siempre.
- Algunas veces.
- Nunca
- No sé

9-- Quién organiza las actividades de recreación sana en la escuela.

- El guía base
- El Instructor de Arte
- Profesores designados
- la Directora
- No sé

11- Marque con (x), lo que conoces acerca de la recreación sana.

1. Realizar actividades al aire libre.
2. Compartir en una fiesta con mis amigos
3. Ir a la playa
4. Leer
5. Crear y presentar una obra de teatro
6. Participar en un festival cultural organizado por la escuela o Municipio
7. Bailar en un centro nocturno
8. Asistir a una exposición en la Galería de Arte
9. Crear y presentar una danza
10. Ser miembro de un Taller literario
11. Cantar en un coro
12. Otras. ¿Cuáles? _____

12- Si no participas en las actividades de recreación sana. Expresa los motivos.

Anexo 3:

Guía temática para el desarrollo de las entrevistas a organismos e instituciones:

- Nombre y Apellidos.
- Oficio actual.
- Tiempo que lleva en el cargo.
- Organización de las actividades.
- Planificación de las actividades de recreación sana para adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua.
- Control y frecuencias de estas actividades.
- Motivos por los cuales los estudiantes no participan en las actividades.
- Limitaciones que a su juicio atentan contra la realización de la recreación sana.

Anexo 4:

Guía temática para el desarrollo de las entrevistas a: Directores, Guías bases e Instructores de Arte de las secundarias básicas.

- Nombre y Apellidos.
- Oficio actual.
- Tiempo que lleva en el cargo.
- Organización de las actividades.
- Planificación de las actividades de recreación sana para adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua.
- Control y frecuencias de estas actividades.
- Motivos por los cuales los estudiantes no participan en las actividades.
- Cómo Usted controla estas actividades y con que frecuencia lo haces?
- En las encuestas realizadas a los estudiantes se demostró que existen problemas a la hora de definir el concepto de recreación sana. ¿Cuál es la causa?
- Limitaciones que a su juicio atentan contra la realización de la recreación sana para los adolescentes de esta enseñanza.

Anexo 5:

Guía temática para el desarrollo de las entrevistas a los presidentes de colectivos

- Nombre y Apellidos.
- Grado
- Cargo
- Participación de los estudiantes en la planificación de las actividades de Recreación sana.
- Actividades que la escuela programa para la recreación sana.
- ¿Son consideradas las preferencias recreativas de los estudiantes a la hora de organizar las actividades de Recreación Sana?
- Participación de estudiantes a estas actividades.
- Limitaciones que atentan contra la participación de los estudiantes a esta actividad.

Anexo 6:

Guía temática para el desarrollo de las entrevistas al Técnico de Recreación de la Empresa de Comercio y Gastronomía:

- Nombre y Apellidos.
- Oficio actual.
- Tiempo que lleva en el cargo.
- ¿Cómo se organizan y planifican las actividades de Recreación Sana para Adolescentes de la enseñanza media del área urbana de Cumanayagua?
- Ofertas gastronómicas dedicadas a esta actividad.
- En la realización de la recreación sana se pudo observar que existen problemas con la venta de helados a los estudiantes por no tener vasos para su oferta, y por tanto se les destinan a la comunidad ¿Por qué sucede esto?
- Limitaciones que a su juicio atentan contra la realización de la recreación sana para los adolescentes de esta enseñanza.

Anexo 7

Tabla 3

Motivos por los cuáles los estudiantes no participan en las actividades de recreación sana; según su criterio.

Cumanayagua

Abril / 2009

<i>Motivos</i>	<i>Cantidad</i>	<i>% (220)</i>
Falta de variedad en las actividades	190	86,3
No tienen la calidad necesaria	185	84
No quedan bien organizadas	187	85
Quedan lejos de donde vivo	38	17,2
Mis padres no me dejan asistir	64	29
Poca variedad en las ofertas gastronómicas	174	79
Es obligatorio asistir	208	94,5

Fuente: cuestionario

Anexo 8

Tabla # 4

*Satisfacción de los estudiantes con las actividades de recreación sana
Cumanayagua
Abril / 2009*

Satisfacción de los estudiantes	Cantidad de estudiantes	% (290)
Siempre	65	22,4
Algunas veces	40	13,7
Nunca	173	59,6
No sé	12	4,1
Total	290	100

Fuente: Cuestionario

Anexo 9

Tabla # 5
Conocimiento por los estudiantes acerca de la brigada José Martí
Cumanayagua
Abril / 2009

Grado	Conocen	%	No conocen	%	No saben	%
7mo	39	40,6	51	53,1	6	33,1
8vo	64	65,9	30	30,9	3	33,4
9no	81	83,5	14	14,4	2	33,4
Total	184	63,4	95	32,7	11	100

Fuente: Cuestionario

Anexo 10
Tabla # 6*Realización de las actividades con los instructores de arte**Cumanayagua**Abril / 2009*

Realización de las actividades	Cantidad de estudiantes	% (290)
Sí	254	87,5
No	36	12,4
Total	290	100

Fuente: Cuestionario

Anexo 11

Tabla # 8
Frecuencias de realización de las actividades
Cumanayagua
Abril / 2009

Frecuencia de actividades	Cantidad	% (290)
Una vez por semana	184	63,4
Dos veces a la semana	79	27,2
Cada 15 días	15	5,1
Una vez al mes	6	2
Cada dos meses	1	0,3
No sé	5	1,7
Total general	290	100

Fuente: cuestionario

Anexo 12

Tabla # 9

Tipos de actividades mediante gustos y preferencias de los estudiantes

Cumanayagua

Abril / 2009

Sexo	Tipos de actividades							Total
	Teatro	Danza	Artes Plástica	Música	Coro	Taller Literario	Otras	
Femenino	95	26	2	1	1	1	20	146
Masculino	6	—	62	56	1	1	18	144
Total	101	26	64	57	2	2	38	290
% (290)	34,8	8,9	22	19,6	0,8	0,8	13,1	100

Fuente: Cuestionario

Anexo 13**Tabla # 10**

***Conocimiento acerca de la organización de las actividades de la recreación sana en la escuela
Cumanayagua
Abril / 2009***

Organización de la Recreación sana	Cantidad de estudiantes	% (290)
Siempre	252	86,8
Algunas veces	29	10
Nunca	9	3,1
Total	290	100

Fuente: cuestionario

Anexo 14

Tabla # 11

Conocimiento acerca de los organizadores de las actividades de recreación sana en las secundarias básicas

Cumanayagua

Abril / 2009

Organizadores	Cantidad de estudiantes	% (290)
Profesores	40	13,7
Director	58	20
Guía Base	72	24,8
Instructor de Arte	120	41,3

Fuente: Cuestionario

Anexo 15:

Información solicitada al grupo nominal de Expertos:

Estimada compañera(o):

Usted ha sido propuesta (o) para ofrecer su opinión acerca de la realización de la recreación sana para adolescentes de la enseñanza media (Secundarias básicas), pertenecientes al área urbana de Cumanayagua, que a través del desarrollo de tres etapas, para un tiempo de duración de 4 meses; pretende mejorar la realización de la recreación sana en esta enseñanza. El objetivo que se propone es que usted opine acerca de la relación entre tema, objetivo y actividades a desarrollar.

En este sentido agradecemos que nos exprese:

a) ¿Desea participar?

___ Si ___ No

En caso afirmativo se agradecería que nos exprese:

- a) ¿En que está de acuerdo?
- b) ¿En qué no está de acuerdo?
- c) Lo que usted sugiere a esta estrategia.

Por favor adjunte los siguientes datos:

- Profesión.
- Categoría docente y científica.
- Años de experiencia.

Por su colaboración muchas gracias.

Anexo 16

Tabla # 13

Concepción del grupo nominal para consultar la propuesta de estrategia de intervención.

Expertos	Profesión	Categoría docente	Categoría científica	Años de experiencia
1	Asesora de Educación estética y artística	Asistente	–	23
2	Vicepresidenta del CAM	Auxiliar	Licenciada	3
3	Funcionaria de recreación	12 grado	–	7
4	Metodóloga de cultura	Asistente	Licenciada	20
5	Metodólogo de cultura	Asistente	Licenciada	5
6	Técnica de recreación	12 grado	–	15
7	Profesor de recreación	Asistente	Licenciado	4
8	Organizador de la actividad cultural	12 grado	-	12
9	Especialista de educación para la salud	Asistente	Licenciada	15
10	Psicólogos	Asistente	Licenciada	12
11	Médicos	Asistente	Licenciada	25