



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
“Carlos Rafael Rodríguez”

Tesis en opción al título de Licenciado en Cultura Física.

TRABAJO DE DIPLOMA

**PROPUESTA DE ACTIVIDADES FÍSICO RECREATIVAS DIRIGIDAS
A LA PARTICIPACIÓN DE NIÑAS Y NIÑOS DE 9A 12 AÑOS.**

Autora: Alianna Díaz Sosa.

Tutora: MSc.Yeney Calderón

CIENFUEGOS2013 - 2014

Pensamiento:

“No hay en la tierra vía más honrada, que la que uno se abre con sus propios brazos”.

José Martí

Agradecimientos:

- *A la Revolución por hacer posible la superación humana y profesional de todos los cubanos.*
- *A todo el claustro de profesores de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deporte “Carlos Rafael Rodríguez” Facultad de Cienfuegos que tuvieron que ver con mi formación como profesional de la Cultura Física.*
- *A mis tutores por su incondicional apoyo y trabajo en equipo para el desarrollo de la presente investigación.*

Dedicatoria:

- *A mi hija en especial por ser el motor impulsor para continuar. A mis padres, hermano y familia y en especial a una persona que con su cariño esfuerzo y dedicación me ayudó a lograr mi sueño en general a todas las personas que en mi creyeron.*
- *Dedico esta investigación a mis compañeros de aula por compartir con migo estos cinco años de carrera, y estar en las buenas y malas.*
- *A todas las personas que de una y otra forma colaboraron e hicieron posible la realización del trabajo y en especial a las niñas y niños de la circunscripción No 96 del Consejo Popular Punta Gorda.*

RESUMEN.

El objetivo de este trabajo consiste en la presentación de un programa de actividades físico - recreativas para los niños de 9 a 12 años de la Circunscripción 96. La misma está basada en los datos obtenidos a través de las encuestas aplicadas a 126 habitantes de la comunidad. Los resultados obtenidos en este instrumento reflejaron dificultades en la participación de los niños en las actividades debido a problemas con la divulgación las actividades y la programación de las mismas, así como los problemas asociados a las malas condiciones de las instalaciones, además de que en casi la totalidad de los mismos no se tenían en cuenta los deseos de los mismos.

El estudio se desarrolló durante el período del primero al 31 de mayo del año 2014 y se emplearon diferentes métodos teóricos (análisis – síntesis y la inducción – deducción). Los métodos empíricos (la encuesta, la entrevista y la observación estructurada) y los matemáticos y estadísticos (matemáticos y la estadística descriptiva). La aplicación de los mismos contribuyó a diseñar un plan de actividades físico – recreativas a partir de los intereses, gustos y preferencias, sin dejar de lado los medios con que se requieren para desarrollar exitosamente las actividades.

ABSTRACT

The objective of this work consists on the "Proposal of recreational activities physique directed to the participation of girls and children from 9 to 12 years, the same one is made based on the data that threw the surveys carried out to a total of 126 inhabitants of this neighbourhood. By means of this it could be proven that the little popularization of the activities were among the factors that attempted against the good participation of the children. The incorrect schedule to carry out them, the areas with terrible conditions and in the almost entirety of the same ones not you teenier in bill if they were of their pleasure or no. The study it lapses in the period from the first one to the thirty and one of May of the year 2014 and for it one kept in mind the theoretical methods (analysis - synthesis and induction - deduction) the empiric ones (documental revision, interviews and observation) and the mathematicians and/or statistical (mathematical and descriptive statistic). This way the importance is demonstrated that he/she has for the making of a plan of recreational activities to know the interests, likes and preferences for which will be made, without also allowing to a side that is important to know with which means count to carry out them.

ÍNDICE

I-	INTRODUCCIÓN	8
II-	DESARROLLO.	12
2.	Fundamentación Teórica.	12
2.1	Recreación como fenómeno sociocultural.	12
2.1.2	La Recreación Física.	14
2.1.3	La Recreación Física en la circunscripción y en el Consejo Popular.	16
2.1.4.	Características de las actividades de la Recreación Física dirigidas a las niñas y los niños.	18
2.1.5	La Comunidad.	18
2.1.6	Trabajo Comunitario.	19
2.1.7.	La participación en el trabajo Comunitario.	20
2.2	Metodología para la realización del Trabajo	22
2.2.1	Población y Muestra.	23
2.2 .2.	Métodos y técnicas de la investigación.	24
2.3	Análisis de los resultaos de la observación.	25
2.3.1	Resultados de las encuestas.	27
2.4	Plan de actividades físico-recreativas y su aplicación.	32
2.4.1	Validación del Plan de actividades Físico-Recreativas	35
2.4.2	Criterios emitidos por los especialistas.	36
III –	CONCLUSIONES.	37
IV-	RECOMENDACIONES.	38
V-	BIBLIOGRAFÍA.	39
VI-	ANEXOS	42

I- INTRODUCCIÓN

Las actividades físicas deben ser consideradas como una práctica regular y sistemática en la vida de todas las personas sin distinción de edad, sexo, condiciones sociales y ocupación, por los innumerables beneficios que reportan para la salud orgánica, emocional y psicológica de las personas, ya que ofrecen herramientas que le permiten al individuo afrontar la vida con una actitud diferente. La Educación Física, el Deporte y la Recreación, componentes básicos de la Cultura física, son parte de la revolución cultural y educacional que se está implementando en nuestro país con el propósito de desarrollar una cultura comprensible para todos los ciudadanos que mejore la capacidad funcional y la estructura biológica y social del ser humano, a partir de habilidades, aptitudes, valores e ideas, en correspondencia con nuestra condición de productores de una sociedad nueva.

Gracias a la Revolución en su obra socializadora, la Recreación forma parte del desarrollo y su objetivo principal es contribuir al permanente enriquecimiento físico y espiritual del hombre. Por ello se debe considerar la Recreación como un fin sino como un medio para promover procesos de desarrollo y mejoramiento de la calidad de vida, es un proceso paulatino que debe ponerse en práctica en correspondencia con las características de cada lugar, a través de acciones que contribuyan a la transformación de nuestras mentes, de nuestras perspectivas y de nuestra cultura. La Recreación tiene que servir para sembrar conocimientos, para fomentar valores espirituales como la solidaridad y el sentido de la unidad entre las personas.

Las actividades recreativas imprimen una influencia especial en la fisonomía moral y volitiva del carácter del individuo, requieren de los participantes dominio de sí mismo y capacidad para dirigir sus actos, iniciativas, independencia en las acciones motoras, prestación de ayuda a sus compañeros en la lucha común por obtener la victoria y capacidad para adaptarse al nuevo tipo de relaciones. Cuando se repiten de forma reiterada estas acciones en los juegos y actividades recreativas, se convierte en rasgos morales de los participantes.

Las actividades recreativas deben ser agradables, variadas y comunicativas, que potencie la participación de toda la población. Tal como se ha comentado anteriormente, hay que tener en cuenta que el objetivo de las actividades recreativas, no es solamente utilizar eficazmente el tiempo libre, mantener la capacidad física en óptimas condiciones, o prevenir posibles

deterioros físicos que pueden ser problemas articulares o psíquicos, sino pasarlo bien, comunicarse, no sentirse solo, integrarse y ser aceptado dentro de un grupo de características similares.

En los tiempos modernos el gran desarrollo tecnológico alcanzado a nivel mundial tiende a disminuir cada vez más la necesidad del hombre de llevar a cabo trabajos donde aparezca el gasto físico, por esto se requiere que las personas tengan una participación cada vez más activa en el desarrollo de las actividades físicas y por consiguiente también en las recreativas, para que logren un dominio que les permita la ejercitación independiente.

Esto lleva a la conclusión de que la utilización del tiempo libre en actividades recreativas sanas no solo favorece moral o espiritualmente sino que contribuye de forma directa en el mejoramiento de la calidad de vida y que con la práctica sistemática de las mismas logramos una eficiencia física en la vida laboral y social alargando de esta forma nuestra vida útil en la sociedad y preparándonos para enfrentar la inevitable llegada de la vejez en el organismo fortalecido tanto en el aspecto espiritual como físico.

Todo territorio, en cualquier parte del planeta presenta características o costumbres que lo diferencian de los demás, esto puede estar dado por muchos factores como el clima, continente, religión, costumbres, idiosincrasia en el aspecto deportivo y cultural, modos de producción, sistema social, etc., todo esto trae consigo que el tiempo libre de cada territorio varíe en cuanto a horarios y días. No son pocos los países donde la mayoría de sus habitantes que deciden utilizar su tiempo libre en actividades sanas lo realizan de forma individual o no organizada por no contar el sistema social con un organismo o institución que rectoree dicha actividad o que al menos brinde oportunidades u opciones a cada uno de los grupos poblacionales.

Las necesidades físicas recreativas de la población de los Municipios y Consejos Populares en el país forman parte del sistema de información y conocimiento para la toma de decisiones en la satisfacción de las necesidades de movimiento de la población de los distintos grupos de edades, debido a que las actividades recreativas como fenómeno local difiere de un Consejo a otro, de un Municipio a otro, pues dependen de un grupo de factores que hacen diferenciar la estructura del tiempo libre de una zona a otra, todo esto se ve expresado en los llamados juegos tradicionales.

La población en su tiempo libre necesita satisfacer gustos y preferencias a través de variadas actividades y es una necesidad y obligación de la dirección de deportes y otras entidades ofrecer opciones recreativas para ocupar el tiempo libre en actividades sanas para todos los sectores de la población que posibiliten en gran medida elevar la calidad de vida de estos.

En el Combinado Deportivo 5 en cada actividad llevada a cabo en las áreas permanentes de recreación se observa una participación masiva de los pobladores a quienes va dirigida dicha actividad, asisten tanto a las actividades dirigidas como a las que espontáneamente deciden realizar, ya sea por una necesidad (bajar de peso, mantener su forma física, compartir con sus compañeros, etc.) o por motivos propios de algún acontecimiento importante (mundial de fútbol, olimpiadas, eventos deportivos llevados a cabo en su territorio, serie nacional de béisbol, etc.), sin embargo en la circunscripción # 96 perteneciente a dicho Consejo Popular y por tanto atendido por el Combinado Deportivo en las actividades recreativas que se realizan por parte del técnico de recreación y demás personal implicado en las mismas hay poca participación de los niños de 9 a 12 años en cualquier temporada que se lleve a cabo comprobándose un desinterés marcado por las mismas, por lo que es necesario a la hora de planificar y llevar dichas actividades a estos pobladores conocer cuáles son las que más aceptación puedan tener así como donde y cuando realizarlas para que el trabajo realizado sea objetivo y cumpla las funciones para el cual fue elaborado.

La presente investigación tiene como antecedentes el trabajo titulado "Hacia el necesario tránsito del consumismo al protagonismo como concepción", el DrC. Omar Gómez Anoceto titulado "Estudio de la Cultura Física en la comunidad: Propuesta de un modelo de intervención" así como otras investigaciones: "El trabajo comunitario en el Consejo Popular de Punta Gorda , Acciones de Recreación Física y Cultura artística y literaria", dirigidas a la participación de niñas y niños en la Circunscripción # 96 del Consejo Popular.

Además, la investigación tuvo en cuenta el trabajo de diploma: "Acciones Físico Recreativas para la participación en actividades de la Recreación Física en una comunidad donde no tenían mucho conocimiento. Los elementos teóricos que se aportan en las referidas investigaciones permiten reforzar la idea del trabajo que se puede desarrollar en términos de Recreación, en las comunidades, dirigida a los niños y las niñas.

Todo esto arroja como **situación problemática** la poca participación de los niños en las actividades deportivo-recreativas planificadas por el Combinado Deportivo 5 para cada grupo poblacional en su demarcación lo cual nos hace caer en el problema científico siguiente:

Problema Científico: ¿Cómo contribuir al aumento de la participación de las niñas y niños de 9 a 12 años en las actividades físico - recreativas?

Objeto de estudio: Proceso de la Recreación física.

Campo de acción:

Actividades físicas y recreativas.

Objetivo General:

Proponer actividades físico - recreativas para aumentar la participación de las niñas y niños de 9 a 12 años.

Objetivos específicos:

- Diagnosticar las principales causas que provocan la baja participación de las niñas y niños de 9 a 12 años a las actividades recreativas.
- Determinar los gustos y preferencias de las niñas y niños de 9 a 12 años en la circunscripción # 96.
- Elaborar las actividades físico – recreativas para las niñas y niños de 9 a 12 años.
- Validar la propuesta de actividades físico – recreativas por criterios de especialistas.

Idea a defender

Con la elaboración de la propuesta de actividades físico - recreativas se aumentará la participación de los niños de 9 a 12 años.

II- DESARROLLO.

2. Fundamentación Teórica.

2.1 Recreación como fenómeno sociocultural.

El autor R. Barahona, al referirse a la Recreación, plantea que la misma constituye un fenómeno sociocultural y lo fundamenta, a partir de la siguiente valoración: "La Recreación es un fenómeno social, ya que sólo tiene existencia en la Comunidad humana, es realizada por los hombres que viven en la sociedad, sino que además se rige por las leyes del desarrollo social que ha esclarecido el materialismo histórico, y es un fenómeno cultural, ya que esta característica deviene del hecho de que el contenido de la Recreación está representado por formas culturales". Es necesario esclarecer que con relación a este último aspecto la denominación de formas culturales se utiliza en su sentido más amplio, referido tanto a las actividades de la cultura artística literaria, como a las de la cultura física, actividades todas recreativas y las cuales consume el hombre para su desarrollo.

Como todo fenómeno la Recreación tiene partes componentes y elementos que la forman y para el análisis como fenómeno sociocultural se distinguen cuatro elementos constituyentes que la caracterizan, definen y dan forma; siendo estos:

- Tiempo Libre.
- Las actividades en una función recreativa.
- Necesidad recreativa.
- Espacios para la Recreación.

El Tiempo Libre: es aquel período que está a completa disposición del individuo después de haber terminado su labor y cumplido sus otras obligaciones, se nos presenta como la ocasión para completar al hombre por las muchas exigencias de la vida contemporánea, pero no debe ser una simple compensación, sino que su mayor valor sigue siendo la posibilidad de enriquecer al ser humano, utilizando como medio las artes, las ciencias, los deportes y la naturaleza, obteniendo los mejores resultados por la participación gozosa del hombre". Derechos Humanos al Tiempo Libre. Ginebra, 1970.

Las actividades en una Función Recreativa, indican que el tipo de actividad, su oportunidad y duración lo define el individuo, según sus intereses, habilidades, capacidades,

experiencia y nivel de información, ya que la opción habilidad es una característica propia de la actividad recreativa, aunque esta elección se realiza sobre la base de intereses individuales, es condicionada socialmente, con esto queremos enfatizar que las características propias de la actividad a realizar son determinadas por el individuo y no desde fuera de él, por lo que una misma actividad puede constituir una actividad recreativa o laboral a razón de cómo se enfrente.

La Necesidad o Interés Recreativo, forma parte de la gran necesidad social de reproducción que tiene el hombre y que se caracteriza porque se expresa individualmente, condicionada socialmente a través de intereses individuales y su especificación radica en las actividades u objetos que satisfacen la necesidad, es el consumo de bienes culturales realiza en determinadas condiciones socio - económicas y de disponibilidad de tiempo, que aseguran una opción y por lo tanto la expresión de la individualidad, como necesidad humana y necesidad social. **Espacio para la Recreación**, La Filosofía Marxista define el espacio como una forma real objetiva de existencia de la materia en movimiento, expresa la coexistencia de las cosas y las distancia entre su extensión y el orden en que están situadas unas respecto a otras. La Recreación (actividades que se realizan en el llamado tiempo libre) va a desarrollarse dentro del espacio en general, el cual puede ser entendiendo de forma específica como:

- Espacio físico
- Espacio cultural
- Espacio social

Es la disciplina cuyo propósito es utilizar las horas de descanso (tiempo libre), mediante el cual el hombre puede aumentar su valor como ser humano y como miembro de la Comunidad, ocupando este tiempo con actividades creadoras y motivándolo para que se enriquezca en los dominios profesional, artístico, cultural, deportivo y social.

Son 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 (Sosa Loy, Desiderio 2000).

2.1.2 La Recreación Física.

Los tres grandes procesos o campos de la Cultura Física (Educación Física, Deporte y Recreación Física) en los tres aparecen deportes de arraigo en el país, la diferencia está dada en los objetivos que se persiguen en cada proceso, en el caso de la Recreación Física se presentan invariantes como Tiempo Libre, voluntariedad, opción y desarrollo de la personalidad, lo que indica que cualquier actividad física, deportes que cumplan con estos requisitos en determinados momentos está dentro del campo de la Recreación Física.

Ramos A. 2004, plantea que la Recreación Física, es toda actividad de contenido físico, deportivo y turístico a las que se dedica el hombre en el tiempo libre con fines de entretenimiento, esparcimiento al aire libre, competición o prácticas sistemáticas de actividades específicas, siempre y cuando prime su voluntad y la selección de cuándo, cómo y dónde las realiza en función de su desarrollo personal.

Sosa Loy, Desiderio (2000: 15), en sus estudios teóricos, relacionados con la Recreación, define la Recreación Física como “(...) el conjunto de actividades físicas definidas por los motivos físicos recreativos que constituyen un subsistema de la Recreación y forma parte de la cultura física de la población con énfasis hacia el descanso activo, la salud, la creación de hábitos motores, la diversión y el desarrollo individual creativo. Tal tipo de Recreación está caracterizada por cierto nivel de motricidad, lo cual genera un alto nivel de protagonismo físico recreativo”. En estrecha relación al concepto de Recreación Física que aborda el autor anteriormente mencionado, se encuentran los **motivos físicos recreativos**, que los conceptualiza como “(...) los móviles que en el campo de la cultura física y la Recreación definen las acciones físico - recreativas y se relacionan con: el descanso, la diversión, la competencia, la búsqueda de estados emocionales positivos, la salud, la belleza, los juegos dinámicos, la integración social y con el medio natural etc..., para el bienestar pleno y creador en el camino hacia una cultura recreativa superior que coadyuve en el mejoramiento de la calidad de vida y lo que esta representa para él”. (Sosa Loy, 2000: 15).

La Recreación Física representa para las niñas y niños un medio, que contribuye a su desarrollo físico, social e intelectual. Para el joven representa la acción, la aventura, la independencia, y para el adulto, un elemento higiénico y de descanso activo, generalmente se escogen formas tradicionales de Recreación, tales como asistir a un concierto, recorrer

una muestra de pinturas y esculturas, leer, participar como espectador de eventos deportivos y recreativos.

Objetivos de la Recreación Física:

- Contribuir al desarrollo multilateral del individuo.

Proporcionar a través de la participación sistemática, un nivel de preparación física general superior.

- Contribuir a la incorporación de hábitos socialmente aceptables como son: respeto a las reglas establecidas en las actividades, la disciplina, el autocontrol, el colectivismo, el sentido de responsabilidad.
- Dar oportunidades por medio de la participación para la formación moral y el desarrollo socio - político e ideológico.
- Facilitar durante el desarrollo de actividades, la observación de la naturaleza y la sociedad, la vinculación del conocimiento cultural y técnico en el contexto común que permite la profundización en la concepción científica del mundo.

Tener conocimiento acerca de actividades que forman parte del programa Recreación Física: Juegos tradicionales, construcción de medios, caza deportiva, “a jugar”, pesca deportiva y planes de la calle. (Manual Metodológico del Programa Nacional de Recreación Física, 2003: 54)

La Recreación Física debe verse ante todo como un fenómeno local, su organización por lo tanto debe referirse a este postulado puesto que el hombre cerca de su hogar puede emplear de forma creativa el tiempo libre en actividades físicas de acuerdo a sus intereses. El hombre en realidad dentro de su localidad o Comunidad, su medio se mueve en un espacio bastante reducido, existen diferentes contextos o lugares para organizarla, entre ellos tenemos:

- Recreación Física en grupos urbanos o comunitarios.
- Recreación Física en el municipio.
- Recreación Física escolar.
- Recreación Física laboral.
- Recreación Física en el Consejo Popular.

- Recreación Física en la circunscripción.

2.1.3 La Recreación Física en la circunscripción y en el Consejo Popular.

El tema de la investigación está dirigido a la participación de las niñas y niños en la circunscripción # 96 del Consejo Popular “Punta Gorda”, en correspondencia con ellos, se ha de señalar que la circunscripción es el eslabón de comienzo de la estructura política administrativa de nuestro país, donde se presenta el proceso de la Recreación Física como un fenómeno local e integra la Comunidad, la escuela y los centros de trabajo que en ella existe.

Se hace imprescindible la organización de la Recreación Física en su seno como vía eficaz para la dinamización del uso del tiempo libre de esas poblaciones mediante la concepción de que no es necesario trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa. La organización de los vecinos, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones de la realización de las actividades, crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de la vida de estos.

La Recreación Física en la circunscripción se dirige a los grupos urbanos o comunitarios, centros escolares en los distintos niveles de enseñanza y centros de trabajo, realice una valoración de esta forma organizada de la actividad física de tiempo libre, señale porque los siguientes planteamientos así los principales aspectos que usted considere en relación a la Recreación comunitaria, escolar y laboral en el desarrollo local.

En la Programación de la Recreación Física en la circunscripción es importante determinar las posibilidades endógenas para la confección de los programas y actividades físico - recreativas, utilizando los espacios de la Comunidad, así como la integración de todos los actores sociales de la misma en la programación de la Recreación Física, es de suma importancia en la proyección de estrategias en la innovación social del conocimiento de la Recreación Física en el desarrollo local.

El Consejo Popular espacio para el desarrollo de la Recreación.

Alina Perera en su artículo titulado, “Recreación: pensarla entre todos”, al valorar el fenómeno de la Recreación señala que la misma es concerniente a todos los cubanos, implica un universo sensible, lleno de matices y complejidades, que exige pensar sin descanso, en un permanente ejercicio de creatividad y realismo . Esteban Lazo Hernández vicepresidente del Consejo de estado en la Comisión Nacional de Recreación desarrollada en abril del 2010, señaló: “Toda actividad que vayamos a hacer debe ser pensada en un diseño, en correspondencia con ello, plantea la siguiente interrogante: ¿Qué queremos lograr y con qué contamos para lograr lo propuesto?

Enfatizando que la Recreación tiene mucho que ver con sembrar ideas, con forjar conciencias, por eso debe ir acompañada de la calidad y de visiones originales, considerando que la verdadera Recreación se logra cuando hay claridad de lo que se puede hacer y cuando es concebida, sobre todo, desde la base, en el Consejo Popular.

En correspondencia con lo planteado con Lazo se concede una significación a la integración de todas las instituciones y organismos implicados en la Comunidad, que unido a una intensa y eficaz divulgación propicie la participación de la población a favor de su alegría, entretenimiento y plenitud.

En otro artículo, relacionado con esta temática, titulado, “Tocar las raíces de la Recreación”, también de la periodista, Alina Perera, nos hace reflexionar en la idea de que el Consejo Popular es el espacio clave para lograr que en cada lugar de nuestro país, la gente disfrute un esparcimiento acorde con sus costumbres e ideas.

Es este aspecto lo asociamos a la investigación a partir de las tradiciones que se establecen en la Circunscripción #96 al estar ubicada en un área de la ciudad de Cienfuegos donde su cercanía al Estadio de béisbol “5 de Septiembre”, las áreas recreativas aledañas al estadio “Luís Pérez Lozano”, y la posibilidad de tener un parque infantil en la circunscripción, propician escenarios que influyen en los elementos socioculturales y costumbristas necesarios a tener en cuenta en el diseño de las actividades que se enriquecen de la determinación durante la investigación de los gustos y preferencias en estas edades.

2.1.4. Características de las actividades de la Recreación Física dirigidas a las niñas y los niños.

Las actividades en el tiempo libre se realizan como la expresión del interés de los niños hacia las distintas formas de actividad del movimiento en base a la libre voluntad. La participación de las actividades recreativas crea en los niños un importante hábito del trabajo individual y precedente en la fijación de sus intereses.

Los objetivos de las actividades recreativas dirigidas a niñas y niños es ofrecer actividades culturales que amplíen su horizonte cultural y contribuyan a la difusión de los mejores valores éticos y estéticos.

Las actividades deben estar caracterizadas por promover un nuevo enfoque del trabajo cultural, que impulse su participación activa, el desarrollo de su sensibilidad, creatividad, fantasía, y gusto estético, así como la formación de hábitos culturales en el tiempo libre y lograr un trabajo coordinado entre las instituciones culturales encaminadas a estos fines, de acuerdo con las edades se sugieren la realización de diferentes actividades tales como: narración de cuentos, exposición de libros, recitales de poesías, escenificación de obras literarias con actores, títeres, mimos y bailarines, encuentros con escritores, entre otras actividades.

Las actividades dirigidas a niñas y niños deben tener un amplio contenido de juegos, que se convierten mediante una correcta dirección en un medio de educación, ya que brinda la posibilidad de desarrollar en ellos cualidades morales, intereses y aspectos positivos de la personalidad, teniendo en cuenta las necesidades y derechos de los infantes. La importancia del juego en la formación de la voluntad de los pequeños, consiste en que en el juego se acostumbra a actuar en concordancia con las obligaciones sociales y morales que tiene que acatar por exigencia de su papel.

2.1.5 La Comunidad.

Según Ander - Egg, “La comunidad es una unidad social cuyos miembros participan de algún rasgo, interés, elemento o función común, con conciencia de pertenencia, situados en una determinada área geográfica en la cual la pluralidad de personas interaccionan más intensamente entre sí que en otro contexto”.

Para el Colectivo de Investigación Educativa (CIE) “Graciela Bustillos” de la Asociación de Pedagogos de Cuba (González, 2002: 10), entiende por comunidad: "Es un grupo humano que habita un territorio determinado, con relaciones interpersonales, historia, formas de expresiones y tradiciones y sobre todo con intereses comunes".

El elemento central en la vida comunitaria es la actividad económica y así lo considera este grupo ministerial, pero junto a la actividad económica y como parte esencial de la vida de la Comunidad están las necesidades sociales tales como: la salud, cultura, deporte, Recreación y otras que conforman una unidad y exigen esfuerzos de las organizaciones y los individuos de la Comunidad.

El Centro de estudios comunitarios de la Universidad Central “Carlos Rafael Rodríguez” de Cienfuegos, (Cuba), ha venido trabajando una concepción de Comunidad y establecen que: que “La Comunidad es un grupo social que comparte espacio donde la participación y cooperación de sus miembros posibilitan la elección consiente de proyectos de transformación dirigidos a la solución gradual y progresiva de las contradicciones potenciales de su auto desarrollo”. (Freyre, 2004: 27-28).

En esta definición se puede observar un conjunto de variables como la participación, la cooperación y la elección consiente de proyectos que resulten útiles para nuestro trabajo. Otra idea importante contenida es el fundamento de principio del auto desarrollo comunitario. Elementos brindados al trabajo que definen a la Comunidad son:

- Es un grupo social.
- Tiene unidad cultural y territorial.
- En ella se desarrollan procesos de cooperación y participación.
- Existe identidad y sentido de pertenencia en los individuos.
- Elección consciente del proyecto.

2.1.6 Trabajo Comunitario.

El trabajo comunitario integrado constituye hoy la política oficial vigente encaminado a lograr el desarrollo sostenible de la Comunidad. La misma contiene una serie de retos cuyo enfrentamiento requiere de una práctica profesional comunitaria. Las acciones que desarrolla

el Combinado Deportivo de Cultura Física, Deporte y Recreación, institución cuya misión es el trabajo con la Comunidad, en la mayoría de las ocasiones son concebidas a partir de los recursos de que dispone ella o de criterios empíricos fundados en la experiencia profesional o en la observación global a la Comunidad y no se propicia la participación en la concepción por medio de sus intereses y en la implementación evolución de dichas acciones en torno a la Cultura Física. Se observa que los procesos de cooperación en el interior de la Comunidad y de los apoyos externos son limitados, la integración como premisa fundamental del desarrollo del trabajo conjunto de todos los factores de la Comunidad no se manifiestan en todos los casos por igual y no se garantiza en todas las actividades por lo que en muchas ocasiones el Combinado Deportivo nocompromete a otros elementos del contexto.

González Rodríguez (1998), estima que el trabajo comunitario no solo es para la Comunidad, ni en la Comunidad, ni siquiera con la Comunidad, es un proceso de transformación de la Comunidad, soñado, planificado, conducido, ejecutado y evaluado por la propia Comunidad”. Un proceso donde la acción del profesional va encaminada a propiciar y estimular el protagonismo de la Comunidad en la dinámica de su propio desarrollo y le aportará herramientas conceptuales y metodológicas para su realización exitosa.

2.1.7. La participación en el trabajo Comunitario.

El Estado cubano durante el proceso de edificación de la sociedad socialista tiene que cumplir con la importante tarea de propiciar la participación cada vez más amplia de los trabajadores y progresivamente de toda la sociedad en las tareas que le son inherentes. La participación es un concepto complejo y dinámico que remite más a un proceso que a un estado o a una meta, debe hablarse de niveles y formas de participación refiriéndose a las diferentes modalidades y la profundidad de apropiación de determinados objetivos (políticos, personales de un proyecto) , la participación es a la vez un medio para mejorar y agilizar la eficiencia y la eficacia de un proyecto, un fin en sí mismo en cuanto a fortalecer la autoestima de la población participante y le otorga sentido a su vida, al proporcionarle control sobre los eventos del contexto en la cual se desenvuelve. La participación según Díaz Bordenave (1985,29), es una necesidad humana y constituye un derecho de las personas representando

el camino para satisfacer el deseo de pertenecer y ser reconocido, de autoafirmarse y realizarse, de ofrecer y recibir afecto y ayuda, de crear. Esta al ser una necesidad y un derecho debe ser promovida aun cuando resulte el rechazo de los objetivos establecidos”.

La participación no es una casualidad ni un hecho espontáneo y para que ésta se produzca es necesario un conjunto de condiciones que tienen que ver con la Comunidad, con las personas, con el grupo, con el contexto social e histórico, con los valores que dominan en nuestra la sociedad, los medios y recursos sostenibles.

Condiciones para que se produzca la participación según plantea De la Riva (1994):

- ☞ Motivación para querer participar.
- ☞ Formación para querer participar.
- ☞ Organización para poder participar.

La motivación para poder participar significa que las personas quieran participar a partir de sus motivaciones, sus intereses, de la satisfacción socio afectiva lo que refuerza su sentimiento de pertenencia al grupo y la percepción de la utilidad de la participación para satisfacer sus necesidades e intereses.

La formación para saber participar está dada porque las personas tengan preparación que cuenten con los conocimientos y capacidades necesarias para ellos, para la comunicación y la cohesión del grupo y para organizar el funcionamiento de este en la participación.

La organización para poder participar no es más que las personas a quien está dirigida la participación, se organicen para poder realizarlas puesto que esa organización es donde se establecen al interior del grupo las influencias, afloran los conflictos o las necesidades, por lo que hay que atender a estructura de funcionamiento y al desarrollo de acciones eficientes y eficaces que facilitan poder participar.

Conclusión parcial del capítulo

El primer capítulo trata los presupuestos teóricos que sustentan las actividades deportivo-recreativas, en la fundamentación teórica se expone el concepto de recreación, sus funciones así como los objetivos que esta tiene dentro de nuestra sociedad, cuales son los aspectos indispensables para llevar a cabo un plan de actividades, los beneficios que estas

traen para el organismo y como algo indispensable la matriz DAFO con que se trabaja. Aparecen también aquí los conceptos con los que se trabajan con una definición precisa de cada uno de ellos.

2.2 Metodología para la realización del trabajo.

Tipo de estudio.

Se desarrolla una investigación **no experimental**, basada en **diseño transeccional descriptivo**, (Hernández R, 2004) donde se toma como muestra a profesores de la escuela donde fue enclavada el estudio. Además, se revisó de forma intencional el Programa de Recreación.

La clasificación de una investigación, desde el punto de vista teórico, es siempre una tarea complicada, sobre todo por la gran variedad de modelos y teorías existentes. No obstante, en este caso, y a partir de los criterios de Estévez y Col (2006), se considera que se trata de una combinación de los paradigmas interpretativo y crítico. En primer lugar, porque el problema a investigar surge de los grupos sociales y el objeto a estudiar está vinculado al conocimiento de una situación y comprenderla a través de la visión de los sujetos. Por otra parte, aunque predomina la interpretación, la investigación no se detiene ahí, sino que integra acciones de transformación, las cuales se aplican partiendo del protagonismo de los sujetos implicados.

Paradigma utilizado.

Conocido también como **cualitativo, interpretativo naturalista o etnográfico**, aparece en la ciencia como respuesta al paradigma positivista. Los precursores de este modelo son Dilthey, Rickert, Schutz, Weber, los que han hecho aportes a la comprensión de las acciones sociales.

Este paradigma se caracteriza por considerar la realidad como múltiple, holística con una relación de interdependencia entre el sujeto y el objeto y su finalidad es la comprensión de las relaciones internas, es decir, comprender e interpretar la realidad, los significados que tienen para las personas los hechos y las acciones de su vida. Para ello el investigador se vincula directamente al proceso para poder comprender la esencia del fenómeno a estudiar, por lo que los valores son explícitos e influyen directamente en los resultados de la investigación. Al trabajarse con pequeños grupos o casos, se transfieren los resultados.

En este paradigma se promueve la participación de los sujetos que forma parte del objeto de investigación, se pone énfasis en la investigación documental, en la observación participante y en las entrevistas en el trabajo de campo. Se realizan estudios de caso y se prepondera la interacción simbólica entre los sujetos. Hay una gran interacción del sujeto investigador que facilita la recolección de datos cualitativos de manera directa. El carácter subjetivo del análisis y la interpretación de los datos prevalece.

2.2.1 Población y Muestra.

Para la realización del trabajo se utilizan dos muestras. El estudio se realizó en la circunscripción # 96 , enclavado en el Consejo Popular “Punta Gorda ”. De una población 60 niños, se toma de forma intencional 49 niños que representa el 81.6% de la población, se caracterizan por ser 6 de raza mestiza 16 blancos y 12 negros , 31 son del sexo masculino y 18 del sexo femenino entre las edades comprendida de 9 a 12 años .

La segunda muestra está compuesta por los especialistas: 5 técnicos de Recreación del Combinado # 5, 1 metodólogo de Recreación del municipio, 3 profesores de los departamento Didáctica de la Educación Física y la Recreación de la Facultad de Cultura Física, que hacen un total de 9, los que sirvieron como especialistas en la valoración de la propuestas de actividades físico recreativas. Se decide tomar estos especialistas, debido a que son los profesores que llevan más de 10 años de trabajo en la Recreación y poseen una vasta experiencia en el conocimiento teórico metodológico, son graduados de Cultura Física, lo que se expresa en los datos que se reflejan a continuación:

Profesores.	A. Exp	Grado científico.	Labor que realiza
MadelaineRodrigues	5	Master	Profesora del Combinado deportivo
Oscar Ciriano	10	Licenciado	Profesor del Combinado deportivo
Lázaro Martines	33	Licenciado	Profesor del Combinado deportivo
JiannyCampaneoni	2	Licenciada	Profesora del Combinado deportivo
Gerardo Fernández	10	Master	Profesor del Combinado deportivo
Alain Suárez	3	Licenciado	Profesor del Combinado deportivo
Olga Lidia Carballosa			Profesora de la Facultad de Cultura Física.
Grisel de la Caridad Navarro Soto			Profesora de la Facultad de Cultura Física.

2.2.2 Métodos y Técnicas de Investigación.

Métodos teóricos:

Analítico-sintético: Estuvo presente en todas las consultas, estudio de documentos, elaboración del plan de actividades. Se realiza con el propósito de debatir las cuestiones teóricas más importantes relacionadas con el problema de investigación que están tratadas en diferentes fuentes bibliográficas especializadas y en resultados de otras investigaciones.

Inductivo-deductivo: Estará presente en todos los momentos del trabajo desde su concepción hasta el momento de los análisis de los posibles resultados.

Métodos empíricos:

- **Observación estructurada :** Se realiza la observación de las actividades deportivo-recreativas antes de diseñar el plan de actividades para constatar el nivel de participación de los pobladores así como durante la puesta en práctica del mismo(Anexo # 1)
- **Entrevista:** Se aplica a la muestra seleccionada antes de diseñar la propuesta para informarnos sobre cuáles son las actividades de sus gustos y preferencias en el aspecto deportivo recreativo así como los lugares y horarios que prefieren. (Anexo # 2).
- **Encuesta:** fue aplicada a los especialistas para que dieran su opinión sobre la propuesta recreativa.

Métodos matemáticos y/o estadísticos:

Matemático: Se calcularon los promedios mediante el método porcentual.

Estadística descriptiva: Se realiza una tabla de frecuencia donde se exponen las actividades de más preferencia elegidas por los niños de 9 a 12 años, así como la moda y realizamos una tabla de contingencia, donde se muestra la cantidad de encuestados y sus preferencias.

2.3 Análisis de los resultados de la observación

Después de realizada las 8 observaciones a las actividades que ejecutaba el especialista de recreación se pudo comprobar (tabla # 1, 2, 3 y 4):

- 77,8 % de las actividades observada se pudo apreciar que los niños y niñas no participaban en las actividades físicas recreativas y se mantenían de espectadores.

- El 60 % de las observaciones realizadas, los niños que asistieron no demostraron una satisfacción plena en lo que estaban realizando e incluso abandonaban las actividades antes de culminar.
- El 73,3% de las observaciones la asistencia a las actividades era mala, la mayor parte de los niños, llegaban tarde a las mismas o casi al final, en ocasiones se acercaban por curiosidad.
- El 61,7 % de las observaciones los niños y niñas no se encontraban satisfechos con la recreación que ofertan en el consejo, debido a que las mismas son pasivas y las planifican los técnicos sin tener en consideración los gustos, intereses y necesidades de los mismos.

Tabla 1: Resultado de la observación realizada al indicador participación activa, en las que casi siempre las realizan las niñas y niños por sí solos.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Participación activa en las actividades programadas	2	13,3	3	20	10	66,7

Tabla 2: Resultado de la observación realizada al indicador asistencia a las actividades programadas.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Asistencia a las actividades programadas	0	0	4	26,7	11	73,3

Tabla 3: Resultado de la observación realizada al indicador satisfacción por las actividades programadas.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Satisfacción por las actividades programadas	2	13,3	4	26,7	9	60

Tabla 4: Resultado de la observación realizada al indicador permanencia en las actividades.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Permanencia en las actividades	1	6,7	3	20	11	73,3

2.3.1 Resultados de la encuesta.

La encuesta se realiza a un total de 49 niños de la circunscripción 96, entre las edades comprendidas de 9 a 12 años, para conocer sus gustos y preferencias y así poder planificar un plan de actividades acorde a los intereses recreativos.

En la tabla 5 se muestran los resultados de la pregunta. ¿Realizan actividades físicas para preservar la salud de forma general?, donde el 77,6 % de los niños plasmaron que no y el 22,4 % que sí.

Tabla 5: Resultados de la realización de actividades físicas

	Si	%	No	%
Realizas actividades físicas para preservar la salud de forma general	11	22,4	38	77,6

Cuando se les pregunta a los niños las razones por la no participación en las actividades el 81,6 % de la muestra reflejaba la falta de ofertas recreativas.

Tabla # 6: Razones por las que no participan más en actividades del tiempo libre.

	Masculino	%	Femenino	%	Total	%
Falta tiempo	3	9,68	0	0	3	6,12
Falta oferta	25	80,6	15	83,3	40	81,6
Causa económica	0	0	0	0	0	0
Causa física	0	0	0	0	0	0
Otras prioridades	2	6,45	3	16,7	5	10,2
Otras razones	1	3,22	0	0	1	2,04
Total	31	100	18	100	49	100

En la tabla 7 se hace referencia a las actividades deportivas que les gustan practicar, donde las de mayor preferencia por los niños son: Béisbol, Baloncesto, Voleibol y quiquimbol.

Tabla 7: Resultado de los gustos y preferencias por las Actividades deportivas.

Actividades Deportivas	Femenino	%	Masculino	%	Total	%
Béisbol	3	16,6	25	80,6	28	57,1
Fútbol	5	27,7	17	54,8	22	44,9
Minifútbol	5	27,7	15	48,3	20	40,8
Bádminton	9	50	6	19,3	15	30,6
Baloncesto	11	61,1	17	54,8	28	57,1
Voleibol	13	72,2	19	61,2	32	65,3
Balonmano	5	27,7	9	29,3	14	28,6
Judo	3	16,6	8	25,8	11	22,4
Atletismo	7	38,8	13	41,9	20	40,8
Kárate	5	27,7	12	38,1	17	34,7
Esgrima	5	27,7	7	22,5	12	24,5
Lucha	0	0	13	41,9	13	26,5

Quiquimbol	15	30,6	19	61,2	34	69,4
------------	----	------	----	------	----	------

En la tabla 8 que se muestra a continuación se pudo comprobar que las actividades Recreativas de mayor gusto y preferencia por los niños son: Juegos recreativos diversos, Juegos Pre deportivos, A Jugar, Planes de la Calle, y el Tiro Recreativo.

Tabla 8: Resultado de los gustos y preferencias por las Actividades recreativas.

Actividades recreativas físicas	Femenino	%	Masculino	%	Total	%
Trompo	1	5,55	15	78,9	16	32,6
Juegos recreativos diversos	13	72,2	17	89,5	30	61,2
Papalote	0	0	9	47,4	9	18,3
Juegos Tradicionales	7	38,8	13	68,4	20	4,8
Juegos de Bolas	5	27,7	11	57,9	16	32,6
Juegos de carreras	11	61,1	15	78,9	26	53,1
Tiro recreativo	9	50	18	94,7	27	55,1
Juegos de Salto	11	61,1	13	68,4	24	49
Juegos de Fuerza	7	38,8	17	89,5	24	49
Juegos Pre deportivos	13	72,2	19	100	32	65,1
Planes de la calle	13	72,2	15	78,9	28	57,1
A Jugar	14	77,7	17	89,5	31	63,2

A continuación se refleja en la tabla 9 los resultados de preferencias sobre los juegos de mesa, mostrándose que los más gustados son: dama, parchís, juegos de cartas y dominó.

Tabla 9: Resultado de los gustos y preferencias en las actividades llamadas juegos de mesa.

Juegos de Mesa	Femenino	%	Masculino	%	Total	%
----------------	----------	---	-----------	---	-------	---

Ajedrez	7	38,8	11	35,5	18	36,7
Dama	11	61,1	17	54,8	28	57,1
Parchís	15	83,3	18	58,1	33	67,3
Rompecabezas	13	72,2	11	35,5	24	49
Juegos de Ludotecas	11	61,1	9	29,1	20	40,2
Juegos de Cartas	12	66,6	15	48,3	27	55,1
Dominó	15	83,3	18	58,1	33	67,3

2.4 Plan de actividades física recreativa

Objetivo General: Incrementar la participación a través de actividades deportivo-recreativas, sustentadas en los gustos y preferencias de niños de 9 -12 años.

	Actividades	Día	Hora	Lugar	Responsable	J	A	S	O	N	D
1	Competencia de quiquimbol Simultánea de ajedrez Juego, "Carrera en saco"	Miércoles	4.00 pm	Escuela.	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	x
2	Juego de fútbol.	Martes	4:00 pm	Terreno de Béisbol	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	x
3	Festival de juegos tradicionales Juegos pasivos (El Campeón del Domino).	Jueves	10:00 am	Escuela.	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	x
4	Excursión Museológica.	Jueves	4:00 pm	Museo	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	x
5	Juego de Béisbol.	Jueves	4:00 pm	Terreno de Béisbol	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X

6	A jugar, Bailar y Cantar. Festival de juegos tradicionales	Viernes	10:00 pm	Escuela.	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
7	Actividades Física Recreativa cultural “Yo recuerdo”	Viernes	4:00 pm	Parque infantil	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
8	Festival Deportivo Recreativo Cultural.	Sábado	4:00 pm	Terreno de Béisbol	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
9	Actividad Recreativa cultural	Sábado	9:00 am	Parque infantil	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
10	Juegos pasivos “Quiero ser como Capa Blanca”. Festival de juegos tradicionales	Jueves	10:00 am	Escuela.	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
11	Plan de la Calle	Sábado	4:00 pm	Calle	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
12	Festival Deportivo Recreativo Cultural	Domingo	9:00 am	Terreno de Béisbol	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
13	Caminata Recreativa.	Domingo	2:00 pm	Campamento	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X

14	A Jugar Copa de Voleibol.	Martes	10:00 am	Escuela	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
15	Actividad Recreativa.	Sábado	9:00 am	Parque infantil	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
16	Competencia de juegos pasivos.	Domingo	4:00 pm	Escuela.	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
17	Juego de Béisbol.	Miércoles	4:00 pm	Terreno de Béisbol	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	X
18	Juego de Baloncesto	Lunes	4.00 pm	Cancha de Baloncesto	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	x
19	Festival de Damas	Martes	9.00 am	Escuela	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	x
20	Festival de Parchís		9.00a m	Escuela	Profesor de Recreación	X	x	x	x	x	x

2.4.1 Validación del plan de actividades físicas recreativas

Los especialistas fueron seleccionados teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Categoría docente
- Título académico o científico
- Años de experiencia en la recreación

Tabla 11: Resultados de la encuesta a los especialistas.

Indicadores	5	%	4	%	3	%	2	%	1	%
Posibilidad real de insertar el Plan de Actividades Físicas Recreativas	9	81,8	2	18,2	0	0	0	0	0	0
Ayuda a resolver un problema de la práctica	10	90,9	1	9,1	0	0	0	0	0	0
Estructura del Plan de Actividades Físicas Recreativas	8	72,7	3	27,3	0	0	0	0	0	0
Las actividades responden a los gustos y preferencia de los niños	9	81,8	2	18,2	0	0	0	0	0	0
El Plan de Actividades responde a los objetivos propuestos de la investigación	8	72,7	3	27,3	0	0	0	0	0	0
El Plan de Actividades Físicas Recreativas es aplicable	11	100		0	0	0	0	0	0	0
El Plan de Actividades Físicas Recreativas es viable	9	81,8	2	18,2	0	0	0	0	0	0
El Plan de Actividades Físicas Recreativas es relevante	10	90,9	1	9,1	0	0	0	0	0	0

El Plan de Actividades puede ser aplicable y viable, debido a que el mismo, puede ser aplicado como está estructurado, se puede realizar y los resultados a alcanzar pueden ser satisfactorios. Además es relevante, importante para el Consejo Popular por la significación práctica que representa la futura aplicación del resultado que se valora.

Es pertinente ya que el Plan de Actividades Físicas Recreativas es conducente, el mismo conduce a lograr el objetivo planteado.

2.4.2 Criterios emitidos por los especialistas.

- El 100 % valoran de satisfactorio el plan de actividades físicas recreativas propuesto para los niños de 9 - 12 años, a partir de la determinación de sus gustos y preferencias y el marco temporal del mismo.
- El 98 % determina que el plan de actividades físicasrecreativas es asequible al grupo con que se trabaja, y esde fácil ejecución.
- El 99% plantea que las actividades del plan dan cumplimiento al objetivo del mismo.
- El 100 % plantea que la estructura del plan se corresponde con las exigencias de este tipo de actividad pues se encuentra organizado adecuadamente, lo que facilita el trabajo del profesor de recreación.

Sugerencias emitidas por los especialistas:

- ✓ Incluir estudiantes en la ejecución del plan.
- ✓ Vincular a los representantes del consejo popular a las actividades.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

III. Conclusiones

Teniendo en cuenta los objetivos planteados, así como los resultados derivados del proceso investigativo, se consideran como conclusiones del trabajo, las siguientes:

1. Con el resultado de este estudio se corrobora la idea a defender, con la elaboración de la propuesta de actividades físico - recreativas se aumentará la participación de los niños de 9 a 12 años.
2. El diagnóstico arrojó que la participación de las niñas y niños en las actividades físicas recreativas era pobre por: la falta de ofertas recreativas que existía en la circunscripción 96.
3. Se pudo determinar que las actividades de mayor preferencia deportivas fueron: béisbol, baloncesto y quiquimbol y juegos de mesa: dama, parchís y juegos de cartas.
4. La elaboración de las actividades físico – recreativas se conformó a partir de los criterios de los especialistas cuyo fundamento y estructura favorecieron el desarrollo de las actividades.
5. El criterio de especialista arrojó que el plan de actividades físicas recreativas es aplicable, viable, pertinente y relevante.

IV. RECOMENDACIONES.

El presente trabajo pueda ser continuado como temática, de futuras investigaciones, llevarlo de forma sistemática a la práctica con la intención de perfeccionar las actividades física recreativas y lograr mejores resultados

V- BIBLIOGRAFÍA

- Barahona, R. (1977) *La Recreación como fenómeno sociocultural*. La Habana, Impreso en “José Antonio Huelga”.
- Colectivo de autores. (s.f.) *Fundamentos Teóricos metodológicos de la Recreación*. Guía de estudio. Material digitalizado. La Habana, Instituto Superior de Cultura Física.
- Cuba. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Dirección Nacional de Recreación. (1992) *Modificaciones de la función del promotor de Recreación sobre la base de la nueva política de trabajo de la dirección nacional de Recreación*. La Habana, Impreso en “José Antonio Huelga”.
- Cuba. Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. (2003) *Manual Metodológico del Programa Nacional de Recreación Física*. Ciudad de la Habana, INDER.
- Del Rey, R. (2008) *El trabajo en la Comunidad de Jibacoa. Acciones de Recreación Física y cultura artística y literaria*. Tesis de Maestría (Maestría en Actividades Física Comunitaria). Cienfuegos, ISCF “Carlos Rafael Rodríguez”.
- Estévez, M., Margarita M y Cecilia F. (2004) *Las Investigaciones científicas en la actividad física: su metodología*. La Habana, Editorial Deporte.
- Estrada B, J. L. (2007) *Recreación sana*. Juventud Rebelde. La Habana. Consultado el 21 de enero de 2013.
- Fulleda, P. Y col. (s.f.) *Recreación Comunitaria*. Dirección Nacional de Recreación del INDER
- Gómez, O. (2006) *Estudio de la Cultura Física en la Comunidad propuesta de un Modelo de Intervención*. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, ISCF “Manuel Fajardo”.
- González, A. (2005) *El Modelo de Recreación Física y su intervención en el sector urbano ‘Los Sirios’ de la ciudad de Santa Clara*. Trabajo de Diploma.
- González, N. (2002) *Selección de lecturas sobre trabajo comunitario*. Ciudad de la Habana, CIE “Graciela Bustillos” Asociación de Pedagogos de Cuba.

- Iglesias, O. (2005) Actividad físico deportiva y la Comunidad: Una alternativa para el desarrollo local. Acción Revista Cubana de la Cultura Física. La Habana. # 2: 52 p.
- Marrero, W. (2008) Acciones Físico - recreativas para la participación en actividades de la Recreación Física en una Comunidad de montaña. Trabajo de Diploma. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
- Mesa, M. (2006) Asesoría Estadística en la investigación aplicada al deporte. Villa Clara: Editorial José Martí.
- Orta, Y. (2010) Los mil rostros de la Recreación. Juventud Rebelde. La Habana. Consultado el 12 de octubre de 2013.
- Perera, A (2010) Recreación: pensarla entre todos. Juventud Rebelde La Habana 9 de abril: 5.
- Perera, A (2011) Recreación: un derecho del día a día. Juventud Rebelde La Habana 4 de febrero: 8 p.
- Perera, A. (2011) Tocar las raíces de la Recreación. Juventud Rebelde La Habana 8 de enero: 8.
- Pérez, A. y col. (1997) Recreación: Fundamentos-Teóricos. México D.F., Editorial Instituto Politécnico Nacional.
- Pomo, E. y Alexey C. (2008) Acciones para la diversidad de actividades físico-recreativas promoviendo el rescate de las tradiciones en las niñas y niños de Jibacoa. Trabajo de Diploma. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
- Prieto, R. y Y.R. (2006) El auto desarrollo comunitario en la actividad física en la Escuela Comunitaria de Jibacoa. Villa Clara, Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".
- Proveyer, C. y col. (2003) Curso de Formación de Trabajadores Sociales: selección de lecturas sobre trabajo comunitario. Villa Clara, Centro Gráfico. La Habana, CIE "Graciela Bustillos", Asociación de Pedagogos de Cuba.

- Sosa, D. (2000) Hacia el necesario tránsito del consumismo al protagonismo como concepción de la Recreación. La Habana, ISCF "Manuel Fajardo". Resumen de la Tesis en Opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física.
- Villalón, G L. (2006) La Lúdica, la escuela y la formación del educador. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
- Waichman, P. (1995) Tiempo libre y Recreación. Un desafío pedagógico. Buenos Aires, Editorial Pablo Waichman.
- Zamora, R. (1984) El tiempo libre de los jóvenes cubanos. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.

VI – ANEXOS.

Anexo 1 Guía de Observación

Objetivos: Conocer cómo se organizan las actividades físico - recreativas en la circunscripción # 96 del Consejo Popular “Punta Gorda” particularmente como es la participación de las niñas y los niños, la misma se realizó durante 6 meses.

Frecuencia de las observaciones: (Una frecuencia mensual).

Tipos de observación: de campo, estructurada y participante.

Datos generales:

Fecha de observación. _____

Día de la semana: _____

Hora: _____

Tipo de actividad: _____ Aspectos a observar:

1- Participación de las niñas y los niños en las actividades.

Bien___Regular___Mal___

2- Organización del área donde se realiza la actividad.

Bien___Regular___Mal___

3- Diversidad de los juegos físico - recreativos.

Bien___Regular___Mal___

4- Integración de los factores de la Comunidad en la realización de las actividades.

Bien___Regular___Mal___ 5- Divulgación de la actividad.

Bien___Regular___Mal___

Cada aspecto será evaluado de la siguiente forma:

Bien:

Participación de las niñas y los niños de forma activa en las actividades (más de un 65%), organización correcta de la actividad por el profesor y tiene buena preparación para realizar las mismas, la variedad en las actividades planificadas se expresa por la realización entre 6 a 7 juegos físico - recreativos a las actividades, existe integración de las organizaciones

políticas y de masas en la realización de las actividades desde su organización hasta su realización y se divulga la misma en la circunscripción por parte de las organizaciones políticas y de masa y otras variantes como la cartelera recreativa.

Regular:

Hasta un 55% de participación de las niñas y niños, la organización de la actividad por parte del profesor es regular, se observa en la preparación del profesor limitaciones en su desenvolvimiento, se observa poca diversidad de las actividades entre 3 y 4 juegos físico recreativo, la integración de las organizaciones políticas y de masas se observa en determinados momentos de su desarrollo de la mismas y la divulgación de la actividad es limitada.

Mal:

Participación de las niñas y los niños en las actividades por debajo del 40%, las actividades se organizan incorrectamente, el profesor de Recreación descuida su preparación, insuficiente diversidad en las actividades menos de 3 juegos físico recreativas, no se integran las organizaciones políticas y de masas a su realización y no se realiza divulgación de la actividad.

Modelo para registrar la observación.

Actividad Observadas	Participación de las niñas y los niños			Organización del área			Diversidad de los juegos físico recreativos			Integración de los factores de la Comunidad.			Divulgación de la actividad		
	B	R	M	B	R	M	B	R	M	B	R	M	B	R	M
1															
2															
3															
4															
5															
6															

Anexo 2

Guía para el Análisis de documentos.

Objetivo: Obtener información sobre lo que está normado, reglamentado y establecido para el desarrollo de las actividades físicas en las escuelas, en particular las relacionadas con la Recreación Física.

Aspectos a Revisar:

Tipos de Documentos.

Características del Documento.

Orientaciones que se ofrecen en el documento relacionado con la actividad física, en particular la Recreación Física.

Manual Metodológico del Programa Nacional de Recreación. Disciplinas que se establecen para el desarrollo del programa de Recreación Física en Cuba, las ideas básicas para el trabajo y las principales ideas para transformar el trabajo de la Recreación Física en Cuba.

Calendario único del Combinado Deportivo: Documento donde se plasman los eventos competitivos y las disciplinas recreativas negociadas con los profesores de Recreación del Combinado ‘Luís Pérez Lozano’.

Resolución No. 45 /2011 Programa Recreación Física. Donde plasman los requisitos generales de la actividad profesional de los profesores vinculados a este programa, señalando que los mismos deben poseer amplios conocimientos de las actividades y disciplinas recreativas.

Análisis del convenio de trabajo individual del profesor de Recreación del Combinado Deportivo “Luís Pérez Lozano”, documento donde se reflejan las actividades a realizar por cada profesor diariamente en la Comunidad, entre ellas las horas directas e indirectas frente al alumno.

Anexo 3

Guía de Encuesta a los profesionales de la cultura física y directivos.

Objetivo: Verificar la preparación y conocimiento que poseen los directivos y profesionales de la Cultura Física, deporte y la Recreación, así como sus opiniones con relación a las actividades que sugieren, para la confección de un plan de actividades físico - recreativas dirigidas a las niñas y niños de 9 a 12 años circunscripción # 96 del Consejo Popular “Punta Gorda”, siendo favorable su cooperación y sinceridad para el proceso de la investigación.

Centro de trabajo: _____

Labor que realiza: _____ Cuestionario:

1- ¿Tienes conocimientos sobre la Recreación y la Recreación Física?

Sí____ No____ Algunas Veces ____

2- ¿Tienes conocimientos sobre el Trabajo Comunitario?

Sí____ No____ Algunos____

3- ¿Sientes motivación para superarte en temas relacionados con la Recreación, Recreación Física y trabajos comunitarios? Marque con una X.

Sí____ No ____

4- ¿Participan los miembros del Grupo Comunitario del Consejo Popular en las actividades que se realizan?

Sí____ No____ Algunas Veces ____

5- ¿Qué actividades se pudieran realizar por parte del Combinado Deportivo, dirigidas a la participación de los niños y niñas entre 9 a 12 años en la circunscripción # 96 del Consejo Popular “Punta Gorda”?

Formas de la Recreación Física que sugieren realizar.

____ Festival Recreativo.

____ Maratones recreativos.

____ Simultáneas de Ajedrez.

____ “A Jugar”.

____ Planes de la Calle.

____ Juegos de mesa.

____ Gimnasia Musical Aerobia.

Otras _____

Juegos de Mesa, Marque los que más se realizan.

_____ Dominó.

_____ Parchís. _____ Ajedrez.

_____ Dama china.

_____ Dama española.

Juegos Pre Deportivos.

_____ Voleibol Recreativo.

_____ Baloncesto Recreativo.

_____ Béisbol Recreativo.

_____ Mini Fútbol.

_____ Béisbol a la mano.

_____ Mini Tenis.

_____ Quiquimbol.

Juegos Deportivos.

_____ Jugar Voleibol.

_____ Jugar Baloncesto.

_____ Jugar Béisbol.

_____ Jugar Fútbol.

De las siguientes actividades Físico Recreativas, seleccione las actividades recreativas dirigidas a los niños y niñas que les gustaría realizar.

_____ Carrera conduciendo diferentes objetos.

_____ Carreras entre obstáculos.

_____ Carreras en Zanco.

_____ Carreras con Suiza.

_____ Carreras en sacos.

_____ Tracción de la soga.

_____ Carreras de velocidad combinando con actividades de Pioneros Exploradores.

Juegos Tradicionales, seleccione las actividades recreativas dirigidas a los niños y niñas que les gustaría realizar.

____ Bolas. ____ Ulaula. ____ Yaquis.

Objetos volantes.

____ Empinar Chiringas. ____ Empinar Papalotes. ____ Jabas de Nailon. 6- ¿Se efectúan actividades integrando las actividades físico - recreativas a las manifestaciones artísticas?

Si____ No____ Algunas Veces____

7- De las siguientes actividades de la cultura artística y literaria cuáles sugieres realizar con las niñas y niños de 9 a 12 años en la circunscripción # 96 del Consejo Popular "Punta Gorda".

____ Visitar Museos.

____ Asistir a salas de videos.

____ Frecuentar el Joven Club.

____ Desarrollan Desfiles de Moda.

____ Desarrollar galas culturales efectuadas por la Brigada de Instructores de Arte "José Martí".

____ Participar en la Peña. 8- ¿Qué otras actividades se pudieran realizar para contribuir con una mayor diversidad las ofertas dirigidas a niños y niñas?

Anexo 4

Resultados de la encuesta.

1- Conocimientos sobre la Recreación y la Recreación Física.

Válidos:9		Frecuencia	Porcentaje
	Sí	5	55,5 %
	No	-	-
	Algunos conocimientos	4	44,4 %

2- Conocimientos sobre el Trabajo Comunitario.

Válidos: 9		Frecuencia	Porcentaje
	Sí	3	33%
	No	6	66,6 %.
	Algunos conocimientos	-	-

4- Interés por superarte en temas relacionados con la Recreación, Recreación Física y trabajos comunitarios.

Válidos: 9		Frecuencia	Porcentaje
	Sí	9	100%
	No	-	-

5-Participan los miembros del Grupo Comunitario del Consejo Popular en las actividades que se realizan.

Válidos: 9		Frecuencia	Porcentaje
	Sí	6	66.6%
	No	3	33.3%.
	Algunos conocimientos	-	-

6- Actividades se pudieran realizar por parte del Combinado Deportivo, dirigidas a la participación de los niños y niñas.

7- Formas de la Recreación Física que sugieren realizar.

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Festival Recreativo.	9	100%
	Simultáneas de Ajedrez.	5	55%
	Maratones recreativos.	3	33%
	“A Jugar”.	9	100%
	Planes de la Calle.	9	100%
	Juegos de mesa.	8	89%,
	Gimnasia Musical Aerobia.	1	11%
	Otras.	-	-
	Total	9	100

Juegos de Mesa, Marque los que más se realizan.

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Dominó.	8	89%
	Parchís.	6	67%
	Ajedrez.	7	78%,
	Dama china.	3	33%
	Dama española.	-	-
	Total	9	100

Juegos pre deportivos.

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Voleibol recreativo	3	33%
	Baloncesto recreativo	2	22%
	Béisbol recreativo	9	100%
	Mini fútbol	9	100%
	Mini tenis	4	44%
	Quiquimbol.	8	89%
	Total	9	100

Juegos Deportivos.

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Voleibol.	2	22%
	Baloncesto	2	22%
	Béisbol.	9	100%
	Fútbol.	8	89%
	Total	9	100

Actividades Físico Recreativas

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Carreras conduciendo objetos	9	100%
	Carreras entre obstáculos	9	100%
	Carreras en zancos	9	100%
	Carreras con suizas	9	100%
	Carreras en sacos	9	100%
	Tracción de la soga	9	100%
	Carreras de velocidad	7	78%
	Total	9	100

Juegos Tradicionales,

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Bolas	7	78%
	Ula-ula	8	89%
	yaquis	5	55%
	Total	9	100

Objetos Volantes.

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Empinar chiringa	7	78%
	Empinar papalotes	9	100%
	Empinar javas	4	44%
	Total	14	100

8- Integración de las actividades físico - recreativas con las manifestaciones artísticas.

Válidos: 9		Frecuencia	Porcentaje
	Sí	6	67%
	No	3	33%
	Algunos conocimientos	-	-

9- Actividades de la cultura artística literaria.

Válidos: 9	Actividades	Frecuencia	Porcentaje
	Visitas a museos	7	78%
	Asistir a salas de videos	8	89%
	Joven Club de Computación	9	100%
	Desfiles de moda	7	78%
	Galas culturales	9	100%
	Peñas en Palacio de la Danza y el Teatro.	8	89%
	Total	14	100%

Anexo 5

Guía de Entrevista aplicadas a representantes de organismos y organizaciones políticas y de masas del Consejo Popular.

Con el objetivo de conocer sobre el desarrollo de las actividades recreativas en la circunscripción # 96 del Consejo Popular “Punta Gorda”, particularmente es de interés, hacer énfasis en las actividades en que participan las niñas y niños de 9 a 12 años, con el objetivo de que estos datos permitan enriquecer el diagnóstico de la investigación científica que se lleva a cabo.

Cuestionario

1-¿Considera que las actividades recreativas que se desarrollan en la circunscripción # 96, satisfacen a la Comunidad?

2-¿Se desarrollan actividades físico - recreativas de forma sistemática en la circunscripción dirigida a la participación de las niñas y niños?

3-¿Las actividades que se realizan se organizan y desarrollan con la colaboración de todos los factores de la Comunidad?

4-¿Considera necesario incrementar y sistematizar las actividades físico - recreativas dirigidas a las niñas y niños de 9 a 12 años en la circunscripción # 96?

5-¿Qué otras opiniones sugieres al respecto?