



UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO DE LICENCIADO EN
CULTURA FÍSICA

**Plan de intervención en actividades físicas,
deportivas y recreativas para incrementar la
participación.**

Autor: Miguel Eduardo Pérez Alfonso.
Tutor: Ms.C. Orestes Hourrutinier Font



“ CUANDO CADA MUCHACHO
ENCUENTRE EN LA CIUDAD EN EL
PUEBLO EN EL BARRIO UN LUGAR
APROPIADO PARA DESARROLLAR
SUS CONDICIONES FISICA Y
DEDICARSE POR ENTERO A LA
PRACTICA DEL DEPORTE DE SU
PREFERENCIA HABREMOS VISTO
SATIFECHO EL DESEO DE TODOS
LOS QUE HEMOS HECHO ESTA
REVOLUCION”

FIDEL CASTRO, 1-4-59

AGRADECIMIENTOS.

A mi tutor por el apoyo e interés brindado y por su amable cooperación.

A mis padres y hermana por su apoyo y estímulo constante.

A compañeros que hicieron valiosas sugerencias para realizar este trabajo.

Gracias.





Índice:

INTRODUCCIÓN	1
Situación problemática.....	3
Problema científico:.....	4
Objeto de investigación:.....	4
Campo de acción	4
Objetivo general.....	4
Objetivos específicos	4
Idea a defender.....	5
Capítulo- I- Fundamentación Teórica.....	5
La actividad física recreativa en la comunidad	5
Capítulo II: Diseño Metodológico.....	27
Metodología Utilizada.....	27
Métodos teóricos.....	27
Métodos empíricos.....	27
Métodos matemáticos.....	28
Tipo de estudio.....	28
Tipo de diseño	28
Población y Muestra.....	29
Capítulo III: Análisis de los resultados.....	30
Encuesta aplicada a los niños.....	30
Entrevista a los profesores.....	34
Entrevista a los factores de la comunidad.....	35
Observación.....	35
Propuesta del plan de actividades deportivas y recreativas.....	36
Criterios emitidos por los especialistas.....	39
CONCLUSIONES.....	39
RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	41
ANEXOS	44



INTRODUCCIÓN

El perfeccionamiento de la calidad de vida de la población actualmente está marcado como un indicador del desarrollo social en cualquier país; constituye la recreación uno de los elementos importantes a tener en cuenta.

A nivel mundial este aspecto ha ido tomando un lugar rector para satisfacer las necesidades humanas de autonomía, competencia, expresión corporal e interacción social. De acuerdo con la ONU en 1998. Cada esfera del desarrollo humano, representa una dimensión del mundo, de la vida de sujetos y colectividades, cada una tiene su propio ritmo y lógica. En la recreación, lo que se pretende es que a través de los procesos que dinamiza, facilite una vivencia que apunte a impactar las diferentes esferas de manera integral, aunque puedan en la práctica tener más énfasis sobre alguna o algunas en particular, a través de procesos de individualización y socialización. (Bello, 2011).

Sin lugar a dudas, la recreación reviste una gran importancia para contribuir a la reposición de las energías, tanto físicas como psíquicas, gastadas por el hombre, en la labor diaria, permitiendo su desarrollo multifacético y el perfeccionamiento del ser humano. Se identifica tanto en los espacios urbanos como rurales, clasificándose en culturales, deportivas, comerciales de esparcimiento, interacción social, contacto con la naturaleza, entre otros; influenciadas por la preparación física y mental, por el nivel cultural, por la edad, sexo y por el temperamento de las personas que realicen esta actividad. De ahí que los programas de recreación se caractericen por su riqueza y variedad de formas, oportunidades, a fin de satisfacer los más variados intereses.

Dentro de ellas la recreación física ocupa cada vez más un espacio fundamental, dado el desarrollo de la ciencia y la tecnología, pero a la vez enfrenta los retos de una nueva era de entretenimientos que limitan el quehacer físico de los niños.

La actividad recreativa forma parte de la gran necesidad social que tiene el hombre, condicionado socialmente a través de intereses individuales y su especificación radica en las actividades, objeto que satisfacen las necesidades, es el consumo de bienes culturales o recreativos, realizados en determinadas condiciones socioeconómicas y disponibilidad de tiempo, lo que asegura una opción para el desarrollo placentero de su personalidad.

Los estudios sobre la recreación de la población en el contexto del eficiente empleo del tiempo libre cobran en la sociedad actual cada vez una mayor importancia porque ha venido perfilándose como regularidad esencial de la época contemporánea cada vez más las actividades pasivas recreativas del hombre post-moderno. Existe un consenso entre los estudiosos de la recreación cuando plantean que la sociedad pos-moderna se encuentra en una profunda crisis producto de esta tendencia general hacia la existencia de modelos pasivos de la recreación con menores actividades motrices en que poco o nada intervienen los motivos físicos recreativos repercutiendo en la calidad de vida pues también se reconoce en teoría lo imprescindible que resulta para el hombre buscar un equilibrio entre lo físico y lo espiritual. La causa de tales tendencias se encuentra en la supercivilización, en consumo de bebidas alcohólicas, tabaquismo, y otras sustancias nocivas que dañan la salud de los hombres en el predominio de numerosos adelantos tecnológicos que han ido condicionando que cada vez más la recreación concebida en espacios cerrados y climatizados. Nuestro país que no es altamente desarrollado tampoco escapa a la regularidad apuntada, hoy se afirma que la actividad física recreativa es importante por tanto se acepta la incorporación de motivos físicos recreativos al discurso teórico de la recreación, sin embargo, en la práctica la recreación en general discurre cada vez más hacia estilos pasivos, lo cual es confirmado por diversos investigadores como Roberto Zamora, Aldo Pérez y Dr. Desiderio Sosa, este último aborda sobre todo en los estudios efectuados del 1980 al 1994, en la región central del país, donde pudo establecer un conjunto de problemas en el campo de la recreación. Entre estos se pueden citar problemas organizativos para enfrentar los eventos físicos recreativos



bajo niveles de participación en la recreación física, diferentes recursos y escasas instalaciones recreativas en centros educacionales y otras actividades estatales, falta de tiempo libre entre semana y tiempo suficiente para la recreación los fines de semana e insuficiente número de promotores recreativos.

No obstante, a ello, aún se encuentran propuestas que se caracterizan por la formalidad, rutina en la programación, la imposición de planes, programas recreativos; siendo ello mucho más marcado en las comunidades apartadas y rurales del país.

Los movimientos e instituciones educativas de carácter popular insisten especialmente en la dimensión comunitaria, en la necesidad de participación activa y en la perspectiva global de una educación permanente entendida como inquietud de transformación y de progreso del hombre a través de la promoción colectiva. (Castro Ruz, 2001).

Situación problemática

La creciente necesidad de focalizar la investigación en estas temáticas hizo pensar y precisar en el problema relacionado con la recreación y la participación desde lo físico – recreativo que se cobra en la actualidad una gran importancia sobre todo , porque la sociedad post- moderna ha impuesto un estilo de vida en el que poco o nada intervienen las acciones motrices por tanto este debe ser enfocado desde una óptica de educación permanente , es decir de educación de los niños para perfeccionar sostenidamente la calidad de vida, se ha de señalar que la motivación para la realización de esta investigación parte de la escasa programación de actividades físicas, deportivas y recreativas en la comunidad la Ajuria del municipio de Lajas, todo lo cual pudo constatarse por medio de un diagnóstico compuesto por entrevista a promotores, especialista de Recreación y personas de la comunidad realizado, además de la búsqueda de la bibliografía especializada en el tema, donde se pudo comprobar que existe baja participación de

los niños de 10 – 12 años en las actividades de la comunidad la “Ajuria”, del municipio de Lajas, esto hace que sea necesario trabajar en el aporte por el

incremento de opciones recreativas en la misma, teniendo en cuenta lo antes planteado se declara como:

La existencia de un plan de actividades físicas, recreativas, que no satisface las necesidades de los niños de 10- 12 años y no responde a sus expectativas de incrementar las actividades en estas edades, con una base organizativa comunitaria y que tenga en cuenta sus gustos y preferencias.

Adentrándonos en la situación antes planteada y con la aplicación de los instrumentos de investigación correspondientes se declara como problema científico.

Problema científico:

¿Cómo dar respuesta a las necesidades de recreación física de los niños de 10 – 12 años de la comunidad Ajuria del municipio Lajas?

Objeto de investigación: Proceso de la recreación.

Campo de acción: el incremento de la participación.

Objetivo general:

Elaborar un conjunto de actividades físicas deportivas y recreativas para incrementar la participación de los niños de 10 a 12 años de la comunidad Ajuria del municipio de Lajas.

Objetivos específicos:

- 1.- Diagnosticar el estado real que presenta los niños de 10-12 años en cuanto a la participación en actividades físicas deportivas y recreativas en la comunidad Ajuria del municipio de Lajas.
- 2.- Determinar los gustos y preferencias de los niños de 10-12 años en la comunidad Ajuria del municipio de Lajas.

3.- Elaborar el plan de actividades físicas, deportivas y recreativas que contribuya a incrementar la participación de los niños de 10-12 años en la comunidad Ajuria del municipio de Lajas.

4.-Validar el plan de actividades físicas deportivas y recreativas.

Idea a defender

Con la propuesta de un plan de actividades deportivas-recreativas se incrementarán la participación de los niños de 10 a 12 años de la comunidad Ajuria del municipio de Lajas.

Capítulo- I- Fundamentación Teórica

La actividad física recreativa en la comunidad

El conjunto de las actividades recreativas que reviste una gran importancia social, ya que no solo juegan un rol recreativo, sino también educativo. Pero sin restarle importancia a este papel que juegan las mismas, se debe destacar la contribución que brindan al mejoramiento y conservación de los niveles de salud de la población, prevención de enfermedades y al mantenimiento y equilibrio del entorno.

En esta investigación se trabaja en la elaboración de un conjunto de actividades físicas deportivas y recreativas que justifiquen el aprovechamiento del tiempo libre, permita el desarrollo local y logre una transformación positiva de la comunidad,

donde los participantes se conviertan en protagonistas de esta transformación, para lo que se requiere la necesaria presentación y análisis de un grupo de aspectos y conceptos de interés para el desarrollo de la iniciativa.

Programa de Recreación Física: Es la concepción, coordinación, aseguramiento y control de las actividades físico – recreativas en el marco de la comunidad y en

otros objetivos del entorno, mediante proyectos integradores o puntuales basados tanto en la misión como en la visión de la institución.

El concepto Comunidad proviene del latín *comminis*, que significa hombres conviviendo juntos en un espacio compartiendo algo, convivencia, comunicación, unidad. Por lo tanto, podemos, en principio, decir que es un sistema de relaciones sociales en un espacio definido, integrado sobre la base de intereses y necesidades compartidas. Se presentan como elementos fundamentales:

a- El espacio en que transcurre la vida o parte de la vida de un conjunto de personas.

b- Interacciones. (Colectivo de Autores, 2000)

“ El espacio que contiene todos los objetos que existen en un lugar o sitio. Comúnmente se le delimita por un obstáculo natural (río, montaña), frontera administrativa, centro de salud, radio de influencia de escuela, clientela de comercio, etc. Pero esta delimitación es siempre relativa, pues no hay población herméticamente cerrada. La delimitación del espacio obedece más a las necesidades de concretar una práctica, que dar un hecho real, objetivo. De la Riva, (1994).

Pero si bien es necesario vivir en un espacio, esto no es por sí suficiente para que exista comunidad. Es imprescindible la interacción, la conciencia de la posibilidad de alcanzar la satisfacción de alguna necesidad, de compartir una serie de intereses comunes.

La comunidad juega un papel mediador en la integración del individuo a la sociedad. En el espacio comunitario los sujetos interactúan de forma estable y sistemática, generando una única e irrepetible identidad compartida y a su vez, la comunidad constituye un canal que nutre dicha identidad absorbiendo de la sociedad que la engloba, normas, valores y tradiciones que trasmite a sus miembros. Respecto a la conceptualización del término comunidad, existen muchos autores que lo han abordado teniendo en cuenta los diferentes aspectos



que abarca, desde la situación geográfica, las relaciones sociales que se establecen en la misma y las transformaciones que surgen a través de estas interacciones, podemos citar el concepto dado por Ander Egg (1999), que señala que:

A veces una localidad o área geográfica se define teniendo en cuenta primordialmente los límites geográficos o la influencia de los factores físicos sobre los sociales. El término se emplea para designar la estructura social de un grupo, a partir del estudio de sus instituciones, los problemas de los roles, status y clases sociales que dan en su interior, en este caso, la comunidad es considerada un conjunto de relaciones sociales. Señala además que, desde el punto de vista psicológico, la comunidad se considera como sentimientos o concurrencia de pertenencia y como equivalente de sociedad.

Concluye: Domínguez (s.f), *"En general la palabra sirve para designar una agregación social o conjunto de personas que en tanto que habitan en un espacio geográfico determinado, delimitado y delimitable, opera en redes de comunicación dentro de las mismas, pueden compartir equipamientos y servicios comunes y desarrollan un sentimiento de pertenencia o identificación con algún símbolo local."* (p.2)

Valorando la anterior definición podemos decir que ella incluye aspectos importantes para dar este concepto como son el área geográfica que ocupa y las relaciones sociales que se establecen entre sus miembros, desarrollando un sentimiento de pertenencia, pero no se refiere al proceso de transformación

material o espiritual que ocurre en la comunidad producto a ese proceso de interacción de sus miembros.

M. Quintana en un artículo denominado Pedagogía Comunitaria, escrito en España (1991), plantea: *"... la comunidad es un grupo social natural de tipo secundario y el lugar propio donde se establecen las genuinas relaciones sociales (conocimiento mutuo, convivencia, dialogo, experiencias colectivas). La autora establece la comunidad como el centro de las relaciones sociales*



condicionadas por el intercambio entre sus miembros en una convivencia que lleva a una interrelación de cada uno de ellos según su experiencia vivida, sin establecer un área determinada, sino fundamentada en elementos psicológicos. " (p.22)

Sóñora Cabaleiro (2002), ubicándose en el ámbito comunitario la define como: "Un proceso de organización, preparación y disposición de la comunidad, a través de sus estructuras organizativas, para identificar y buscarle solución a sus problemas específicos, a partir de sus potencialidades y recursos. Todo ello sostenido en la voluntad política del Estado. "

Para el desarrollo de esta investigación y considerando que es la definición más completa del término comunidad de las consultadas, tomamos como referencia la expresada por las doctoras, M. Caballero, Riva Coba & M. Yordi García (s.f) *"Es el agrupamiento de personas concebido como unidad social, cuyos miembros participan de algún rasgo común (intereses, objetivos, funciones), con sentido de pertenencia, situado en una determinada área geográfica, en la cual la pluralidad de personas interactúan intensamente entre sí (de forma activa o pasiva), en la transformación.* "

Esta definición se corresponde con la línea de investigación de este trabajo y con la concepción humanista de nuestro sistema social, donde se pretende la unidad de sus miembros y la transformación hacia un ideal social establecido.

La integración e identificación de sus miembros hace posible que la comunidad se fortalezca y pueda acometer desafíos, para satisfacer necesidades comunes, que

tienden a mejorar la calidad de vida y hacer de la propia comunidad un lugar grato para vivir. Es un grupo de personas que viven en un territorio definido por ciertos límites identificables, que tienen intereses o raíces comunes, es lugar de nacimiento, desarrollo y formación de seres humanos como individuos, como familia y como conglomerado. Con frecuencia la comunidad, además de ser el lugar de hábitat, es lugar de educación y de medios laborales. Es la existencia y el fomento de lo común que les une, ubicado en un espacio geográfico determinado.

La comunidad organizada en torno a sus necesidades y problemas comunes con respecto a las actividades físico - recreativas sistemáticas en el tiempo libre, se beneficia de la participación de sus miembros y se fortalece, desarrollando una identidad propia y el sentido de pertenencia.

Gaz Rodríguez (2002), considera que: *“La participación comunitaria es un proceso que implica el protagonismo compartido y la acción colectiva de los miembros de una comunidad en su transformación; que se expresa en la incorporación progresiva e integral de los sujetos/actores a cada fase de toma de decisiones del programa de transformación: desde su propia concepción, pasando por la definición de objetivos, la identificación de necesidades, el establecimiento de prioridades, la detección de los recursos con que cuentan y/o los que se requieran, la ejecución de alternativas posibles de solución, hasta la evaluación de sus resultados y su seguimiento sistemático ulterior.”* (p.11)

Fernández, J. (1984), enfatiza la importancia de las relaciones que se establecen en el marco comunitario cuando señala que “ la comunidad supone un nosotros, unas relaciones intergrupales sólidas y la organización de las mismas. ”

El objetivo del trabajo comunitario es potenciar esfuerzos y la acción de la comunidad para lograr una mejor calidad de vida para su población y conquistar nuevas metas dentro del proyecto social socialista elegido por nuestro país.

La comunidad integrada por hogares de vecinos que forman un hábitat común se beneficia de las actividades de tiempo libre porque estas favorecen la formación de seres humanos más satisfechos de vivir, hace posible una mejor integración social y un sentido de pertenecer en torno a las actividades físico – recreativo.

Las actividades recreativas pueden escogerse libremente y pueden también no seleccionarse, no realizarse porque, aunque estas son absolutamente necesarias en la vida del hombre, esta necesidad es de otro género, por lo que la sociedad

debe contribuir a acondicionar intereses en las esferas de la actividad en el tiempo libre.

Para llegar a la esencia del tiempo libre se tendrían que ver las actividades de este tiempo, la obligatoriedad y la necesidad de ellas; en relación con la obligación, se presentan como de alta obligatoriedad el tiempo relacionado con el trabajo, es decir, la producción material y espiritual, sin embargo, en el tiempo de reproducción extra laboral esta obligatoriedad y necesidad descienden aunque mantienen niveles de obligación y ejecución, en este caso, el hombre las puede realizar con cierta flexibilidad en relación con la oportunidad, duración y forma de ejecución, aquí se enmarcan las utilitarias como dormir, cocinar, lavar, asearse y etc.

“ Dentro del tiempo extra laboral hay un grupo de actividades que por el grado bajo de obligatoriedad y por la amplia gama de ellas, permiten al sujeto optar por una u otra según sus preferencias, a estas actividades se le denominan recreativas y pueden seleccionarse libremente, expresándose individualmente”. (Pérez Sánchez, 1997).

Estas actividades que los sujetos pueden seleccionar se realizan en el tiempo libre, a continuación, se describirán de algunas de sus definiciones:

Por tiempo libre se entiende, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario, es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones. B Grushin al referirnos a esta definición podemos plantear que el autor enmarca aquel tiempo que podemos considerar como libre, después de cumplir con un número de obligaciones de trabajo y utilitarias, pero no se refiere al tipo de actividades que se realizan en este tiempo y el beneficio que aportan para el hombre.

Tiempo libre (Núñez, F. 2001) “ Está asociado al trabajo, es un tiempo que dedicamos a hacer lo que nos plazca, para reponernos de la actividad laboral, sea por tiempo remunerado o el que invertimos estudiando. Este autor expresa la importancia de este tiempo para la reposición de las energías

pérdidas durante la actividad laboral y la opcionalidad de las actividades que se realizan en el mismo. "

A esta función superior que cumple la recreación a través del tiempo libre se le denomina auto desarrollo, dado que es la posibilidad personal que tiene cada individuo de crearse condiciones para la participación consciente, la formación de hábitos responsables de participación en la vida social, a la vez, de la formación habilidades para la creación y el enfrentamiento de cualquier situación social" (Hernández Mendo, 2000).

"La estructura y variedad de las actividades de tiempo libre de un pueblo expresa, en última instancia, su nivel de desarrollo socio - cultural. Especial atención debe prestarse al empleo del tiempo libre de los niños y los jóvenes, en tanto este incidirá de una forma u otra en la formación de la personalidad. La importancia de una adecuada utilización de este tiempo es más compleja aún, ya que puede constituir un elemento regulador en la prevención de conductas antisociales y delictivas. " (Pérez Sánchez, (s.f)).

Se toman como referencia para la investigación las definiciones siguientes:

" Aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para sí, una vez que con su trabajo ha aportado a la colectividad, lo que esta necesita para su reproducción material y espiritual superior. Desde el punto de vista individual se traduce en un tiempo de realización de actividades no obligatorias donde interviene su propia voluntad, influida por el desarrollo espiritual de cada personalidad, aunque en última instancia dichas actividades están socialmente condicionadas". (Zamora y García, 1988).

Se puede señalar que "La calidad de vida que experimenta una persona hoy en día, en nuestra sociedad, predominantemente urbana, está ligada al tiempo libre".

El ser humano en la ocupación de este tiempo libre realiza actividades que le brindan placer, restablecimiento, vitalidad, estas permiten el desarrollo individual y físico del individuo y forman parte de la recreación de las personas.

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quién la identifique de diferente forma. Es por eso

que muchas veces encontramos que lo que es para unos la recreación, para otros no lo es.

El origen de este concepto lo encontramos en los comienzos del hombre, con el surgimiento de determinadas actividades que no tenían relación con la producción; pero no es hasta el inicio de la industrialización, cuando se establecen jornadas de trabajo demasiadas largas, que surge la recreación como una necesidad determinante de los hombres. Ello estimuló que la misma fuera objeto de estudio y no disfrutada de manera espontánea. Debido a estas condiciones el término recreación se suscribió a las pausas de descanso para el restablecimiento o recuperación del hombre, tan solo para poder seguir produciendo sin dificultades. Desde el punto de vista pedagógico de nuestros días el término tiene un significado más amplio. Se le considera una actitud o estado de ánimo para emprender nuevas actividades que impliquen experiencias enriquecedoras, un sistema de vida para ocupar positivamente el tiempo libre y una fase importante del proceso educativo total.

Numerosos estudiosos del tema han conceptualizado este término, a continuación, se citan algunas de estas definiciones:

Joffre Dumazedier (2003), destacado sociólogo francés, dedicado a los estudios del tiempo libre, señala; "Recreación..." es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada tras haberse liberado de sus obligaciones sociales, profesionales y familiares" (p.4). Esta definición se plantea como una referencia descriptiva, conocida como las tres D, descanso, diversión y desarrollo. Haciendo un análisis de la conceptualización que da este autor podemos decir que se refiere a la satisfacción de necesidades espirituales que generan el propio desarrollo del individuo, sin tener en cuenta el proceso de socialización que se produce y la forma en que el ser humano realiza las actividades que se comprenden dentro de la recreación.

Para el desarrollo de esta investigación se tomó como referencia la definición de A. Pérez (1997), definición que mantiene vigencia y se considera completa.



“La recreación es aquella actividad humana, libre, placentera; efectuada individualmente y colectivamente, destinada a perfeccionar el hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permitan volver al mundo creador de la cultura, que sirve a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad”. (Hernández Mendo, 2000)

El autor considera que esta definición contempla los elementos esenciales a tener en cuenta para la elaboración de dicho concepto:

- Se realiza en el tiempo libre
- A voluntad de los participantes
- Brinda satisfacción, restablecimiento, plenitud, felicidad
- Desarrollo de la personalidad
- Variedad de actividades por su contenido
- Actividades de socialización
- Actividades que pueden efectuarse individual o colectivamente

Para utilizar la recreación como estrategia para el desarrollo humano, se requiere entre otras condiciones: comprender que el tiempo es un recurso no renovable que pertenece al individuo desde que nace hasta que muere; que el modo de ocupar cada instante es una decisión personal condicionada por variables contextuales, discriminar las necesidades ficticias creadas por la sociedad de consumo de aquellas que le pertenecen a la persona y que constituyen la esencia del desarrollo de cada ser; comprender que la calidad de vida es producto coextendido a la totalidad de las actividades del hombre: trabajo y recreación y tener herramientas para hacerse cargo de sí mismo, de los procesos y resultados de transformación y desarrollo personal.

La recreación como actividad humana fundamental contempla la recreación física, en ella se mantienen los elementos que caracterizan la recreación, son actividades practicadas en el tiempo libre, a voluntad de los participantes, con satisfacción inmediata en la cual el hombre se divierte y logra el desarrollo de su personalidad y

de sus capacidades, las mismas van a tener un contenido físico, deportivo y turístico; y constituyen el centro de esta investigación porque son las que prefieren sus participantes, teniendo en cuenta sus gustos, preferencias y una de las pocas opciones que oferta la comunidad. La propuesta plantea que se desarrollen a través de juegos, competencias, actividades físicas en la naturaleza, etc.

“ Se consideran elementos importantes de la recreación física los siguientes:

- *Es electiva y participativa, lo cual significa que se sustenta en propuestas o alternativas para el ejercicio de la libertad de elección por parte de los participantes, y nunca mediante acciones impuestas u obligatorias, promoviendo la amplia intervención de todos, con independencia de edades, sexos, condiciones físicas, etc., por lo que es ajena a cualquier resultado selectivo o eliminatorio en sus actividades.*
- *Se propone la estimulación de una adecuada actitud recreativa, como efecto renovador, físico y mental en las personas a partir de experiencias vivenciales positivas y enriquecedoras de la personalidad, y en ningún caso el simple entretenimiento, basado en la evasión y la superficialidad.*
- *Tiene como soporte temporal 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.*
- *Tiene como soporte material 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.*
- *Tiene un marcado 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 y juvenil ”. (Pérez, 1997)

La recreación física es la realización de actividades de diversos tipos que ejecutadas en un tiempo libre, van a tomar como marco de acción una instalación, el campo deportivo o simplemente los recursos que ofrece la propia naturaleza para brindar al individuo satisfacción de una necesidad de movimiento.

Representa para el niño un medio a través del cual contribuye a su desarrollo físico, social e intelectual; para el joven la acción, la aventura, la independencia y para el adulto, un elemento higiénico y de descanso activo.

Algunos autores valoran la recreación física como un movimiento humano intencional que con una unidad existencial busca el objetivo de desarrollar su naturaleza y potencialidades no solo físicas, sino psicológicas y sociales en un contexto histórico determinado. La recreación física en el transcurso de la vida del hombre es una necesidad en el desarrollo de la personalidad del hombre por sus beneficios y funciones.

Dumazedier diferencia entre práctica y espectáculo, distinguiendo en prácticas las realizadas por amateurs (propias del tiempo libre), por profesionales (profesores, entrenadores, trabajo) y por alumnos (educación). Las prácticas realizadas por amateurs pueden ser organizadas o no y las organizadas pueden ser o no con competiciones.

J. Piel define así mismo la ambigüedad de los términos deporte y actividad deportiva afirmando la necesidad de utilizar un concepto mucho más extenso de actividad física, aquel que incluyera los vocablos danza, yoga, expresión corporal, pesca, jardinería y pone en cuestión si es necesaria la existencia de la competición para considerar una práctica corporal como deportiva. Plantea la diferencia entre deporte para todos y deporte de masas.

Siguiendo las orientaciones de Dumazedier y Piel, se puede presentar una primera aproximación al concepto que se trabaja, definiendo las prácticas físicas del tiempo libre como aquellas actividades físicas que pueden desarrollarse durante el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivo-competitivas...) sin importar cuál sea el espacio donde se desarrollan, el número de participantes, el objetivo o la entidad organizadora.

Se toma entonces como referencia para esta investigación el concepto expresado por A. Pérez (1997), “Es el conjunto de actividades de contenido físico deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual”.

Este concepto expresa el contenido físico deportivo de las actividades que se plantean, cumpliendo con los elementos de la recreación; donde prevalece la voluntad y la selección de cuándo, cómo y dónde se realizan para el desarrollo de la personalidad del individuo.

El plan de actividades físicas, deportivas y recreativas va a contribuir al aprovechamiento del tiempo libre ofreciendo bienestar, placer, felicidad, partiendo de los gustos, preferencias e intereses de las niñas y niños de diez a doce años de edad, de diferente procedencia social y económica.

“La planificación de las actividades físicas, deportivas y recreativas no es una fórmula para sumar los intereses y preferencias de los distintos grupos de edades a un plan concebido en el municipio o consejo popular, es, además, tener en cuenta las características psicológicas, fisiológicas y sociológicas de la comunidad para la cual se realiza la planificación”. (Herrera López, (s.f))

El desarrollo endógeno en las actividades de la recreación física busca la satisfacción de las necesidades de movimiento y espirituales, la participación de la comunidad, la protección del ambiente y la localización de la comunidad en un espacio determinado. Busca que los procesos locales y globales se complementen. Su meta es el desarrollo en el nivel local, de la comunidad,

pero que este desarrollo trascienda hacia arriba, hacia el país, hacia el mundo.

La buena disposición por parte de la población y la consideración del aprovechamiento de los recursos endógenos, se perfila, por tanto, como una de las bases del futuro, para el desarrollo de las actividades físicas de tiempo libre en los consejos populares y comunidades rurales. En el caso de las comunidades el aprovechamiento de condiciones naturales y en general, de los valores medioambientales se perfila indudablemente como uno de los factores de mayor crecimiento de cara a poner en marcha estrategias de desarrollo local en las actividades físicas de tiempo libre, según las tendencias que se han ido experimentando a lo largo de los últimos años.

Al referirse a la proyección estratégica de la recreación física en el desarrollo endógeno, significa un desarrollo de la actividad física desde adentro, de los recursos y conocimientos de la comunidad.

Los Componentes de la Recreación Física

Las manifestaciones agrupan una variedad de actividades físico - recreativas que pueden realizarse en el medio terrestre o en el medio acuático.

Juegos Recreativos:

Los juegos son un tipo de actividad especial, espontánea u organizada que tiene gran importancia pedagógica, psicológica, sociocultural y recreativa; ya que a través del mismo el niño puede desarrollar cualidades físicas; adquiere conocimientos, solidaridad, entre otros, a través del contacto social, al mismo tiempo que produce placer.

Objetivos de los juegos recreativos:

- Exaltar la autoestima y solidaridad de los participantes
- Fomentar hábitos de salud, disciplina, compañerismo, cooperación, responsabilidad, etc.
- Favorecer la comprensión y reconocimiento.
- Estimular la capacidad para la solución de problemas.
- Favorecer la creatividad, la imaginación y curiosidad infantil.



- Desarrollar destreza física.
- Intercambiar ideas y experiencias durante su desarrollo

Funciones de los Juegos Recreativos

- **Utilitaria:** Tiene por finalidad el aprendizaje útil de la persona.
- **Higiénico- profiláctico:** En muchas ocasiones la finalidad del juego es utilizar estas actividades para incidir positivamente sobre aspectos: físico, psíquico de relación social, como son Mejora y mantenimiento de la condición física. Beneficio de tipo psíquico o de relación social, canalizando la agresividad, compensando la actividad intelectual y favoreciendo la socialización.
- **Educativa:** El juego supone una formación integral del sujeto a través del movimiento, según diversos autores: cognitivo, afectivo y psicomotor.
- **CompetitivaCooperativa:** Se pretende usar el ámbito de eficiencia y rendimiento, pero siempre a través de una competencia positiva, evitando aspectos negativos.

Estos se subdividen en:

Juegos interiores: Los que se realizan en gimnasios, salas, locales techados.

Juegos exteriores: Los que se realizan en áreas abiertas como parques, plazas, calles, playas, etc.

Para este estudio y proyección el juego constituye un elemento indisoluble de toda propuesta recreativa sobre todo en edades infantiles pues los mismos permiten diagnosticar estado de ánimo de las niñas y niños, modificar la manera en que se sienten y por, sobre todo, liberar energía de una manera educativa, afable y desarrolladora. Para la presente perspectiva recreativa comunitaria se preferirán los juegos exteriores, dadas las características del lugar donde no se cuenta con locales techados o cerrados, pero se presenta una geografía comunitaria y sus alrededores con un enorme caudal de oportunidades.

Juegos recreativos en el medio acuático:

Son los juegos que se desarrollan en el agua. Se pueden realizar en ríos, piscina, o en el mar.

Actividades físicas en la naturaleza

“ Son idóneas para dar respuesta a las necesidades educativas de movimiento, de socialización, de comunicación, autoestima y confianza en ellos mismos, desde un entorno que conocen y a través de un medio multidisciplinario, liberador, coeducación y nuevo, que hace del participante el máximo exponente, ya que es él quien desde ese papel de protagonista piensa, programa, organiza y realiza. Conseguir aunar en la actividad todo lo anteriormente mencionado, supone un gran logro en el ámbito educativo, puesto que no es fácil, a través de la actividad física lograr cualidades cognitivas como pueden ser: la toma de decisión, la memoria, la agilidad mental; ni tampoco es fácil conseguir que los participantes se impliquen en la programación u organización de sus propias actividades; por tanto, un enfoque educativo de las actividades físicas en la naturaleza debe pasar

necesariamente desde el punto de vista del autor por una triple vertiente representada por una educación cognitiva, motriz y afectiva, una educación ambiental y una educación en la seguridad que debe brindar la propia actividad durante el proceso de enseñanza – aprendizaje de la actividad física ”. (Maxvvel, (s.f)).

Para el autor de este trabajo es determinante esta dirección dadas las características de la comunidad y sus alrededores. Dentro de ella la educación ambiental constituye, en estos momentos, un frente de batalla para toda la población de un país que incluye todas las edades, siendo esta edad determinante para inculcar valores de tanta importancia en el futuro de la humanidad pudiendo las actividades prácticas en esta área desarrollarlo de manera teórica, práctica y sobre todo con conciencia de la necesidad de la tarea.

Variables de las actividades físico recreativas

Gustos: Son aquellas actividades físicas de tiempo libre por las que se inclina y optan los participantes de acuerdo a criterios individuales sin importar el grado de conocimiento, habilidades o hábitos para la práctica de las mismas. Es, deleite, satisfacción, contento, placer, agrado.

Intereses: Los mismos están relacionados con los gustos, dependen de las individualidades condicionadas por las posturas de los participantes, la forma de realización, el cómo realizarla y con quienes realizarla, las dimensiones del tiempo libre, etc. Es atracción, atención inclinación, importancia.

Preferencias: Las preferencias recreativas físicas son el orden de ejecución que el hombre establece en relación con sus gustos y en relación directa con sus intereses; las preferencias en muchas ocasiones se establecen en función del conocimiento, habilidades y hábitos.

Las necesidades: El hombre necesita cada vez más de la realización de movimientos físicos programados que se logran, en este caso, mediante la actividad física del tiempo libre. Estas necesidades de movimiento el hombre trata de satisfacerlas a través de sus gustos, intereses y preferencias educativas.

Demanda: La demanda surge de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de la población de las distintas edades ya sea en la escuela, centro de trabajo o comunidad rural y deben ser suplidas con una gestión por las autoridades, organismos o instituciones.

Estos cinco aspectos son decisivos a la hora de concretar un plan de actividades físicas y deportivas, recreativas pues los mismos están alejados de toda imposición, obligatoriedad, o falta de motivación personal por la actividad a realizar. Los niños en estas edades son capaces de decidir, evaluar, con un nivel de independencia marcado hacia dónde van sus inclinaciones aun cuando esté presente la guía orientadora y no impositiva de los adultos.

Manifestaciones deportivas

Esta manifestación físico - recreativas la componen los diferentes deportes, pero con la de deporte recreativo o de tiempo libre.

Las manifestaciones deportivas en el tiempo libre están orientadas hacia los distintos grupos de edades y sobre a todo a individuos adultos o de otras edades que no quieren o no pueden unirse a un equipo deportivo de la organización deportiva institucional, en el barrio, la escuela, etc.

Las manifestaciones deportivas en el tiempo libre es la práctica de los deportes tradicionales u otros que se realicen a nivel local o comunidad y que por su carácter de deporte recreativo se pueden realizar bajo las reglas oficiales o con variantes, o como se les llama en los últimos años, deportes modificados.

El deporte extraescolar por sus principios se le denomina deporte participativo, sinónimo del deporte participativo o recreativo.

Manifestación profiláctica o de mantenimiento de la condición física

Son las actividades que se realizan buscando un beneficio o mejora corporal, provocan la participación en el programa de recreación física desde el punto de vista de la salud y la higiene.

En la presente se valoran las manifestaciones deportivas como necesarias y básicas. Aspectos como el desarrollo físico, colectivismo y motivación por futuros entrenamientos deportivos permitirán a los niños encauzar sus motivaciones a la vez que deben contribuir notablemente a la selección de posibles talentos para el sistema de participación deportiva.

Manifestación turística

Su importancia radica entre otros aspectos en el hecho de que la misma viene a satisfacer el denominado tiempo libre largo de las personas o sea las vacaciones, siendo uno de los momentos importantes en la vida de un ciudadano en edad laboral. Sus múltiples formas y su contenido propician el disfrute al hombre que debe volver al trabajo. Estas manifestaciones no se refieren a los niños.

Manifestaciones especiales

Se designan con el nombre de especiales a un grupo de actividades que se realizan como recreación física en el tiempo libre y que, por sus características de un contenido determinado, se desprenden de otras actividades o manifestaciones. Ejemplo, la caza deportiva, la pesca deportiva.

La recreación en Cuba.

En estos últimos años el trabajo comunitario debe incrementarse y ampliarse en cuanto a sus proyectos y acciones para así contribuir con la importante tarea de propiciar la participación, cada vez más amplia de toda la sociedad con las tareas que le son impuestas en este proceso de condiciones de desarrollo social socialista.

En el plano investigativo se destaca un creciente trabajo en este sentido, el cual, cada día con más énfasis, asume particularidades y exigencias notables debido a las pretensiones sociales que se presentan. Está establecido en Cuba por la Dirección Nacional del INDER un programa nacional de recreación física y su manual metodológico, el cual es enriquecido cada año como parte de la dirección por objetivos, respondiendo a la misión de la dirección nacional de recreación, expresándose del modo siguiente:

“Rectorar, en todo el territorio nacional, las políticas de ocupación del tiempo libre a través de disciplinas físico-recreativas basadas en actividades lúdico-recreativas, en deportes recreativos y en el espectáculo deportivo, para satisfacer los gustos, preferencias y necesidades de la población, mediante su acción electiva y participativa”. (Bérriz Valle & Castellano, 1998).

Por su parte, el objetivo estratégico del programa de recreación física expresa la visión con que se proyectan las acciones:

"Contribuir a la calidad de vida de la población cubana en su diversidad de grupos etarios, de género y ocupacionales, brindando opciones recreativas adecuadas con que llenar el tiempo libre de forma sana y formativa, como parte de la misión esencial de la Cultura Física en sus diversos componentes (Educación Física, Deporte y Recreación Física) para la prevención de hábitos y conductas que

atenten contra la sociedad, como parte de la batalla de ideas y en correspondencia con el pensamiento del Comandante en Jefe". (Bozkovich, 1976)

Nuestro país se ha identificado con estas necesidades recreativas cada vez más vigentes e ineludibles, de manera creciente. Se dirige dicho trabajo a una proyección comunitaria, dando respuesta de manera organizada y científica, teniendo en cuenta la edad de las personas y sobre todo, los niños.

No obstante, a ello, aún se encuentran propuestas que se caracterizan por la formalidad, rutina en la programación, la imposición de planes, programas.

Cuba desarrolla una serie de programas preventivos que permite la prolongación de la vida de la población. Paralelamente al desarrollo y consolidación de la educación en su concepto más amplio nos asegura que la población, es y será cada vez más preparada científica y técnicamente además de ser los protagonistas en la construcción del socialismo en las adversas condiciones en las que históricamente se ha desarrollado la sociedad cubana.

Según plantea N. González Rodríguez y A. Fernández Díaz (2003) la participación en los trabajos comunitarios es importante porque desarrolla conocimientos, y habilidades que mejoran la efectividad y la eficiencia de los proyectos, satisfacen necesidades espirituales de los comunitarios, general poder en los participantes, profundiza su identidad y compromisos revolucionario, además de que disminuye los costos de los proyectos los objetivos del trabajo comunitario en Cuba. Se basan en estas definiciones, los cuales son potenciales los esfuerzos y la acción de la comunidad para lograr una mejor calidad de vida para su población y conquistar nuevas metas dentro del proyecto social socialista elegido por nuestro pueblo.

Los técnicos de recreación por esta vía lograrán un mayor desarrollo de actividades comunitarias y un mejor apoyo por la obtención de recursos de desechos de las empresas del territorio para la creación de su propia base material de implementos deportivos, constituyendo un agente de cambio social

capaz de transformar significativamente el uso del tiempo libre de la población específicamente en los jóvenes.

En el modo de vida socialista en el proyecto social cubano las condiciones de perfeccionamiento del problema de la recreación adquieren mayor relevancia, sobre todo dirigido al enriquecimiento de la calidad de vida, satisfaciendo sus necesidades, gustos y preferencias ocupando el tiempo libre de toda la comunidad.

Este plan es una tarea integradora y social porque compromete a todos los organismos de la comunidad como ... CDR, FMC, UJC, PCC, PIONEROS,

CULTURA, SALUD y la estructura del gobierno, en la misma se debe realizar un estudio profundo de lo que se quiere realizar.

Contexto de la investigación

El consejo popular Ajuria cuenta con una población de 510 de ellos 322 son del sexo masculino y 188 femenino el mismo está compuesto por 177 casas habitadas, en esta comunidad existen un terreno de béisbol en mal estado, un área recreativa, un merendero, una bodega y una escuela. Presenta un clima cálido, con relieve generalmente llano y la vegetación está compuesta fundamentalmente por caña y árboles frutales. Hay la presencia de un río pequeño. Este limita por el norte con Yumurí, por el sur con Las Nuevas, por el este con San Marcos y por el oeste con el poblado de Lajas.

Características de las niñas y los niños de 10-12 años de edad.

Cambios antropométricos

Entre los 10 y 12 años, aproximadamente, se produce un crecimiento en todas las dimensiones corporales que es conocido en la literatura como “segundo estirón”. Este impulso, en general, comienza y termina antes en el caso de las hembras, pero nunca alcanza la misma proporción que en el caso de los varones.

Se producen cambios en la estructura corporal, el peso, volumen, la talla y la fuerza muscular aumenta. Las extremidades crecen y se hacen pronunciadas respecto al tronco; la mandíbula se torna más gruesa y saliente, sobre todo en el caso de los varones; la frente también aparece más abultada y prominente, al igual que la nariz; la masa corporal, relativa a los huesos y músculos, también aumenta en mayor medida en los varones, lo que puede justificar de alguna forma su mayor fortaleza física, mientras que en las hembras, aumenta en mayor proporción la masa corporal total, relativa a la grasa subcutánea, produciéndose una acumulación de esta en las piernas, antebrazos y el trasero.

Cambios fisiológicos

Se producen deficiencias en el sistema circulatorio, por el rápido crecimiento del corazón, en comparación con el de los vasos sanguíneos, lo que trae como consecuencia la aparición de alteraciones neurovegetativas; tales como mareos, palpitaciones, dolor de cabeza, etc.

También se observan desórdenes funcionales del sistema nervioso, que se traducen en la tendencia al agotamiento físico e intelectual, la irritabilidad, la hipersensibilidad, los trastornos del sueño y la susceptibilidad a contraer enfermedades.

Características sociales. El campo y su desarrollo social se han ampliado considerablemente, han dejado de ser los pequeñines de la escuela y de la casa para irse convirtiendo de forma paulatina en sujetos que comienzan a tener una mayor responsabilidad y participación social.

En el desenvolvimiento de la casa se constata que por lo común ellos tienen mayor incidencia en los asuntos del hogar, en el cumplimiento de las tareas familiares más elementales y cotidianas.

Por lo común tiene una incorporación activa a las tareas de los pioneros en los movimientos de exploradores y otras actividades de la escuela, ya salen solo con otros compañeros y comienzan a participar en actividades de grupo organizadas por los propios niños. Es el comienzo por de participar en fiestas que aumentara

en la adolescencia de ahí la importancia del conocimiento de sus relaciones interpersonales entre si y en grupos.

Se aumenta el autocontrol y la autorregulación de la conducta, son PRE-adolescentes por lo que poseen necesidad de independencia y el proceso de aceptación de patrones y modelos personales se produce mediado por la valoración y el juicio. Ya en esta edad los niños se representan claramente cómo deben ser y tienen sus gustos y preferencias por las cosas, maestros y demás.

Cambios endocrinos y psicológicos

Se presenta un incremento de la actividad del hipotálamo, que es la zona del cerebro que estimula la actividad de la hipófisis. La hipófisis, pequeña glándula de secreción interna, situada en la base del cráneo, produce hormonas que estimulan el funcionamiento de otras glándulas: las suprarrenales y las gonadotrofinas (ovarios y testículos).

Las características anátomo-fisiológico que presenta esta edad son las siguientes: Se forman todas las curvaturas vertebrales: cervical, pectoral y de la cintura; ocurre un fortalecimiento del sistema óseo muscular, los músculos y La estabilidad de la atención mejora pudiéndose considerar alrededor de 40 minutos aproximadamente, la memoria va adquiriendo un carácter voluntario e intencionado.

Se producen importantes transformaciones en los procesos intelectuales, con un desarrollo de las operaciones de análisis, síntesis, abstracción y generalización. Al finalizar esta etapa debemos estar en presencia de un pensamiento lógico reflexivo.

Los motivos son más estables, lo que posibilita una mayor estabilidad jerárquica motivacional y los ligamentos aumentan su volumen y se acrecienta la fuerza muscular general. La actividad cardiovascular se hace relativamente estable pues el músculo cardíaco crece intensivamente. El pulso sigue siendo acelerado, aproximadamente las pulsaciones por minuto oscilan entre ochenta y cuatro y

noventa. Aparece el desarrollo del área frontal del cerebro, fundamentalmente para las funciones superiores y complejas de la actividad psíquica. La relación de los procesos de excitación e inhibición varía. La inhibición se acentúa y contribuye al autocontrol.

Capítulo II: Diseño Metodológico.

Metodología Utilizada.

Métodos teóricos.

Histórico – Lógico: Se utilizó para determinar los antecedentes del trabajo, así como la búsqueda de los fundamentos que antecedieron al problema científico tratado, los resultados históricos obtenidos, su desarrollo, significación y su incidencia en los resultados actuales.

Analítico – sintético: se empleó para determinar los distintos criterios acerca de los principios del trabajo, durante el proceso de consulta de la literatura, la documentación especializada y en la aplicación de otros métodos del conocimiento científico.

Inductivo – Deductivo: Este método se utilizó para la interpretación de los datos empíricos; así como descubrir regularidades importantes y relaciones entre los distintos componentes de la investigación.

Métodos empíricos.

Observación estructurada: Es el método universal por excelencia, a través de él se realizó una proyección del objeto que permitió, constatar la situación real de la zona escogida para la investigación.

Encuestas: Esta se efectuó con el objetivo de conocer los gustos y preferencia de los niños.

Entrevista no estandarizada: Se le aplicó a 9 representantes del consejo para conocer su opinión sobre el desarrollo de las actividades físicas recreativas en la comunidad.

Criterio de Especialista: Se utilizó para validar las actividades deportivas-recreativas.

Métodos matemáticos.

Para ser procesados los datos se utilizó el paquete estadístico Microsoft Office Excel versión 2003, utilizando el método estadístico distribución empírica de frecuencia y dentro de este, el cálculo porcentual.

Tipo de estudio. En la investigación se emplea un **estudio descriptivo**. Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis (Dankhe, 1986). Miden o evalúan diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar. Desde el punto de vista científico, describir es medir.

En un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide cada una de ellas independientemente, para así (vélgase la redundancia) describir lo que se investiga.

Tipo de diseño

Tipos de **diseños no experimentales** de acuerdo con el número de momentos o puntos en el tiempo en los cuales se recolectan los datos (dimensión temporal). En algunas ocasiones la investigación se centra en analizar cuál es el nivel o estado de una o diversas variables en un momento dado, o bien en cuál es la relación entre un conjunto de variables en un punto en el tiempo. En estos casos el diseño apropiado (bajo un enfoque no experimental) **es el transversal o transaccional**.

Los **diseños de investigación transaccional o transversal** recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado.

Diseños no experimentales de investigación. Pueden abarcar varios grupos o subgrupos de personas, objetos o indicadores.

Población y Muestra **Caracterización de la comunidad**

La comunidad Ajuria cuenta con una población de 510 de ellos 322 son del sexo masculino y 188 femenino el mismo está compuesto por 177 casas habitadas, en esta comunidad existen un terreno de béisbol en mal estado, un área recreativa, un merendero, una bodega y una escuela. Presenta un clima cálido, con relieve generalmente llano y la vegetación está compuesta fundamentalmente por caña y árboles frutales. Hay la presencia de un río pequeño. Este colinda por el norte con Yumuri, por el sur con Las nuevas, por el este con San Marcos y por el oeste con el poblado de Lajas.

La muestra es, en esencia, un subgrupo de la población. Digamos que es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población.

Muestra # 1: De una población de 30 niños se utilizó una muestra de 25 niños que representa el 83%, de ellos 19 del sexo masculino y 6 del sexo femenino.

Edad	Total			Femenino			Masculino		
	P	M	%	P	M	%	P	M	%
10-12	30	25	83	8	6	75	22	19	86

Leyenda: P = Población M = Muestra.

Se seleccionó una muestra de forma intencional donde se escogieron los niños de esa edad que no participan en las actividades de la comunidad.

Muestra # 2. Se entrevistó un total de 4 profesores que trabajan en el asentamiento y un activista, de ellos 3 son licenciados y 4 representantes de la comunidad (delegada, FMC, CDR y representantes de la esfera cultura y deporte).

Muestra # 3. Se entrevistaron 11 especialistas para validar el plan.

Capítulo III: Análisis de los resultados

Encuesta aplicada a los niños.

Tabla # 1.- Participación en las actividades por los niños.

Edades	Si		No	
	T	%	T	%
10- 12 años	5	16	25	83

En la encuesta realizada a los niños se pudo constatar que el 83% de estos encuestados no realizan actividades físicas, deportivas y recreativas, y el 16% sí.

Tabla # 2.- Conocimiento de las actividades físicas, deportivas y recreativas.

Edades	Si		No	
	T	%	T	%
10- 12 años	10	40	15	60

Se investigo acerca del conocimiento de estos niños sobre el plan de actividades físicas, deportivas y recreativas en la comunidad. Responde a la pregunta de forma afirmativa un 40%, siendo este dato poco significativo, y expresando el desconocimiento el 60% de los niños.

Los niños participan de las actividades que ofertan los técnicos de recreación, pero desconocen que las mismas tienen plan porque para su confección no se

tuvieron en cuenta los gustos y preferencias de estos, o sea, no se realizó un diagnóstico, ni se le ha dado divulgación al plan de recreación que posee el consejo popular.

En la confección y realización de planes de actividades físico - recreativas para niños ellos constituyen elementos decisivos dentro de los mismos ya que sus gustos, preferencias e intereses son determinantes en la concepción de los planes y su proceso posterior, para lograr un desarrollo multifacético de la personalidad y de la propia comunidad.

Este trabajo fuera de la escuela es la ampliación del proceso didáctico, de contenido variado que permite la promoción de juegos cooperativos en los cuales los niños se van a relacionar para fomentar sentimientos de solidaridad, cooperación, ayuda mutua, así como habilidades físicas y mentales.

Tabla # 3.- Preferencias por los Deportes.

No	Deportes	Casos	%
1	Béisbol	21	84
2	Fútbol	20	80
3	Voleibol	16	64
4	Atletismo	14	56
5	Baloncesto	12	48
6	Ciclismo	10	40
7	Natación	7	28
8	Gimnasia	2	5

Para conocer los juegos deportivos de preferencia de los niños se dieron 8 opciones, para que seleccionaran los de su predilección, sin establecer un número

de elecciones; sino que se les permiten todas las que deseen. Del 100% de los encuestados, el 84% seleccionó el béisbol siendo este juego deportivo el preferido; el 80% el fútbol, el voleibol fue seleccionado por un 64%; 56% prefirieron el atletismo, el baloncesto un 48%; el ciclismo representó 40%; la natación; obtuvo un 28% y la gimnasia obtuvo un 5%, resultando el de menor preferencia.

Tabla # 4.- Preferencias por las actividades recreativas.

No	Actividades Recreativas	Casos	%
1	Programa A jugar	20	80
2	Festivales recreativos	14	56
3	Festivales del papalote	12	48
4	Juegos tradicionales	7	28

Estos niños prefieren las actividades de A jugar donde se combinan diferentes juegos y pueden participar varios niños a la vez, permitiéndole estar los compañeros del aula. En segundo lugar, están los festivales recreativos donde realizan diferentes actividades con sus compañeros. A continuación, se encuentran los festivales del papalote y los juegos tradicionales.

Tabla # 5.- Preferencias por las actividades físicas en la naturaleza.

No	Actividades Físicas en la Naturaleza	Casos	%
1	Caminatas	20	80
2	Campismo	16	64
3	Excursiones	12	48



4	Carreras de orientación	9	36
5	Escalar	5	20

Los niños de esta comunidad prefieren las actividades en la naturaleza por estar relacionados con estas desde que son pequeños, dadas las condiciones que ofrece la comunidad, por lo que las caminatas y el campismo con el 80% y el 64%.

Las actividades físicas en la naturaleza son una vía idónea para la formación de convicciones sobre la conservación y protección del medio ambiente, partiendo de que se realizan fundamentalmente al aire libre, en contacto directo con el medio natural y entre sus objetivos tiene el mantenimiento de la forma física, amor a la naturaleza, desarrollo de valores y el fortalecimiento de relaciones interpersonales, sobre todo la solidaridad. Las actividades físicas en la naturaleza son por excelencias eficaces para dar respuesta a las necesidades educativas de movimiento, de socialización, de comunicación, autoestima y confianza.

Tabla # 6.- Preferencias por los juegos de mesa.

No	Juegos de mesa	Casos	%
1	Dominó	19	77
2	Parchís	16	64
3	Rompecabezas	13	52
4	Dama	11	44
5	Ajedrez	9	36
6	Juegos didácticos	7	28

Al abordar los juegos de mesa que le gustaría realizar en su tiempo libre, respondió un 77% que prefieren el dominó, siendo el juego por el que más los

niños optaron; seleccionó el parchís un 64%, los rompecabezas fueron seleccionados por el 52%, escogió los juegos de dama un 44%, el ajedrez fue seleccionado por un 36% y optó por los juegos didácticos, un 28%. Esta selección del dominó en primera opción se corresponde con una tradición de la comunidad en la que se realiza este juego con frecuencia y muchos de estos niños participan jugando con sus padres o como espectadores

Tabla # 7.- Interés por las actividades.

Edades	Si		No	
	T	%	T	%
10- 12 años	x	x	25	100

Se pudo constatar que el 100% de los encuestados no tienen interés por participar en las actividades por lo que se quedan realizando otras actividades en las casas.

Tabla #8.- Satisfacción por las actividades.

Edades	Si		No	
	T	%	T	%
10- 12 años	x	x	25	100

Esta insatisfacción por las actividades es que no se tienen en cuentas sus gustos y preferencias por lo que no están motivados por las misma.

Entrevista a los profesores.

La entrevista a profesores de educación física y cultura física, a técnicos y activista de recreación, se realizó con el objetivo de conocer los gustos, intereses y preferencias por las actividades físicas, deportivas y recreativas de los niños de 10

a 12 años, el horario que ellos prefieren para realizarlas y la importancia de la aplicación del plan de actividades físicas, deportivas y recreativas.

El resultado de esta entrevista refleja algunas de las necesidades, inquietudes y posibilidades de las actividades recreativas con niños, propició aspectos de valor para encauzar el trabajo y sobre todo permitió diagnosticar una disposición positiva de los profesores a colaborar con una mejor planificación, realización y resultado de la recreación en la comunidad propiciando un trabajo más integrador como comunidad.

Entrevista a los factores de la comunidad

Se realizaron entrevista a los factores de la comunidad, a la delegada de la comunidad, la presidenta de la FMC, CDR y representantes de la cultura y el deporte con el objetivo de obtener información acerca del estado actual de la recreación en la comunidad y cómo contribuirían los diferentes factores de la misma al desarrollo del plan de actividades físicas, deportivas y recreativas.

Todos los factores entrevistados plantean la insuficiencia de actividades físicas, deportivas y recreativas planificadas para los niños en la comunidad, así como el déficit de locales e instalaciones para la realización de las mismas y la lejanía de casas de cultura, terrenos deportivos u otro tipo de instalación. Manifestando que las actividades físico- recreativas pueden constituir una opción para la recreación sana, además de que en las mismas se pueden utilizar algunos recursos con los que cuenta la escuela, por lo que es posible su realización.

Observación.

Los resultados de la Observación permitieron constatar que los niños se reúnen, de manera espontánea en cuadras, solares o jardines y practican diferentes juegos, competencias que son del disfrute de todos y además asisten algunos a las actividades programadas por el técnico de recreación, aunque estas son insuficientes y se manifiesta en las misma el poco interés e insatisfacción.

Puede decirse que en este caso se ponen de manifiesto elementos que caracterizan la recreación: actividades practicadas a voluntad de los participantes. Además, en varias casas de la comunidad se reúnen personas de diferentes edades para jugar dominó, en algunas participan niños como jugadores o espectadores, por lo que se puede plantear que existe tradición de este juego entre los habitantes del lugar.

En esta comunidad hay una preferencia por el béisbol en todas sus manifestaciones en niños y adultos, por lo que constituye este deporte el más practicado y seguido.

Propuesta del plan de actividades deportivas y recreativas.

Plan de actividades físicas, deportivas y recreativas para los niños de 10-12 años de edad de la comunidad Ajuria.

Título: Practicar deporte es salud

Objetivo general: Incrementar la participación de los niños de 10 a 12 años de edad de la comunidad Ajuria a las actividades físicas, deportivas y recreativas.

Objetivos específicos:

1. Desarrollar actividades físicas, deportivas y recreativas que contribuyan a incrementar la participación de los niños de 10 a 12 años en la comunidad.
2. Realizar actividades que estimulen la participación colectiva de los niños con la presencia de opciones variadas, motivadas y educativas.
3. Emplear las condiciones naturales que conforman la comunidad como vía de satisfacer los gustos e intereses de los niños, así como el cuidado del entorno.

PARA LOS FINES DE SEMANA (JULIO Y AGOSTO)

#	Actividad	Fecha	Hora	Lugar	Responsable
1	Juego de mesa:(Dominó, Parchi, Rompecabezas).	Viernes	4.00 pm	Área de la comunidad.	Profesor de recreación, padres.
2	Actividades deportivas: competencia de beisbolito, kikimbol.	Viernes	5:00 pm	Terreno de béisbol.	Técnico de deportes, profesor de Educación Física, padres.
3	Actividades Recreativa: Programa A jugar (juegos pre-deportivos).	Sábados	9:00 am	Área de la comunidad.	Técnico de recreación.
4	Actividades deportivas: competencia de fútbol-voleibol.	Sábados	10:00 am	Terreno de la comunidad.	Profesor de Cultura Física.
5	Actividades en la Naturaleza (Caminata por la vida padre e hijo,).	Sábados	4:00pm	Área de la comunidad.	Activista, factores de la comunidad.
6	Actividades Recreativas (Festival Recreativo, Festival de Papalote.	Sábados	5:00 pm	Área de la comunidad.	Técnico. Recreación y activistas.
7	Actividades en la naturaleza Excursión centro de Ajuria, Carrera de orientación. -Juegos de mesa(dominó, dama, Ajedrez)	Domingos	9:00 am.	Ajuria.	Profesor de Educación Física, y Cultura Física.
8	Competencia Inter-barrio (béisbol, baloncesto).	Domingos	10:00 am	Ajuria.	Técnico. Recreación, Activistas.
9	Actividades deportivas: voleibol. Juegos de mesa: juegos didácticos.	Domingos	4:00 pm	Terreno de la comunidad.	Profesor de Educación Física, Activista.

Validación del plan por criterio de especialistas.

Los especialistas fueron seleccionados teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Nivel cultural.
- Categoría docente.
- Título académico o científico.
- Años de experiencia en la recreación.
- Centro de trabajo.

Teniendo en cuenta los indicadores plasmado anteriormente se seleccionaron 11 especialistas en recreación con 17 años de experiencia en la profesión, el 100 % de la muestra es Licenciado en Cultura Física, de ellos 5 Máster en Actividad Física en la Comunidad, 5 poseen categoría docente de Asistente y laboran en el organismo INDER (Instituto Nacional de Deporte Educación Física y Recreación).

Tabla 9: 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	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, ejecutar, etc. y los resultados a alcanzar pueden ser satisfactorios. Además, es relevante, es importante para los niños de la comunidad Ajuria del municipio de Lajas la significación práctica que representa la futura aplicación del resultado que se valora. Es pertinente ya que el plan de actividades físicas recreativas conduce a lograr el objetivo planteado.

Criterios emitidos por los especialistas.

Valoran de satisfactorio el plan de actividades físicas recreativas y deportivas propuesto para los niños de 10 a 12 años de la comunidad Ajuria del municipio de Lajas a partir de la determinación de sus gustos y preferencias.

- ✓ El 98% determinan que el plan de actividades es asequible al grupo con que se trabaja y es de fácil ejecución.
- ✓ El 100% plantean que las actividades del plan dan cumplimiento al objetivo del mismo.
- ✓ El 99% plantean que la estructura del plan se corresponde con las exigencias de este tipo de actividad pues y se encuentra organizado adecuadamente.

CONCLUSIONES

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

- ✓ En el diagnóstico realizado a los niños de la comunidad Ajuria del municipio de Lajas se detectó que el 16 % solamente realizaban actividades físicas recreativas y las causas fundamentales que provocaban dicha situación era por la falta de oferta recreativa.



- ✓ La elaboración del plan tuvo en cuenta los principales gustos y preferencias los cuales fueron:
 - Por las actividades deportivas: Béisbol, Fútbol, Voleibol y otras.
 - Por las actividades recreativas: Programa A jugar, Festivales recreativos, Festivales del papalote.
 -
 - Por las actividades físicas en la naturaleza: Caminatas, Campismo, Excursiones.
- ✓ El criterio de especialista arrojó que el plan de actividades físicas recreativas es aplicable, viable, pertinente y relevante.

RECOMENDACIONES

- ✓ Aplicar el plan de actividades físicas deportivas y recreativas en la comunidad Ajuria del municipio de Lajas según sus particularidades, gustos y preferencias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ander Egg, E. (1982). *Metodología y práctica del desarrollo de la comunidad*. Lumen.
- Ander Egg, E. (1999). *Desarrollo psicológico y educación*. Alianza.
- Auhalli, R. L. (2006). *Recreación de los Valores*. Mendoza-Argentina.
- Bello, E. (2011). *Propuesta de un plan actividades físico-recreativas para los grupos de edades 10-12 y 13-14 años del asentamiento. La Sierra del Consejo Popular Camilo Cienfuegos. (Tesis de Licenciatura)*. Manuel Fajardo.
<https://www.efdeportes.com/efd162/plan-actividades-fisico-recreativas-para-10-12.htm>
- Bérriz Valle, R., & Castellano, S. B. (s.f). *Diseño y gestión de Desarrollo*. Centro de estudio Educativos ISP Enrique José Varona.
- Bozkovich, LI. (1976). *La personalidad y la formación en la edad infantil*. Pueblo y Educación.
- Bustillo, G. (2002). *Selección de lectura de trabajo comunitario*. Asociación de pedagogos de Cuba.
- Caballero Ribacoa, M. & García, M. Y. (s.f) El trabajo comunitario una alternativa cubana para el desarrollo local. Ácana.*
- Castro Ruz, F. (2001). Discurso de inauguración de la escuela internacional de Educación Física y Deportes. (*Granma*), (23).
- Colectivo de Autores, (2000). *Prevención Comunitaria: realidades y desafíos*. Pueblo y Educación.
- Cuba. Gaceta Electrónica. (2003). Especializada en Recreación, ocio y tiempo libre. (*Giga*), (37); pp.2-4.
- Cuba. Gaceta Electrónica. (2003). Especializada en Recreación, ocio y tiempo libre. (*Giga*), (57); pp.3-6.
- De la Riva, F. (1994). *Equipo clave, gestión participativa de las asociaciones*. Popular S. A.
- Domínguez García, L. (s.f). *Psicología del desarrollo en las etapas de la adolescencia y la juventud*. Conferencia. p. 2
- Dumazedier, J. (2003). *Recreación: Fundamentos Teóricos-Metodológicos*.
- Feinstein O. (1986). Aspectos metodológicos de la evaluación continua. Estudios rurales latinoamericanos. (*Artículo Incluido*),9 (2).

Fernández, J. (1984). *Antropología de un paisaje gallego*. Centro de Investigaciones Sociológicas, Madrid, España.

Froveger C. y Vázquez Pinela, A. (2000). *Selección de lectura de trabajo comunitario*.

Fullea Bandera, P. (2004). *Animación lúdica: las ludotecas*. (Ponencia). VIII Congreso Nacional de Recreación, Bogotá, D.C., Colombia.

Hernández Mendo, A. (1999). La psicología del deporte en el ámbito de los programas de la actividad física municipal. (*Revista digital de Educación Física y el Deporte*).

Hernández Mendo, A. J. (2000). Universidad de Málaga. (*Revista Digital*), 5(23).

Hernández Mendo, A. (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación socio-cultural. (*Revista Digital de Educación Física y el Deporte*), 5(23), 23.

Herrera López R. (s.f.). *Sistema de información de las necesidades recreativas físicas en el desarrollo local*. CEDAR.

Herrera López, R. (2004). *Sistema de información y conocimientos de las necesidades recreativas físicas en el desarrollo local*. CEDAR

Instituto Nacional del Deporte y la Recreación (INDER), (2004) *Manual Metodológico Del Programa Nacional De Recreación Física Y Dirección Nacional De Recreación* INDER.

Kisnerman, N. (2001). *Teoría y práctica del trabajo social*. Comunidad.

Maxvvel, J. (s.f). Diseño cualitativo de la investigación: un acercamiento interactivo.

Núñez, F. (2001). Tiempo libre. (*Revista Digital Educación Física*), (8-9).

Pérez Menéndez, N. (2002) *Propuesta de indicadores de sostenibilidad de la recreación física en el desarrollo local*. (Trabajo de diploma) Universidad de La Habana.

Pérez Sánchez, A. (2002) *Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual*. Revista educación física y recreación, 39(51), 13.

Pérez Sánchez, A. (1997). *Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual*. Pueblo y Educación.

Pérez Sánchez A. (2002). *Fundamentos teóricos Metodológicos*. Pueblo y Educación.

Pérez Sánchez A. (2003). *Fundamentos teóricos Metodológicos*. Soporte digital.

Petrosky, V. A. (1980). *Psicología General y de las edades*. Pueblo y Educación.

Quintana, María J., (1991). *Pedagogía Comunitaria*. Narcisa.

Ramos Rodríguez, A., E. (2010). *La gestión de las actividades físicas en la naturaleza para la educación ambiental en el desarrollo local*. CEDAR.

Ramos Rodríguez, A., E. (2010.). *La información y el conocimiento de Las necesidades recreativas físicas en el desarrollo local*. CEDAR.

Ramos Rodríguez, A. E., Ojeda Suárez, R., García Martínez, R. y Báez Fernández, D. (2010). *La universidad en la proyección estratégica de la recreación física en el desarrollo endógeno local*. CEDAR.

Ramos Rodríguez, A. E. y colectivo de autores, (2004). *La Gestión de Las actividades físicas de tiempo libre en las comunidades del municipio San José de las Lajas*. CEDAR.

Ramos Rodríguez, A. E. y Colectivo de Autores. (2004) Monografía. *Tiempo libre y Recreación en el desarrollo local*. CEDAR.

Ramos Rodríguez, A. E., & Colectivo de Autores. (2004) Monografía. *Tiempo libre y Recreación en el desarrollo local*. Centro de Estudios de Desarrollo Agrario y Rural.

Ramos Rodríguez, A. E. (2004). *Proyección estratégica de la Recreación física en el desarrollo local del municipio*. (Ponencia) Primer encuentro Internacional de desarrollo agrario y rural. La Habana. Cuba.

Ramos Rodríguez, A. E. (2004). *Proyección estratégica de la recreación física en el desarrollo local del municipio*. Artículo Científico.

Ramos, A. (2004). Sistema de Información y Conocimientos De la Recreación Física en el Municipio. (*Boletín Científico por un Desarrollo Local Sostenible del Centro de Estudios del Desarrollo Agrario y Rural*). Publicaciones Mercurio.

Ramos, A., (2005). *Tiempo Libre y Recreación en el Desarrollo Local*. Mercurio.

Ramos Rodríguez, A. E. (2006). *Conferencia Sobre fundamentos teóricos metodológicos de la recreación física*. CEDAR.

Rico A, C. A. (1998). *Gestión, recreación y desarrollo humano Congreso nacional de recreación*.

Roque Pujol, R. y colectivo de autores, (2001). *Ocio, tiempo libre y recreación*. Instituto costarricense del deporte y la recreación.

Sánchez Acosta, M. E. y González García M. (2004). *Psicología General y del desarrollo*. Deportes.

Sóñora Cabaleiro, M. (2001). Aplicación de la técnica de los grupos focales en la evaluación de un programa de prevención del uso indebido de drogas. (Artículo científico)

Zamora, R; García, M. (1998) *Sociología del tiempo libre y consumo de la Población*. Ciencias Sociales.

Zeperanovich, P. C. (s.f.) La recreación en la comunidad. (*Gaceta de tiempo libre*), (51), 2.

Ziperovich, P. C. y Chervin, C. (2005). *Del ocio a la recreación en la realidad actual*. Córdoba.



ANEXOS

Anexo 1

1- ¿Participan los niños en las actividades?

Sí ___ No ___

2- Nivel de conocimiento de los niños sobre las actividades físicas, deportivas y recreativas.

Sí ___ No ___

3- ¿Cuáles de los deportes relacionados a continuación prefieres?

Deportes	Marque
Béisbol	
Fútbol	
Voleibol	
Atletismo	
Baloncesto	
Ciclismo	
Natación	
Gimnasia	

4- ¿Cuáles de las actividades recreativas relacionadas a continuación prefieres?

Actividades Recreativas	Marque
Programa A jugar	
Festivales recreativos	
Festivales del papalote	
Juegos tradicionales	



5- ¿Cuáles de las actividades físicas en la naturaleza prefieres?

Actividades Físicas en la Naturaleza	Marque
Caminatas	
Campismo	
Excursiones	
Carreras de orientación	
Escalar	

6- ¿Cuáles de los juegos de mesa a continuación prefieres?

Juegos de mesa		
Dominó		
Parchís		
Rompecabezas		
Dama		
Ajedrez		
Juegos didácticos		

7- ¿Tienen interés por las actividades?

Sí ___ No ___

8- Se siente satisfecho con las actividades físicas, deportivas y recreativas.

Sí ___ No ___

Anexo 2

Entrevista a los profesores.

- 1.- ¿Conocen ustedes los gustos y preferencia de los niños de 10 -12 años por las actividades físicas, deportivas y recreativas?
- 2.- ¿En que horario prefieren los niños realizar las actividades físicas, deportivas y recreativas?
- 3.- ¿Qué importancia le atribuirías a la propuesta del plan?

Anexo 3

Entrevista a los factores de la comunidad.

- 1.- ¿Cómo se encuentra el estado actual de la recreación comunidad?
- 2.- ¿Cómo apoyar el desarrollo del plan en la comunidad?

Anexo 4

Guía de Observación.

- ¿En qué forma se reúnen?
- ¿Qué juegos practican?
- Actividades programadas.

Anexo 5

Criterio de especialista

Nombre: _____ Edad: _____ Años de experiencia: _____

Licenciado en: _____ Cargo: _____

Máster en: _____ Doctor en: _____

Categoría docente: _____

Centro donde labora: _____

Municipio: _____ Provincia: _____

Marque con una cruz la alternativa que considere en cada uno de los siguientes elementos y argumente al respecto:

Indicadores	5	4	3	2	1
Posibilidad real de insertar el plan de actividades recreativas					
Ayuda a resolver un problema de la práctica					
Estructura del plan de actividades recreativas					
Las actividades responden a los gustos y preferencia de los niños					
El plan de actividades responde a los objetivos propuestos de la investigación					
El plan de actividades recreativas es aplicable					
El plan de actividades recreativas es viable					
El plan de actividades recreativas es relevante					

Le agradecemos cualquier sugerencia o recomendación con respecto al plan de actividades recreativas: Por favor, refiéralas a continuación:

