Universidad de Cienfuegos
“Carlos Rafael Rodríguez”
Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte

**Propuesta de juegos recreativos para incrementar la
participación de los niños de 10 – 12 años**

*Trabajo de diploma para optar por el título de Licenciada en
Cultura Física*

Autor: Yesenia González Zamora

Tutora: Lic. Leyanet Maya Carballosa

Cienfuegos 2022

Agradecimientos:

A mi mamá por estar siempre conmigo en los momentos más

difíciles.

A mi querido hermano y toda mi familia en particular porque sé que están orgullosos de mí.

A mi tutora Leyanet Maya Carballosa por su carácter entusiasta, responsable y su devoción al trabajo.

Agradezco a nuestra Revolución Socialista que me dio la oportunidad de formarme en esta noble tarea.

Dedicatoria

A mi familia, que es mi fuente de inspiración:

A mi madre, que tanto admiro y respeto.

A mi hermana por su apoyo incondicional,

A los que aman y confían en lo mejor de lo humano.

A todas aquellas personas que no se mencionan, pero me han ayudado a superar mis miedos cuando he intentado rendirme.

Resumen

La tarea más importante que tiene ante sí la Recreación Física es asegurar la sistematicidad y permanencia en sus actividades por lo que la presente investigación aborda un tema de vital importancia para la sociedad donde se hace referencia a la problemática existente en el consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos respondiendo a la poca participación de los niños de 10 - 12 años en las actividades ofertadas. Definiendo como problema científico: ¿Cómo incrementar la participación de los niños de 10 - 12 años del consejo popular “Reina” en los juegos recreativos jóvenes municipio Cienfuegos? Persiguiendo como objetivo general: Determinar las causas que afectan la participación de los niños de 10 - 12 años del consejo popular “Reina” del municipio Cienfuegos. Se emplearon métodos del nivel teórico (Analítico – Sintético, Histórico-Lógico e Inductivo-Deductivo), empírico (Observación y Entrevista) y matemático paquete estadístico Microsoft Office Excel versión 2003., lo que permitió obtener los resultados de dicha investigación, pudiendo arribar a conclusiones significativas permitiendo dar solución a la problemática estudiada.

Palabras clave: recreación, participación, juegos recreativos.

Abstract

The most important task that Physical Recreation has before it is to ensure the systematicity and permanence in its activities, so the present investigation addresses a topic of vital importance for society where reference is made to the existing problems in the popular council "Reina" Cienfuegos municipality responding to the low participation of children from 10 to 12 years in the activities offered. Defining as a scientific problem: How to increase the participation of children from 10 to 12 years of the popular council "Reina" in the youth recreational games of the Cienfuegos municipality? Pursuing as a general objective: To determine the causes that affect the participation of children from 10 to 12 years of the popular council "Reina" of the Cienfuegos municipality. Methods of the theoretical level (Analytical - Synthetic, Historical-Logical and Inductive-Deductive), empirical (Observation and Interview) and mathematical statistical package Microsoft Office Excel version 2003 were used, which made it possible to obtain the results of said investigation, being able to arrive at significant conclusions allowing to solve the problem studied.

Keywords: recreation, participation, recreational games.

ÍNDICE	Pág
INTRODUCCIÓN	1
DESARROLLO	10
1.1 La recreación como fenómeno sociocultural	10
1.2 Las actividades recreativas físico – deportivas en la comunidad.....	11
1.3 La participación como categoría de la Recreación Física	13
2.1 Metodología	16
2.1.1 Tipo de estudio y tipo de diseño	16
2.1.2 Selección de sujetos	17
2.1.3 Métodos y procedimientos	18
3.1 Análisis de los resultados	19
3.1.1 Análisis documental	19
3.1.2 Resultado de la encuesta.....	19
3.1.3 Resultado de la entrevista.....	19
3.1.4 Resultado de la observación	20
4.1 Propuesta de juegos recreativos para los niños de 10-12 años.....	21
4.2 Valoración de los juegos recreativos por criterio de especialistas	26
CONCLUSIONES	29
RECOMENDACIONES	30
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

La Recreación no es un fenómeno estático sino dinámico esencialmente dialéctico, que toma forma y adquiere proporciones objetivas cuando es realmente aplicado para las grandes mayorías, para convertirse entonces en una influyente fuerza vital en el desarrollo de los pueblos.

Se han realizados muchos intentos para definir científicamente la base teórica de la Recreación, algunos psicólogos y sociólogos han tratado de fundamentar la teoría de la necesidad humana de expresión propia, otros apoyándose en el campo de lo biológico, en las características de la estructura anatómica, fisiológica del ser humano, realizando análisis diferentes.

Por lo que no se concibe la investigación de un problema científico sin la adecuada metodología marxista, a través del materialismo dialéctico como metodología de la investigación científica de cualquier ciencia concreta y del materialismo histórico con la metodología general en la esfera de la actividad científica investigativa, especialmente en las investigaciones concretas y en el tratamiento e interpretación de los fenómenos sociales, por lo cual solo es posible realizar el estudio científico de los problemas del Tiempo Libre y la Recreación, a la luz de la ciencia marxista, guía rectora de todo proceso investigativo.

La Recreación no es solo la agradable forma de pasar el tiempo libre sino el aprovechamiento de este tiempo de forma positiva en la sociedad que constituye al desarrollo de la personalidad, está ligado por tanto con la educación, la auto educación, higiene física y psíquica, la diversión y la cultura general.

Esta es escuchada hoy en muchas partes y su amplia variedad de contenidos trae consigo que cada cual la identifique desde diversos ángulos, sobre la base de la multiplicidad de forma e intereses que en el mundo moderno pueda constituir la forma de Recreación, pero algo en lo que coinciden la mayoría de los estudiosos del tema es en plantear que la misma no es solo una agradable forma de pasar el tiempo libre, sino el aprovechamiento de este tiempo libre de manera tal que contribuya al desarrollo de la personalidad del hombre, fundamentalmente su valor como ser

humano y como miembro de la sociedad, ocupando su tiempo en actividades recreativas sanas que enriquezcan su cultura y mejoren a su vez la calidad de vida de quienes la realizan.

Un análisis del concepto nos lleva a buscar su origen y lo encontramos en los comienzos del hombre como especie, con el surgimiento de un determinado tiempo para realizar actividades que no tuvieran relación directa con la producción, pero no es hasta los inicios de la industrialización, cuando las jornadas de trabajo eran demasiado largas y se realizaban en pésimas condiciones para la salud, que se dan las condiciones verdaderamente objetivas para conjuntamente con los cambios socioeconómicos que se producirían, establecerse como una necesidad determinante en los hombres.

Antes del Triunfo de la Revolución, la Recreación poseía un carácter clasista, donde tenían derecho de disfrutar a plenitud los ricos adinerados, los negros debían divertirse en lugares apartados de los blancos y con el proceso revolucionario se dio un vuelco a esta situación, y comienza una nueva etapa en la historia de Cuba, se promulga un grupo de leyes revolucionarias y se crea una serie de organismos y organizaciones que contemplan las reivindicaciones señaladas en el programa del Moncada.

En el año 1961 se crea el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), el cual realiza grandes esfuerzos para lograr el desarrollo del Deporte, la Educación Física y la Recreación, proclamándose el propósito de que estas actividades sean un derecho del pueblo. Con la realización del Primer Congreso de Educación y Cultura en el 1971, la Recreación adquiere una nueva forma de expresión.

Con el avance de la construcción del Socialismo y el desarrollo de los medios de comunicación, se ha elevado el gusto recreativo de la población; hay preferencia por la televisión, el cine, el baile, así como las excursiones turísticas.

Adquiriendo un reconocimiento y una importancia actual en la vida del hombre de hoy, que es bueno ensayar un camino para llegar a los mejores resultados en la tarea de hacer llegar sus beneficios a todos los seres humanos, independientemente de sus antecedentes: históricos, sociales, económicos, educativos, artísticos y tecnológicos

Muchas veces la palabra Recreación en su contenido se confunde con la de juegos, sin embargo, la primera es más amplia que la segunda, aunque desde el punto de vista de sus fundamentos, la Recreación para los adultos es equivalente al juego de los niños.

Siguiendo a Johan Huizinga y otros autores, podríamos establecer que el vuelco de una persona a una actividad recreativa de cualquier naturaleza, se encuadrará dentro de las formas de juego.

La Recreación es un término al que se da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamó recreo al lapso entre dos materias u horas de clase, en el que se permitía a los alumnos jugar o descansar, reponiéndose del esfuerzo de concentración requerida por el estudio. Para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso, puede que la recreación este teñida del colorido particular de estas cosas y de otras tantas, pero como en la actualidad es una disciplina que declara ser formativa y enriquecedora de la vida humana, es necesario precisar mejor su alcance, aceptando que, siendo más joven que la Educación, resulta aún más difícil de definir.

Hoy se reconoce que la actividad física es considerada como una necesidad para todos los seres humanos, de todas las edades, del campo y la ciudad y sus beneficios como factor de salud, condiciones físicas, como base del deporte, económico, motriz, cognoscitivo, es decir como una forma de vida activa para el bienestar del hombre.

La Recreación Física que por su carácter y contenido abarca grupos amplios de la población desde la edad infantil, juvenil, adulta y la tercera edad, que por la necesidad de movimiento optan por una u otra actividad en su tiempo libre en las distintas manifestaciones de la Recreación Física, actividades y preferencias que se dan localmente y se deben definir en la localidad (grupos urbanos, asentamientos, circunscripciones, consejo popular, municipio)

El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) tiene dentro de su encargo social como Organismo de la Administración Central del Estado la instrumentación y ejecución de programas y proyectos de Recreación Física que contribuyen a la sana ocupación del tiempo libre de la población, en su diversidad de grupos de género, de edades y ocupacionales.

No se impone o administra la Recreación de las personas, pues son ellas quienes han de decidir cómo desean recrearse. Nuestra labor es facilitar y promover las ofertas recreativas a fin de que constituyan opciones para la libre elección de quienes se recrean por lo que la verdadera Recreación es la que potencia la obtención de experiencias vivenciales positivas que enriquezcan la memoria y permitan la vitalidad del individuo a través del recuerdo.

Lo lúdico en el acto recreativo está dado por el ejercicio de la libertad para la posibilidad de elección. El juego impuesto deja de ser tal, pues resulta hetero-condicionado, con reglas ajenas a la voluntad de los participantes, que no se pueden variar, lo cual pone punto final al placer. El juego se convierte en deporte precisamente cuando la participación en él se hetero-condiciona mediante reglamentaciones invariables, y es el entusiasmo de la competición lo que salva el placer en él, por la reafirmación de la supremacía de unos deportistas sobre otros. En la Recreación es contradictorio hablar de supremacía, pues esta limita la participación.

Sus actividades no pueden concebirse como evento deportivo basado en reglamentaciones invariables y con una competición que exija y estimule la supremacía de unos sobre otros. Ellas tienen que ser, por definición, un momento de

participación lúdica, libre y espontáneamente elegida, con normas flexibles que se ajusten a las posibilidades, intereses y necesidades de los participantes, y donde la competición sea sustituida por una competencia consigo mismo, por el afán de ser más competente, de hacerlo cada vez mejor y en cooperación con los demás, como resultado de lo cual surgirán el recuerdo, la experiencia vivencial positiva que asegure el desarrollo personal y el placer por haber alcanzado un real estado de recreación

Jugar es experimentar, transformar, disfrutar con el descubrimiento de nuevas posibilidades, crear personalmente lo indispensable para la acción, buscar alternativas, intercambiar experiencias y motivaciones, involucrarse a plenitud, sin convencionalismos ni limitaciones de cualquier índole, y disfrutar del desarrollo de la actividad sin esperar nada material a cambio por sus resultados

Para que la Recreación -electiva y participativa- resulte alternativa lúdica es indispensable que esté presidida por la voluntad creativa de los participantes. Son ellos quienes han de montarse su propio show, asegurarlo y estimularlo.

Las actividades físico-recreativas, en su multiplicidad de alternativas contribuyen a la elevación sustancial de la calidad de vida de la población, buen estado de salud física mental, previniendo el vicio y las conductas que comprometan la estabilidad de la sociedad.

El deporte participativo, los juegos tradicionales, el espectáculo deportivo, la Cultura Física en general, son manifestaciones del hecho cultural que contribuyen a la formación y consolidación de la identidad nacional y al desarrollo de sentimientos de pertenencia a la nación, como arma en la singular batalla de ideas que hoy libra nuestro pueblo.

Las necesidades recreativas físicas en el desarrollo local no puede asumirse solo en la distracción del participante en el tiempo libre en actividades simples como muchos piensan, sino que hay que dejar este protagonismo a los participantes en como desean realizar las actividades recreativas, con quien desean realizarlas, dónde

desean realizarlas, que días de la semana prefieren, a qué hora, etc., es decir, la postura que asumen, lo que no puede existir es la imposición, obligación externa; como pudiera decir cualquier participante, “yo elijo cual y como quiero ocupar mi tiempo libre, los especialistas facilitan el cumplimiento de mis objetivos.”

El objetivo de la Recreación es indudablemente, los gustos y preferencias recreativas de los estudiantes en su diversidad de grupos de edades. De modo que no es posible concebir y desarrollar un buen plan de actividades recreativas si ellos no son tenidos en cuenta, para lo cual el primer paso será un efectivo trabajo de levantamiento, o búsqueda de información en el terreno, y un cuidadoso diagnóstico en función de los objetivos planteados.

La Recreación constituye un desafío de nuestra época puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales. Toda modificación en los dominios de la sociedad y la cultura trae como consecuencia entre otros, nuevos problemas pedagógicos, requiriéndose ante estos profesionales preparados y entrenados para insertarse en una sociedad cambiante, y a la vez, capacitados para ejercer de acuerdo a las nuevas necesidades imperantes.

El reto que se impone a los encargados de atender la Recreación de las personas es concebir actividades que se inscriban dentro de un ocio asumido como verdadero tiempo libre y no como tiempo de consumo, como un real acto de participación y no como entretenimiento para la evasión, con el que se pretenda "vender un producto recreativo" sin tener en cuenta las reales y fundamentales motivaciones personales de los participantes, esas que les harían involucrarse autónomamente -y por tanto con pleno ejercicio de su libertad de elección y de disfrute- en las propuestas organizadas por y para ellos con el fin de enriquecer sus recuerdos positivos a través de gratas experiencias vivenciales.

Las actividades lúdico-recreativas están presididas por el ejercicio de la libertad de elección, como es característico en la actividad lúdica por excelencia: el juego en su diversidad de formas, a través del cual es posible lograr resultados educativos y formativos, como valores agregados a la obtención del placer. Lo lúdico es una

condición inseparable del juego, por lo que es erróneo emplear el término de "juegos lúdicos", ya que no existen juegos que no lo sean. En el campo general de la Lúdica también se inscriben las manifestaciones artísticas, el rito sacro, la liturgia religiosa, el espectáculo, la fiesta, y otras expresiones de la cultura humana regidas por el simbolismo lúdico, o representación simbólica de la realidad

"Es importante que sobre todo las personas entiendan que ir al teatro o al museo, por ejemplo, constituye también una forma de recreo, porque una de sus equivocaciones está en pensar que para pasarla bien debe implicarse uno de manera activa, como sucede en el caso del baile o el deporte. Pero la aparente pasividad al contemplar una obra de arte, leer o conversar puede entrañar grandes riquezas."

Diversos estudios Batista, Pérez (2007), Pérez Domínguez, Rodríguez (2008), Garrido Soriano (2010) elaboraron Propuestas de Actividades Físicas Deportivas Recreativas para incrementar la participación y así aprovechar mejor el tiempo libre de los niños.

Autores como González Pérez (2011), Jackson (2014), Quintana (2015), Baes& Orta (2016), Martínez & de la Rosa& y Ruiz (2020) consideran que la elaboración de planes de actividades deportivas recreativas teniendo en cuenta los gustos y preferencias de la población motivo de estudio ayuda al aumento de la participación en las actividades ofertadas por los profesores en la comunidad.

El autor coincide con los resultados las investigaciones realizadas por Pérez, A. (2003) que elabora planes de actividades deportivas recreativas con juegos pre deportivos, competencias deportivas, festivales recreativos, programas a jugar entre otros.

Después de aplicados los instrumentos los resultados del diagnóstico realizado demostró pobre trabajo con respecto a las actividades físicas recreativas y los juegos recreativos organizadas en el consejo popular y por ello existe la necesidad de utilizar vías novedosas para incrementar la participación de los niños mediante la utilización de diferentes manifestaciones deportivas recreativas.

Aunque los resultados de las bibliografías consultadas reflejan acciones para el incremento de la población en las actividades ofertadas todavía son limitadas las que se realizan para los niños de 10 – 12 años del consejo popular “Reina”, municipio Cienfuegos.

En los análisis realizados se pudo corroborar que: existe poca participación de los niños de 10 – 12 años en las actividades recreativas. Estos argumentos fundamentan la siguiente **situación problemática**: Poca participación en los niños de 10-12 años en los juegos recreativos del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos.

Por lo antes expuesto y las revisiones bibliográficas desarrolladas respecto a dicho tema se trazó el siguiente problema científico: ¿Cómo incrementar la participación de los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” en los juegos recreativos?

Declarándose como:

Objeto de estudio: El proceso de la Recreación Física.

Campo de acción: Incremento de la participación.

En correspondencia con lo anteriormente planteado, se formula como objetivo general de la investigación: Proponer juegos recreativos para incrementar la participación de los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos.

Objetivos Específicos:

Teniendo en cuenta todo lo anterior y para darle cumplimiento al objetivo de la investigación nos trazamos las siguientes Objetivos Específicos:

1. Analizar los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la Recreación y los juegos recreativos
2. Diagnosticar como se manifiesta la participación en los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos.

3. Determinar los gustos y preferencias de los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos.
4. Elaborar una propuesta de juegos recreativos teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos.
5. Valorar la propuesta de juegos recreativos por criterios de especialista.

Idea a defender.

Con una propuesta de juegos recreativos se incrementará la participación de los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos.

DESARROLLO

1.1 La recreación como fenómeno sociocultural

"La Recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad".

Para Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, 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 profesionales, familiares y sociales ". Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

Harry A. Overstrut quien plantea que: "La Recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico - espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización". En esta definición el elemento socialización le imprime un sello particularmente que la distingue por cuanto es uno de los aspectos de más resonancia en las funciones de la Recreación, sin embargo, en ella no queda preciso el hecho del desarrollo que propicia al individuo.

Una muy aceptable y completa definición fue elaborada en Argentina, durante una convención realizada en 1967, definición que mantiene su plena vigencia y plantea:

"La Recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura,

que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad".

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

1.2 Las actividades recreativas físico – deportivas en la comunidad

Socorro Gómez, Mery. (1998) define la Recreación Física "es 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. Este protagonismo físico recreativo distingue al recreando en particular, en que él mismo es capaz de concebir, crear y ejecutar las acciones recreativas de carácter físico. En el camino hacia este protagonismo es muy importante que el sujeto abandone los motivos extrínsecos relacionados con el condicionamiento externo para que sean los motivos intrínsecos los que impulsen la actividad recreativa consolidando los motivos físicos recreativos".

Ramos Rodríguez, (2005) plantea que la Recreación física "es toda la 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. Ramos Rodríguez, Alejandro E. y col. (2005)

La Recreación debe de ser promovida no solo como mera actividad de entretenimiento, sino como un Programa y un servicio recreativo, los programas de recreación que el profesor de Educación Física promueve más reflejan el contenido

que ha tenido en su formación, es decir la Recreación Físico Deportiva, Lúdica, acuática y al aire libre.

Recreación Física: Es el conjunto actividades de contenido Físico- Deportivo, Turístico o Terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Recreación Física o activa: no es una forma de llenar el tiempo libre de quienes lo poseen, no adopta características discriminatorias en sus diversas manifestaciones, ni menos es una mercancía que se ofrece a quien mejor pueda pagarla, muy por el contrario, ella se constituye en una actividad básica en el objetivo de desarrollo armónico e integral del hombre y de la sociedad en su conjunto.

A pesar de esa gran gama de alternativas que ofrece la recreación, son pocas las personas que las disfrutan, lo cual es una debilidad en la vida de una persona, ya que, debido a esa carencia, pueden aparecer factores de riesgo que afectan la salud física y mental.

En esta línea Camerino y Castañera (1988) definen como actividades recreativas a *“aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los participantes de los cambios de papeles en el transcurso de la actividad, constitución de grupos heterogéneos de edad y sexo, gran importancia de los procesos comunicativos y de empatía que se puede generar aplicación de un concreto tratamiento pedagógico y no especialización, ya que no se busca una competencia ni logro completo”*. Citado por García. y García Montes (2003)

Martínez Del Castillo, (1986) *“Son todas las actividades físicas que pueden desarrollarse en el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivas, competitivas...) sin importar el espacio en que se desarrollen, el número de participantes y el cuadro o nivel de organización”*.

Martínez Del Castillo, Jesús (1986)

Teniendo en cuenta los aportes realizadas por diferentes autores (Algar, 1982, García Montes, 1986, Martínez del Castillo, 1986 y De Knop, 1990, Hernández y Gallardo, 1994), parte de los elementos que determinan las características de las actividades físico-recreativas, siendo conscientes de que la variedad, las posibilidades y el dinamismo de este tipo de prácticas dificultan su completa catalogación:

Dumazedier y Piel, definen: 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 cualquiera sea el espacio donde se desarrollan, el número de participantes, el objetivo o la entidad organizadora.

Martínez Del Castillo, define actividad física del tiempo libre: "Son todas las actividades físicas que pueden desarrollarse en el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivas, competitivas...) sin importar el espacio en que se desarrollen, el número de participantes y el cuadro o nivel de organización".

1.3 La participación como categoría de la Recreación Física

La participación hoy día ha entrado en el lenguaje como una palabra cotidiana no solamente del discurso político, sino también en el social, económico. Se ha extendido y se habla de forma más sistemática de la participación comunitaria, no obstante, muchas son los autores que asume esta definición.

La participación ha sido abordada por diferentes autores: Gómez Labrada, (2006) expone "la participación es una importante necesidad humana, 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 "...Aceptar que la participación es una necesidad humana básica implica aceptar también:

Estas herramientas muestran que la participación es un contenido que no se puede transmitir, es una vivencia colectiva y no individual, de modo que sólo se le puede aprender en la praxis grupal. Sólo se aprende a participar, participando.

La participación ha sido abordada por diferentes autores: Gómez Labrada, Aída Rosa (2006) expone “la participación es una importante necesidad humana, 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“ ...”Aceptar que la participación es una necesidad humana básica implica aceptar también:

- Que la participación es un derecho humano.
- Que debe ser aceptada y promovida por sí misma y no sólo por sus resultados.
- Que su negación mutila a la personalidad y distorsiona su desarrollo.”

Rafaela Macías (2003) En esta definición, incluye el componente psicológico evidenciando que la participación *“es la transformación, enriquecimiento de una determinada situación en la comunidad es necesario además de lo cognitivo la presencia de lo afectivo; materializado en las necesidades, motivos, intereses, intenciones que estando latentes conducen a la participación como proceso social que genera un cambio”*. Citado por Gómez Labrada, (2006)

Cantero Fernández, López Muñoz (2003) Participación Activa: este es quizás el concepto más difícil de trasladar a la etapa de infantil, pero también puede que sea el más importante. Se hace necesario, ya en estas edades, estrenar el refuerzo de la idea de cooperación. La relación con los compañeros para obtener un fin común ha de estructurarse en actividades sencillas y de fácil comprensión, apoyadas con la insistencia del maestro o animador.

La participación según Areiza Londoño, Maribel (2001) lo clasifica de dos formas. Activas y pasivas. *“Participación Activa: Cuando el sujeto participa en la actividad*

convocada realizando los ejercicios o actividades planificada. Participación pasiva: cuando el sujeto participa como espectador”. Areiza Londoño, Maribel (2001)

Pérez Meneses, (2004) en su investigación se refiere a que cuando se evalúa la participación de la población en las actividades recreativas se debe tener en cuenta indicadores tales como: participación activa, participación pasiva, permanencia en las actividades y satisfacción por las mismas. Según dicha autora:

- La participación activa es cuando el sujeto participa, ejecutando o realizando los ejercicios o juegos planificados en la actividad convocada.
- La participación pasiva: cuando el sujeto participa como espectador de la actividad recreativa convocada.
- Permanencia en la actividad: cuando el sujeto permanece en la actividad, ya sea de forma pasiva o activa el tiempo que dure la misma.
- Satisfacción por la actividad: cuando la actividad ofertada está acorde a los gustos, preferencia y necesidades de la población

La misma plantea que la satisfacción en las actividades es un punto clave en la participación de los sujetos, debido a que, si la actividad ofertada no se encuentra acorde a los gustos, preferencia y necesidades de la población, el sujeto implicado en la actividad recreativa no se encuentra motivado por participar, ya que la misma no se encuentra entre sus intereses.

Juego son las actividades lúdicas se las conocen como juego y es: “Una actividad de la persona entera, individual o social, realizada espontánea o libremente y satisfactoria en sí misma”. (Cañade Pulido, 2009)

Tonucci (2014) “Jugar para un niño es la posibilidad de recortar un trocito de mundo y manipularlo, sólo o acompañado de amigos, sabiendo que donde no pueda llegar lo puede inventar”

Juegos recreativos son un conjunto de acciones utilizadas para la diversión y su finalidad principal consiste en lograr disfrute de quienes lo ejecuten. Es una actividad eminentemente lúdica, divertida capaz de transmitir emociones, alegrías, salud, estímulos, el deseo de ganar permitiendo la relación con otras personas, por ello se convierte en una actividad vital e indispensable para el desarrollo de todo ser humano. Aquí la reglamentación es mínima y lo importante no es realizar bien la técnica o ganar sino la diversión, lo cual genera placer” (Paredes, Freire, 2011)

2.1 Metodología

2.1.1 Tipo de estudio y tipo de diseño

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 (vágase 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 transeccional**.

Los **diseños de investigación transeccional 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.

2.1.2 Selección de sujetos

Población, muestra, porcentaje y tipo de muestreo.

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.

Todas las muestras deben ser representativas, por tanto, el uso de este término es por demás inútil. Los términos al azar y aleatorio denotan un tipo de procedimiento mecánico relacionado con la probabilidad y con la selección de elementos, pero no logra esclarecer tampoco el tipo de muestra y el procedimiento de muestreo.

En las muestras no probabilísticas, la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características del investigador o del que hace la muestra. Aquí el procedimiento no es mecánico, ni con base en fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de una persona o grupo de personas, y desde luego las muestras seleccionadas por decisiones subjetivas tienden a estar sesgadas. Elegir entre una muestra probabilística o una no probabilística, depende de los objetivos del estudio, del esquema de investigación y de la contribución que se piensa hacer con ella.

Muestra # 1: de una población de 178 niños de las edades comprendida entre 10-12 años, se seleccionó una muestra de 141 niños del consejo popular “Reina”, municipio Cienfuegos, lo que representa el 79.2% de la población, de ellos 103 masculino para un 73.1% y 38 femeninos para un 26.9% los cuales nos aportaron informaciones acerca del estado organizativo de la Recreación en esta comunidad.

Muestra # 2: Se entrevistaron 9 representantes del consejo popular, para conocer cómo se comporta la práctica de actividades recreativas de los niños y su disposición en apoyar la realización de las mismas.

2.1.3 Métodos y procedimientos

Métodos Teóricos

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.

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.

Métodos y técnica empíricos:

Análisis documental: permitió la revisión y análisis de documentos entre los que se encuentran: Las indicaciones metodológicas del Instituto Nacional de Deporte, Manual de juegos tradicionales, Recopilación de materiales históricos, Fichero de juegos populares y tradicionales, Esto permitió validar y constatar la información obtenida, reconstruir acontecimientos y generar ideas, verificar si existían teorías sobre el fenómeno en estudio y a partir de ello obtener respuestas.

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.

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

Criterio de especialista: Para valorar la propuesta de juegos recreativos.

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.

3.1 Análisis de los resultados

3.1.1 Análisis documental

Se revisaron los documentos normativos del departamento Nacional de Recreación.

- Indicaciones metodológicas de la Recreación Física
- Documentos normativos de la Recreación
- Indicador y criterio de la Recreación Física

3.1.2 Resultado de la encuesta

Problemáticas más significativas:

- Poca convocatoria para la realización de actividades recreativas
- Falta de incorporación de los niños a las actividades ofertadas en la comunidad
- No se ofertan juegos recreativos en las actividades de la comunidad
- Poca oferta y participación por parte de la población en las actividades.
- Las actividades que se desarrollan con los niños tanto en las escuelas como en el consejo popular no hay variedades en los juegos que se ofertan y no se tienen en cuenta los gustos y preferencias de los niños.

3.1.3 Resultado de la entrevista

En la entrevista estandarizada realizada a los 9 representantes se pudo comprobar que existía deficiencia en cuanto a la participación en las actividades, ya que el 77,7% de la muestra planteaban que los niños no participaban en las actividades recreativas, y cuando lo hacían se mantenían de espectadores.

El 88,8 % de los entrevistados refieren que los niños no se encuentran motivados a participar en las actividades ofertadas por el profesor de Recreación.

El 100% plantean que los niños en su tiempo libre juegan de 4 esquina, pelota a la mano, juegos recreativos y tecnológicos, además de Fútbol, Béisbol y diferentes juegos de mesa (Dominó, Cartas, Parchís y Damas)

El 77,7% de los entrevistados reseñan que los niños, no se encuentran satisfecho con la oferta de actividades que se realiza en el consejo popular “Reina”, municipio Cienfuegos, debido a que se planifican sin tener presente los gustos, preferencias y necesidades recreativas de los niños de 10-12 años

3.1.4 Resultado de la observación

Después de realizada las 15 observaciones a las actividades que ejecutaba el profesor de Recreación en el consejo popular “Reina”, municipio Cienfuegos; como parte de su radio de acción y de computarse los resultados, se pudo comprobar (tabla # 1 y 2):

- En el 86,6 % de las observaciones realizadas a las actividades existió una baja participación de los niños y en la mayoría de las mismas intervienen como espectador en las actividades planificadas.
- En el 93,3% 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 estas culminar.
- En el 100% de las observaciones a las actividades que realizan los niños comprendidos en la edad de 10-12 años se determinó que las más gustadas son: Festivales Recreativos, Pelotas a mano, Juegos recreativos y tecnológicos. A jugar, Béisbol y Fútbol, Kikimbol, Juegos de mesa (Dama, Domino, Parchís y Cartas).

Tabla 1: Resultado de la observación realizada al indicador participación activa en las que casi siempre las realizan los jóvenes por sí solos las actividades programadas.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Participación activa en las actividades programadas	1	6,6	1	6,6	13	86,6

La tabla # 1 refleja el resultado de las 15 observaciones realizadas donde la participación activa en las actividades programadas 13 se evalúan de mal para un 86,6 %, 1 de regular que representa un 6,6% y 1 de bien para un 6,6 %.

Tabla 2: Resultado de la observación realizada al indicador satisfacción por las actividades programadas

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Satisfacción por las actividades programadas	-	-	1	6,6	14	93,3

La tabla # 2 refleja el resultado de las 15 observaciones realizadas donde se arrojan los resultados satisfacción por las actividades programadas en que 14 se evalúan de mal para un 93,3 % y solo una de regular lo que representa 6,6 %.

4.1 Propuesta de juegos recreativos para los niños de 10-12 años

1. Nombre: Pase entre dos rondas.

Objetivo: Pasar el balón con el interior de pie enfatizando en la precisión del golpeo a partir del desarrollo de la vista periférica.

Materiales: Pelotas.

Participantes: 18 de sexo masculino, tienen una edad de 10 -12 años

Organización: Se marcan dos círculos dentro del terreno preparado en la comunidad. Uno de los círculos debe ser grande y el otro pequeño. En el círculo grande se sitúan los jugadores que han de efectuar el pase del balón, en el círculo pequeño se coloca el distribuidor del balón y en el interior del círculo grande, 2-3 jugadores que son los que tratarán de interceptar el balón.

Desarrollo: Al dar la señal, el jugador que se encuentra en el centro del círculo pequeño debe pasar la pelota a los jugadores que están situados en el círculo grande. La pareja o el trío defensor tratarán de impedir estos pases que se intentarán hacer en ambas direcciones.

Reglas:

- 1. El que logre parar o interceptar la pelota debe ser sustituido por el jugador culpable.
 - 2. Se realizará el pase con el elemento técnico que el profesor indique.
2. Serán ganadores todos aquellos jugadores que como defensas intercepten balones y los pasadores que no les intercepten sus pases.

2. Nombre: Tiro libre o lucha por el gol.

Objetivo: Tirar a puerta desde diferentes ángulos teniendo en cuenta la trayectoria del balón y colocación del pie de apoyo.

Materiales: Pelotas.

Participantes: 18 de sexo masculino, tienen una edad de 10 a 12 años

Organización: Dos equipos que han sido enumerados previamente (de 2, de 3 o de 4) se sitúan en la zona de tiros libres.

Desarrollo: Comienza el juego, y el jugador que ha de realizar el tiro libre, a la puerta, tendrá la posibilidad de hacer dos intentos. Después de la segunda acción individual o tiro libre efectivo, continúa en el juego los próximos compañeros del equipo. En caso de que un jugador no logre anotar gol, luchan ambos equipos alrededor de la pelota con el propósito de lograr obtenerla y anotar el gol.

Reglas:

- 1. Se para el juego después de haber anotado el gol o por violación de las reglas y lo continúa el próximo jugador del equipo que ha efectuado el tiro a la portería.
- 2. Después de finalizado por un equipo los tiros libres, le corresponde al equipo contrario desarrollar los mismo.
- 3. Gana el equipo que más puntos acumule por los tiros libres, o los goles logrados.
- 4. Después que los dos equipos hayan realizado los tiros libres, el perdedor saldrá de juego para darle la oportunidad a un nuevo equipo.

3. Nombre: Anota y avanza.

Objetivo: Tirar a puerta desde diferentes distancias haciendo énfasis en la precisión del golpeo a partir de la cantidad de posiciones recorrida.

Materiales: Pelotas y tizas.

Participantes: 18 de sexo masculino, tienen una edad de 10 a 12 años

Organización: Alrededor de la portería debe marcarse un semicírculo y dentro de estas posiciones de lanzamiento. En cada portería se ubicará un equipo de 9 jugadores cada uno.

Desarrollo: Cada jugador tendrá que tirar desde una posición hasta que logre anotar. Si logra anotar gol pasará a la próxima posición. En caso que no lo haga deberá retroceder una posición de lanzamiento o a la posición inicial según se determine.

Reglas:

- 1. Se realizará el tiro que indique el profesor.
- 2. Si no anota deberá retroceder una posición o regresar a la posición inicial.
- 3. Para determinar el equipo ganador se decidirá la cifra de los lugares ocupados por sus integrantes.

4. Nombre: Tenis de piso.

- Objetivos: Desarrolla la rapidez de reacción y la agilidad.
- Materiales: pelota pequeña.
- Participantes: 4 estudiantes de sexo M o F.
- Organización: Se coloca un estudiante en cada cuadro principalmente en las esquinas para poder tener visibilidad de los oponentes.
- Desarrollo: se pinta un rectángulo en el piso se divide en cuatros partes iguales para que puedan jugar cuatros jugadores a la orden del profesor se golpea la pelota a cualquier rectángulo porque se juega individual después que la pelota pique en el piso será devuelta por el responsable de ese rectángulo a otro el que pierda la pelota será un punto para el que la envió.
- Reglas:
 - No se puede rematar.
 - Si la pelota pica en las rallas centrales es nula no siendo así si pica en las rallas de los bordes.

- El jugador que no pueda devolver la pelota se le anota un punto al jugador que se la envió.
- Gana el jugador que llegue primero a 10 puntos.
- Adecuado para cualquier edad.

5. Nombre: Cuatro cuadrados.

Este juego de pelota se realiza en una cancha cuadrada dividida en cuatro cuadrados más pequeños enumerados del uno al cuatro. Un jugador se para en cada uno de los cuatro cuadrados; se debe rebotar la pelota entre los jugadores, rebotándola una vez en el cuadrado de la persona antes de que esta la atrape. Existen muchas reglas que se pueden agregar. Por ejemplo, la persona en el cuadrado uno puede ser el responsable de crear las reglas. Cualquiera que las viole será degradado y se mueve al último cuadrado (el cuarto) o será eliminado. También se puede añadir la regla de que se debe rebotar la pelota dos veces antes de atraparla, que solo se debe rebotar delante de la persona, u otras normas. Las reglas varían según la creatividad.

6. **Nombre:** Equilibrio en pareja, con escobas o palos:

Necesitamos varias escobas o palos y pelotas. Como se indica, se juega en parejas, formando equipos. Cada miembro de la pareja tiene una escoba. Tienen que sostener en equilibrio una pelota, en un recorrido establecido. Quienes dejen caer la pelota, regresan al punto de salida y vuelven a empezar.

Variante:

En vez de llevar una pelota, pueden tomar otro palo pequeño entre los dos palos y transportarlo, sin dejarlo caer. Este es un juego de interior o exterior. Lo podemos programar en actividades recreativas en la escuela o en recreaciones y fiestas familiares. Es un reto que sirve, para trabajar aspectos como el trabajo en equipo, la coordinación motriz y la coordinación óculo - manual.

7. **Nombre: Voleibol con los pies:** Para jugar, necesitamos un globo o bomba inflada, un espacio amplio y una cuerda que haga las veces de malla.

Jugamos por parejas o por equipos. Lanzamos al aire el globo y tratamos de pasarlo de un lado a otro, usando sólo los pies. Se juega con las reglas del voleibol. También podemos jugar simplemente golpeando le balón con los pies, para ver cuántas veces aguantamos sin dejar caer el globo al piso.

4.2 Valoración de los juegos recreativos 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 9 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 los juegos recreativos	9	82	2	18,1	-	-	-	-	-	-

Ayuda a resolver un problema de la práctica	10	91	1	9	-	-	-	-	-	-
Estructura de los juegos recreativos	8	72,7	3	27,3	-	-	-	-	-	-
Las actividades responden a los gustos y preferencia de los niños	9	82	2	18,1	-	-	-	-	-	-
Los juegos recreativos responden a los objetivos propuestos de la investigación	10	90	1	9	-	-	-	-	-	-
Los juegos recreativos son aplicables	11	100	-	-	-	-	-	-	-	-
Los juegos recreativos son viables	10	91	1	9	-	-	-	-	-	-
Los juegos recreativos son relevante	11	100	-	-	-	-	-	-	-	-

La propuesta de juegos recreativos puede ser aplicable y viable, debido a que la misma está bien estructurado cumpliendo la metodología de enseñanza y los resultados que alcance después de aplicado pueden ser satisfactorios. Además, son juegos novedosos que ayudan aumentar la participación de los niños en las actividades representando la futura aplicación del resultado que se valora.

Son pertinente porque conducen a lograr el objetivo planteado.

Criterios emitidos por los especialistas

- Valoran de satisfactorio los juegos recreativos propuestas para los niños de 10-12 años, a partir de la determinación de sus gustos y preferencias.
- Se determina que los juegos recreativos son asequibles al grupo con que se trabaja y es de fácil ejecución.
- Los juegos recreativos se encuentran correctamente estructurado, lo que facilita el trabajo del profesor de Recreación.

Sugerencias emitidas por los especialistas:

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

CONCLUSIONES

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

- ✓ Los documentos normativos de Recreación no cuentan con las indicaciones claras para la planificación de los juegos recreativos.
- ✓ El resultado del diagnóstico arrojó la poca participación en los juegos recreativos de los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos, ya que estas se planifican sin tener en cuenta sus gustos y preferencias.
- ✓ Las actividades de mayores gustos y preferencia son: Festivales Recreativos, Pelotas a mano, Juegos recreativos y tecnológicos. A jugar, Béisbol, Fútbol. Y Kikimbol, Juegos de mesa (Dama, Domino, Parchís y Cartas).
- ✓ Con la elaboración de los juegos recreativos basados en los gustos y preferencias se incrementará la participación de los niños de 10-12 años del consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos.
- ✓ Se valora teóricamente la propuesta de juegos recreativos por criterio de especialistas donde el 100 % la considera viable y pertinente.

RECOMENDACIONES

Atendiendo a lo planteado en las conclusiones y lo antes analizado se recomienda:

1. Aplicar la propuesta de juegos recreativos en los niños de 10-12 años en el consejo popular “Reina” municipio Cienfuegos, según sus particularidades, gustos y preferencias.

BIBLIOGRAFÍA

- Albelo, B. (2008) *Actividades físicas recreativas en la comunidad universitaria*.
<http://www.GestioPolis.com>.
- Areiza, M. (2001) *Recreación, Actividad Física y Salud*. <http://www.FUNLIBRE.COM>.
- Artec, M.C. (2000). *Análisis del proceso de planificación de la Recreación Física en el municipio San José de las Lajas*. Trabajo de Diploma. UNAH.
- Barreira, D. (2008) *La utilización del tiempo libre de los jóvenes con problema de conducta del Consejo Popular Arriete – Ciego Montero*. Trabajo de Diploma. ISCF “Manuel Fajardo”. Cienfuegos
- Cantero, J. y López, M. A. (2003) *Opciones recreativas para la mejora de la calidad de vida. Las aventuras de Pablo / Cruce de caminos*. Federación Española de Asociaciones de Docente De Educación Física (FEADEF)
- Cuba. Dirección Nacional de Recreación, (2004) *Orientaciones metodológicas para la recreación en Cuba*. INDER.
- Cuba. Dirección Nacional de Recreación. (2005) *Congreso internacional de juego, Recreación y tiempo libre. Carta de Montevideo*.
http://www.istlyrecreacion.edu.ar/PUBINSCL_FOR_congreso05.htm
- Cuba. Partido Comunista de Cuba (1987) *Programa del Partido Comunista de Cuba*. Política.
- Cuba. Instituto Nacional Deporte, Educación Física y Recreación., (2000). *La Recreación en la Provincia de Cienfuegos*.
- Díaz, M. (1978). *Libro Técnico Metodológico de Recreación*. (tomo II). INDER.
- Fulleda, P. (2004) *Recreación Física: el modelo cubano*. <http://www.FUNLIBRE.com>.
- Fulleda, P. y col (2004) *Recreación Comunitaria*. Dirección Nacional de Recreación del INDER

- Gerlero, J. (2005). *Diferencias entre Tiempo Libre y Recreación: Lineamientos preliminares para el estudio de la Recreación*. <http://www.FUNLIBRE.com>.
- Harlen, G. (2002) *Recreación y Salud. Revista de la Asamblea Mundial de la Salud*.
- Lantigua, J., (2004) *Manual metodológico del Programa Nacional de Recreación Física*. Dirección Nacional de Recreación.
- Lemus, J. F. (2003) *Principales causas que afectan la recreación Cienfueguera en las edades de 11 a 30 años*. Trabajo de Diploma., ISCF "Manuel Fajardo". Universidad de Cienfuegos
- Martínez, J. (1986) *Actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas. En Apunts d' Educación Física, 4, 9-17*
- Mensoney, R. y Sutherland, G. (2010) *Propuestas de actividades recreativas físicas para elevar el nivel de participación de los jóvenes del CDR # 4 René Almanza del municipio Amancio*. <http://www.eumed.net/>.
- Otto, P. (2001). *El Deporte y la Recreación del siglo XXI*. <http://Ottopapis@infovia.com.ar/www.cfdeporte.com/revistadigital>.
- Pérez, A. (1993) *Recreación, Fundamentación, Técnicas Metodológicas*. Pueblo y Educación.
- Pérez, A. (1997). *Recreación Fundamentos teóricos Metodológicos*. México. Talleres Gráficos de la dirección de publicaciones y materiales educativos del Instituto Politécnico Nacional.
- Pérez, A. (2002) *Tiempo, Tiempo Libre y Recreación y su relación con la Calidad de Vida y el desarrollo individual*. <http://www.FUNLIBRE.com>
- Pérez, A. (2003) *Recreación. En Universalización de la Cultura Física*. Materiales Bibliográficos [CD - ROOM]. ISCF "Manuel Fajardo"

Pérez, N. (2004) *Propuesta de Indicadores de Sostenibilidad de la Recreación Física en el Desarrollo Local*. Trabajo de Diploma. Universidad Agraria de la Habana. Facultad de Agronomía. "Fructuoso Rodríguez Pérez"

Sánchez, H. (2004) *La recreación en el ámbito escolar*. <http://www.redcreacion.org/html>.

Tabares, D. (2003) *Gestión de la actividad física recreativa del consejo popular su municipio San José de las Lajas*. Trabajo de Diploma. Instituto Superior Cultura Física. Facultad Cultura Física.

Torres, M. L. (2006). *Fidel y el Deporte. Selección de Pensamiento 1959 – 2006*. Poligráfica de ARGRAF "José Miro Argenter".

Vázquez, F. (1998) *Análisis de la aceptación de las actividades ofertadas por los representantes de los consejos populares en el municipio de Cienfuegos*. Trabajo de Diploma. ISCF "Manuel Fajardo". Cienfuegos.

ANEXOS

Anexo 1: Entrevista

Compañeros: Por medio de la presente le pedimos la cooperación en contestar con toda la franqueza posible el siguiente cuestionario con la finalidad de realizar un estudio investigativo

Objetivo: Conocer el comportamiento de los indicadores participación activa, asistencia y satisfacción en las actividades recreativas.

Temáticas:

- Participación activa en las actividades programadas.
- Formas o vías para recrearse.
- Actividades que le gusta hacer en el tiempo libre.
- Satisfacción por las actividades programadas.

Anexo # 2: Guía de Observación

Objetivo: Observar el comportamiento de los indicadores en los niños tomados como muestra.

Marca con una x según corresponda

Evaluación	INDICADORES	
Participación activa en las actividades programadas		
Bien	Participan activamente en las actividades planificadas	
Regular	En ocasiones participa activamente en las actividades planificadas	
Mal	Participan como espectador en las actividades planificadas	

Permanencia en las actividades programadas		
Bien	Si permanece en las actividades planificadas el tiempo que dure la misma	
Regular	Si permanece en las actividades planificadas la mitad del tiempo que dure la misma	
Mal	Si permanece en las actividades planificadas, menos de la mitad del tiempo de duración de la misma	
Satisfacción por las actividades programadas		
Bien	Se sienten satisfechos en la realización de las actividades convocadas.	
Regular	En ocasiones, se sienten satisfechos en la realización de las actividades convocadas	
Mal	Siempre se sienten satisfechos en la realización de las actividades convocadas	

ANEXO 3

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 la propuesta de juegos recreativos					
Ayuda a resolver un problema de la práctica					
Estructura de la propuesta de juegos recreativos					
Los juegos recreativos responden a los gustos y preferencia de los niños					
La propuesta de juegos recreativos responde a los objetivos propuestos de la investigación					
La propuesta de juegos recreativos es aplicable					

La propuesta de juegos recreativos es viable					
La propuesta de juegos recreativos es relevante					

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

Muchas Gracias