



Trabajo de Diploma para optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.

Actividades recreativas para ocupar el tiempo libre en los adolescentes del Consejo Popular Palmira Norte en el municipio Palmira

Autor: YanaisyErcia Correa

Tutor: Orlando Chamorro Gutiérrez

2023

“Año 65 de la Revolución”



ÍNDICE

Introducción.....	5
Situación problemática.	7
Problema científico.....	7
Objeto de estudio.....	7
Campo de acción.	7
Objetivos.....	7
Idea a defender	7
1-Desarrollo.....	8
1.1-Tiempo libre y Recreación.....	8
1.2 Tendencias actuales de la ocupación del tiempo libre y la recreación.....	9
1.3 Caracterización Palmira Norte.....	14
2- Fundamentos metodológicos.....	18
2.1 Población y muestra.....	19
3. Análisis de los Resultados.....	21
3.1 Análisis de los resultados del diagnóstico.....	21
3.2 Resultado de la entrevista a los representantes del Consejo Popular.....	21
3.3 Resultado de la observación.....	22
3.4 Actividades recreativas atendiendo a los gustos y preferencia.....	25
3.5 Validación del plan de actividades deportiva recreativas.....	33
3.5.1 Criterios emitidos por los especialistas.....	33
Conclusiones.....	35
Recomendaciones.....	36
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	37
ANEXOS.....	41



Resumen

Con el presente trabajo se satisface una necesidad recreativa inminente para los adolescentes de la circunscripción # 9 del Consejo Popular de Palmira Norte en el Municipio Palmira, pues a través del mismo se diagnosticaron los intereses y necesidades recreativas de los adolescentes, así como el uso correcto y racional del tiempo libre en la población objeto de investigación incidiendo en la formación integral de estos. En la realización de este trabajo se utilizaron los métodos teóricos y empíricos, como la encuesta, la observación participativa y la entrevista a directivos y docentes, como método estadístico la frecuencia relativa. Durante el período investigativo se desarrollaron actividades de juegos pasivos, festivales deportivos, recreativos en sus diferentes variantes y encuentros deportivos, caminata, ciclo turismo entre otras, a través de una valoración de la efectividad de las actividades recreativas observamos que hay un incremento en la participación de los adolescentes atendiendo a los gustos y preferencias, también se desarrollaron los valores y se incrementó el conocimiento histórico de la localidad, confirmando que las actividades fueron efectivas.



ABSTRACT

With the present work an imminent recreational need is satisfied for the adolescents of the constituency # 9 of the popular council of Palmira Norte in the Palmira municipality, since through it the interests and recreational needs of the adolescents were diagnosed, as well as the correct use and rational use of free time in the population under investigation, influencing their comprehensive training. In carrying out this work, theoretical and empirical methods were used, such as the survey, participatory observation and interviews with managers and teachers, as a statistical method of relative frequency. During the research period passive game activities were developed, recreational sports festivals in their different variants and sporting events, walking, cycling tourism among others, through an assessment of the effectiveness of recreational activities we observed that there is an increase in the participation of the adolescents attending to the likes and preferences, the values were also developed and the historical knowledge of the locality was increased, confirming that the activities were effective.



Introducción

El Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER) se funda el 23 de Febrero de 1961 con el objetivo de dirigir, coordinar y masificar las actividades deportivas, físicas y recreativas para toda la población cubana. Una de las prioridades fue la construcción de escuelas de profesores de Educación Física, para formar profesionales altamente calificados capaces de abarcar todos los programas e irradiar a las diferentes esferas de la sociedad, unidas a los Consejos Voluntarios Deportivos (CVD) y activistas, antecedentes de los actuales combinados deportivos, ubicados en cada uno de los consejos populares.

Las actividades recreativas han resultado una necesidad de la sociedad, por lo que podemos afirmar que desde tiempos remotos ha tenido diversas formas de manifestarse por la especie humana, la que ha venido transformándose y logrando cada vez más una forma mejor organizada y aglutinadora de las clases sociales. Al no tener la recreación un carácter clasista, ni ser patrimonio de nadie en específico, permite la práctica de los miembros de la sociedad sin soslayar las diferencias de recursos, posibilidades y tiempo disponible.

De lo anterior podemos plantear que hay una estrecha relación entre recreación y tiempo libre basándonos en los planteamientos de Pérez, A (2004) refiere que: “Recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística – cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad”.

La escuela, como exponen Puig y Trilla (1985), incluso en su actividad curricular, podría



tener como una de sus finalidades preparar para un ocio rico y creativo. En esta línea López Andrada (1982), considera que la educación del tiempo libre no puede dejarse al capricho del individuo, sino que debe existir una preparación y una formación para que sea un enriquecimiento para el hombre, a la vez que una ayuda para alcanzar la educación integral correspondiente.

La formación cultural, física, ideológica y recreativa que se realiza en el tiempo libre es profunda e influye en la psiquis y en la estructura de la personalidad, por tanto, prepara a las jóvenes generaciones para el futuro; despierta ansias de conocimientos hacia campos imposibles de agotar por los sistemas educativos formales; incentivan el uso y el desarrollo de la reflexión, el análisis ante situaciones siempre nuevas y motivantes; canalizan las energías vitales hacia la creación, la participación social, el cultivo de las potencialidades y capacidades individuales que no tienen fronteras de tiempo o espacio, pues se llevan a cabo en la casa, en la calle, en las instalaciones, en las escuelas, en toda la sociedad y por múltiples medios como: programas de televisión, radio, competencias, práctica de deportes, entretenimientos, pasatiempos, conversaciones, grupos de participación y creación, y por el clima espiritual de toda la sociedad.

Como se venía observando y tal como expone, Gallardo (1994), "...sin temor a equivocarnos, se puede decir que en estos momentos se está en un período de transición, hacia la búsqueda de una nueva civilización en la que el ocio domine al trabajo". Es por ello que se hace urgente considerar, como una meta educativa, el uso racional del ocio, este debe ser algo que preocupe y en algunas medidas, también ocupe a todo el profesorado de modo que lo sienta como una verdadera necesidad que debe impregnar y hasta propagar.

La educación del ocio y el tiempo libre, no solo como tema de debate, sino singularmente como preocupación educativa merece una atención creciente, tal y como expresa Martínez (1995). "Tanta y de tal magnitud que pueda considerarse como un auténtico deber social". Por todo lo antes expuesto se hace necesario realizar la investigación en la comunidad correspondiente a la circunscripción #9 del Consejo popular Palmira Norte en el municipio Palmira? con la aplicación de un diagnóstico a la muestra conformada por adolescentes y que reveló que existen insuficiente desarrollo de actividades recreativas para que los adolescentes empleen el tiempo libre, insuficiente divulgación de las



actividades que son realizadas por los promotores recreativos en la comunidad. Deficiente vinculación e integración de los factores comunitarios en función de las actividades recreativas.

Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto, se plantea el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir la ocupación del tiempo libre en adolescentes del Consejo popular Palmira Norte en el municipio Palmira?

Objetivo. Diseñar actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes del consejo popular Palmira Norte en el municipio Palmira.

.

Objeto de estudio

Proceso de la recreación

Campo de acción

Actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes

Objetivos Específicos

1. Fundamentar los antecedentes teóricos metodológicos que sustentan la recreación en los adolescentes
2. Caracterizar el estado actual de la ocupación del tiempo libre en adolescentes del consejo popular Palmira Norte en el municipio Palmira.
- 3 Determinar necesidades, gustos y preferencias recreativas de adolescentes del CP estudiado
- 4 Seleccionar las actividades que den respuesta a las necesidades determinadas de este grupo etario.

Idea a defender.

Con la elaboración de un plan de actividades deportivas-recreativas se incrementará la participación de los adolescentes del Consejo Popular Palmira Norte en el municipio Palmira.



1- Desarrollo

1.1 Tiempo libre y Recreación

Pérez (2010), plantea que la recreación es la propia actividad, sus formas y espacios de recreación las que deben adaptarse a los intereses, capacidades, posibilidades y valores del individuo, dando una oferta lo más amplia posible, esta facilita la ocupación del tiempo libre orientándose principalmente al avance y auge del deporte para todos o deporte popular. La recreación es una forma real de satisfacer la demanda de la mayoría de la población y una posibilidad de acceder a las exigencias de la sociedad futura, todo el mundo puede participar sin que la edad, sexo o el nivel de entrenamiento se convierta en factores licitadores, responde a las motivaciones individuales.

Los diferentes comportamientos motrices implican inherentemente un fin educacional, nunca otra cuya imposición pueda sustraer su naturaleza de ocio a la actividad, durante las prácticas recreativas no se descartan el aprendizaje bien de habilidades técnicas. Debe activar a la persona, darle ocasión de mover su cuerpo aunque su principal objetivo no sea el esfuerzo físico como tal. Se busca una actividad física, pero ante todo lúdica, esto permite una simplificación en lo que refiere a las reglas del juego, el material necesario al terreno de práctica.

La recreación se realiza libre y espontáneamente, con absoluta libertad para su elección, no debe existir obligatoriedad en la participación, las evaluaciones de las actividades deben permitir que la participación sea activa o pasiva. Se practica desinteresadamente, solo la satisfacción que produce da lugar a la liberación de tensiones propias de la vida cotidiana, en un clima que predomina el entusiasmo, contribuye un espacio ideal para la mejora del contacto social y el reencuentro. Despierta la autonomía de los participantes, en la decisión de inicio, organización y regulación de la actividad, potenciar la colaboración de todos los participantes en la organización de la actividad. No espera un resultado final ni una realización acabada, sino que solo apela al gusto del espíritu competitivo, no exclusivo, sino evitar que sea la finalidad.

Para el desarrollar la recreación física con los adolescentes se tienen en cuenta las siguientes ideas básicas:



La recreación física 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, nunca mediante acciones impuestas u obligatorias, al promover la amplia intervención de todos, con independencia de edad, sexo, condiciones físicas, etc., por lo que es ajena a cualquier resultado selectivo o eliminatorio.

La recreación física propone la estimulación de una adecuada actitud recreativa, como efecto renovador, físico y mental, a partir de experiencias positivas y enriquecedoras de la personalidad, y en ningún caso el simple entretenimiento, basado en la evasión y la superficialidad. La recreación física 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-condicionados, como complemento de las obligaciones y tareas que deben desempeñar en la sociedad.

La recreación física tiene como soporte material el medioambiente donde se desenvuelve el colectivo humano, urbano 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.

La recreación física 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. Las ideas básicas expuestas anteriormente son esenciales para la planificación y aplicación de actividades físicas recreativas en los adolescentes.

1.2 Tendencias actuales de la ocupación del tiempo libre y la recreación

Diversos autores proporcionan su criterio acerca del concepto de recreación, Joffre Dumazedier (1964), destacado sociólogo francés que se dedica 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”.



Pérez A. refiere además que: "Recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva y artística -cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción" Pérez (1997), "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 creador de la cultura, que sirven a su creación comunitaria y al encuentro de su propio yo y que propenden en última instancia, a su plenitud y felicidad. "

Recreación física: campo de la recreación como también lo son la Recreación artístico-literaria y la Recreación Turística (donde se combinan acciones de las demás) que transita por la práctica de actividades lúdico - recreativas, de deportes recreativas y del espectáculo deportivo, como uno de los componentes de la Cultura Física, para la ocupación placentera, sana y provechosa del tiempo libre.

El buen uso del tiempo libre es un problema que debe ser abordado desde una perspectiva educativa, tanto desde el punto de vista individual como colectivo. Por ello se debe ir con pasos firmes y seguro hacia una racionalización del tiempo libre en las comunidades, en el que se viva de manera más positiva para llegar a gozar plenamente del ocio con dignidad. El tiempo libre y la recreación constituyen necesidades esenciales para el hombre, es por ello que la recuperación y valoración de los tiempos, accesos, espacios y actividades del ocio, son fundamentales para el crecimiento individual y comunitario.

El mal interpretado o llamado tiempo libre, no es tiempo de recreación, no es tiempo libre hasta cuando se dan ciertas condiciones socio – económico que permiten satisfacer en un nivel básico las necesidades humanas vitales que corresponden a una sociedad específica, sobre esta base se encuentra la opción de libre elección de las actividades del tiempo libre.

La recreación es un conjunto de actividades que evoluciona con el Ocio y que necesita un tiempo para desarrollarse, Carlos Marx (1973), citado por Pérez (1997), señala que desde el siglo XIX se determinó certeramente las funciones del tiempo libre al enunciar:..."el



tiempo libre representa en sí mismo, tanto el ocio como el tiempo para una actividad más elevada, transforma naturalmente a quien lo posee en otro individuo de mayor calidad, con la cual regresa después en el proceso directo de producción”.

Munne (1980), considera como tiempo libre a “el tiempo de creación, el desarrollo de la personalidad, participación social e innovadora. La creación liberadora, creación liberada, la contemplación como parte de la creación activa y pasiva”.

El Dr. Ramos Rodríguez (2002), refiere 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.

B. Grushin, citado por Dr. Alejandro E. Ramos Rodríguez (2002) afirma: “Por tiempo libre se entiende, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que quedan después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.), es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones”.

Las actividades recreativas han resultado una necesidad de la sociedad, por lo que se puede afirmar que desde tiempos remotos han tenido diversas formas de manifestarse por la especie humana, la que ha venido transformándose y logrando cada vez una forma más organizada y aglutinadora de las clases sociales.

Sobre la base de tales ideas se establece una nueva orientación para concebir a la recreación, como una de las vías que interviene en la formación de un ser humano integral capaz de contribuir con el desarrollo social mediante la utilización positiva del tiempo libre, a partir de sus tres funciones fundamentales: descanso; que libera a las personas de la fatiga; diversión que libera al individuo del aburrimiento y



desarrollo de la personalidad que libera de los automatismos del pensamiento y la acción cotidiana.

Hernández (2002), en su artículo “Educación para el ocio y el tiempo libre”, publicado en Internet, refiere que el tiempo libre es el tiempo disponible, es decir, el que no utilizamos para trabajar, comer o dormir, que tiene una capacidad virtual, es el tiempo a nuestra disposición que podemos utilizar adecuadamente o malgastar.

Se coincide en algunos aspectos planteados por el autor; pero en muchas ocasiones se ocupa el tiempo libre en la realización de tareas con fines productivos, como son aquellas que se realizan en beneficio de las comunidades. Una definición interesante de tiempo libre nos la brinda el destacado sociólogo soviético en cuestiones de tiempo libre B. Grushin (1988), quien afirma: "Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.) es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones”.

Los destacados sociólogos cubanos Rolando Zamora (1993) y Maritza García (1993) definen teóricamente el tiempo libre como:

Dumazedier, J, señala que la característica fundamental del tiempo libre es que son aquellas actividades que ejercemos sin ataduras a las mismas; lo que equivale a decir que puedo desecharlas en el momento que desee y como segunda característica diríamos que es el tiempo no productivo.

Afirma el citado autor que el tiempo libre cumple tres funciones:

El descanso como reposo reparador y como liberación psicológica de las obligaciones. La diversión como antítesis de la rutina y la monotonía. El desarrollo (intelectual, artístico y físico) se opone a los estereotipos y a limitaciones laborales.

Para Dumazedier, el ocio es tratado como un conjunto de ocupaciones a los que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales, para descansar,



para divertirse, para desarrollar su información o su formación desinteresada, o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad.

Haberse liberado de sus obligaciones “sociales, profesionales y familiares, es relativo, hay personas que sienten placer con dichas obligaciones; en el caso de las familiares, muchas de estas son placenteras, como por ejemplo, jugar con los hijos, que en cierta medida es necesario para la educación de la personalidad, además existen muchas profesiones que los individuos las disfrutan, son obligatorias pero recreativas para él y ocupan su tiempo libre.

El tiempo libre es más bien aquel conjunto de periodos del tiempo de la vida social en los que el individuo queda libre de la producción de valor, y se coloca en el terreno de la producción -reproducción social de su existencia.

Después del análisis de los argumentos dados por diferentes autores, surge la interrogante, ¿es importante para el hombre desarrollar capacidades creativas en su tiempo libre? la respuesta es positiva, en la creatividad existen las posibilidades de cambio, libertad de elección, la gratificación para sí y con los otros es donde se alcanza el sentido de trascendencia, y esto solo es posible en un ámbito de desarrollo consciente.

La característica más importante de las actividades realizadas en el tiempo libre desde el punto de vista de la formación de los rasgos sociales, es que ejercen una acción formativa o reformativa indirecta y facilitada por la recreación. Al contrario de la enseñanza, las actividades de tiempo libre no transmiten conocimientos en forma expositiva y autoritaria, sino que moldean las opiniones, influyen sobre los criterios que tienen las personas respecto a la sociedad, sus problemas y sus soluciones, así como transmitir de manera emocional y recreativa informaciones de contenido mucho más diverso que las que se transmiten en el mismo tiempo por el sistema de enseñanza.

La importancia de una adecuada utilización de este tiempo es más compleja aún, ya que puede constituir un elemento regulador en la conducta de los individuos en la



sociedad. La calidad de la vida y la creación de un estilo de vida, establecen una relación entre la salud y la utilización adecuada del tiempo libre.

1.3 Caracterización del Consejo Popular “Palmira Norte”. Apuntes sobre la vida económica, política y social de esta comunidad

La circunscripción No. 9 se encuentra situada en el Consejo Popular Palmira Norte del Municipio de Palmira, la misma limita al norte con la circunscripción 2, al este con la circunscripción No 3, al oeste limita con el consejo popular san Fernando de camarones de nuestro municipio y con el consejo popular de caonao del municipio Cienfuegos y al sur con la circunscripción No 11 del consejo popular Palmira sur, con una extensión territorial de 9.4 Km², tiene una comunidad urbana y rural ya que la circunscripción se divide en dos áreas 8 CDR en el casco urbano y 4 el asentamiento la Sabana Miguel . Con una población de 832 habitantes de ellos 695 electores. Cuenta además con una zona de CDR Compuesta por 12 CDR, un bloque FMC con 6 delegaciones y un núcleo zonal.

Sabana Miguel (Cienfuegos)

- **Fundación** Siglo XIX

Sabana Miguel. Antigua finca ganadera que pasó a ser una importante colonia cañera.

Surgimiento

Su fundación data aproximadamente, del año 1837. En esas tierras llanas vivió un vecino llamado Miguel Pérez, que era el dueño de aquella sabana y de ahí el nombre de la Sabana de Miguel. La Sabana pertenece al Barrio Ramírez y limita con el municipio de Palmira.

Neocolonia

La vía de comunicación con Caunao era pésima, una carretera de piedras en malas condiciones con grandes charcos de agua, andando el tiempo, antes del Triunfo de la Revolución, aquella extensión de 6 Km. de carretera se pavimentó hasta Ciego Alonso.

La vida de los naturales en aquellos años de desigualdad y explotación era sumamente difícil. La zona se caracterizaba por tener más propietarios que trabajadores asalariados. Los pequeños agricultores se dedicaban al cultivo de arroz, frijoles y a la ganadería. Hubo en la década del 20 una unidad de correos (Unidad de Correos Ramírez provincia de Las Villas).

El juego de las barajas, la pelea de gallos y la carrera de caballos fueron fuertes aficiones de la Sabana de Miguel. También existió por muchos años un salón de baile (1950) cuyo propietario era Mariano Barrios Molina, dueño de la Bodeguita de



La Sabana. Los bailes se celebraban en los meses de febrero y marzo; celebrar el baile del 24 de febrero se convirtió en una tradición.

Revolución

La administradora del correo fue María Silvina Fernández Pérez, luego se modificó el servicio por el correo rural en 1964, a través del correo de Caunao.

Cultura:

Tiene un Promotor Cultural quien participa mínimo una vez por semana con el objetivo de realizar actividades según sus funciones. También brinda sus servicios un instructor de arte.

Deporte:

Posee un técnico de recreación quien se integra a la comunidad una vez por semana

Dimensión económica

La población está económicamente activa con 253 hombres de 17 a 65 años y 185 mujeres de 17 a 60 años. La actividad laboral que realiza esta población es diversa pues responde a diferentes sectores como Comunales, Educación, Cultura, ANAP entre otros. Se destacan un grupo de electores que ejercen el trabajo por cuenta propia.

Dimensión ambiental

La forestación no es abundante existen, árboles frutales y maderables en algunos de los patios. La fauna se caracteriza por la crianza de diferentes aves como palomas, gallinas, patos y otros animales como perros, gatos, así como la crianza de animales de corral.

El agua se recibe a través de acueducto, aunque existe de manera muy escasa los pozos artesanales.

En cuanto al estado de las calles podemos decir que es pésimo ya que en estos momentos no contamos con ninguna calle con la calidad que se requiere

Dimensión de salud

Residen en la circunscripción 5 médicos y 4 enfermeras lo cual constituye una potencialidad.

En cuanto al adulto mayor tenemos 1 caso encamado y los cuales reciben atención priorizada del médico de la familia y enfermera.

Sobre la familia podemos decir que contamos con 285 de ellas, 281 funcionales y 4 disfuncionales con riesgo de disfunción ninguna.

La familia mantiene buena actitud hacia la salud prueba de ello está en el 100% de las mujeres de 30 a 64 años se les orienta el auto examen de mama no hubo necesidad de remitir ningún caso a la consulta municipal. Se realizaron todas las pruebas Citológicas planificadas. Todos los niños están vacunados según programa de salud.



Factores de riesgos

Fumadores: 192

Alcohólicos: 32

Sobrepeso: 3

Embarazadas: 2

Niños con enfermo 123

edades crónicas: 3

Jóvenes enfermos 2

Ancianos con problemas de salud 10

Discapacitados: 9

Las condiciones higiénicas sanitarias de las viviendas son buenas, algunas con hacinamiento. Los residuos sólidos se recogen de lunes a sábado y los residuos líquidos se recogen en fosas colectivas e individuales, aunque existen algunas donde crían cerdos sin las condiciones adecuadas.

El índice de vectores es alto por la proliferación de mosquitos, moscas, cucarachas., ha sido considerada zona de alto riesgo en más de una ocasión.

Los vínculos de la población con el médico y la enfermera son buenos, existe un alto índice de satisfacción en relación a los servicios de salud.

Dificultades

- Alto riesgo de transmisión de enfermedades por vectores.

Dimensión Habitacional

Se cuenta con 232 viviendas de ellas en:

Buen estado: 185

Regular estado: 42

Mal estado: 3

Mampostería y placa: 156

Mampostería y fibro: 63

Mampostería y teja: 13

Afectaciones por eventos meteorológicos:

Ciclón Lili con 5 afectaciones

Ciclón Michel con 3 afectaciones

Ciclón Denis con 2 afectaciones

Con intensas lluvias 5 afectaciones



Dimensión Social

La población está estructurada por:

Infancia:

Niñez

Adolescentes

Adultos mayores

En cuanto a la situación social contamos con 43 jubilados, 6 madres solteras, 3 menores en desventaja social, 6 reclusos y 2 ex reclusos y 2 casas con atmósfera familiar negativa, pero la mayoría son personas con ética, disposición para apoyar las tareas que se desarrollan en la circunscripción.

Dimensión Educacional

Contamos con 2 centro educacional , la Primaria Manuel Santiago Leiva y el IPU Roberto Roque, la mayoría de los niños acuden a la ENU Manuel Stgo Leiva y otros al Seminternado Celia SanchezManduley , los adolescentes y jóvenes a la ESBU Gil A González y el IPU Roberto. En la demarcación de la circunscripción no se encuentra ningún centro escolar por lo que niños y jóvenes se trasladan a los centros ubicados en otras de las circunscripciones del CP como por ejemplo la escuela Vladimir I Lenin así como la secundaria básica de la localidad y el IPU Roberto Roque Núñez. y otros se trasladan al municipio de Cienfuegos para las especialidades de ETP.

Los vínculos escuela-familia-comunidad son buenos. Todos nuestros niños y jóvenes son beneficiados por los diferentes programas de la Revolución.

La circunscripción cuenta con varios trabajadores de Educación y Salud, además 14 compañeros procedentes de diferentes fuentes, de ellos 3 jubiladas del sector.

Dimensión Cultural

Existen como tradiciones culturales y costumbres heredadas de ancestros, celebración de diferentes santos (conga, yoruba y tambores) Bautizos, bembés y Velorios.

Principales prácticas religiosas (yoruba, católica, bautista, Santero). Contamos con 2 instructores de arte, 1 en danza, 1 en música.

Dificultades

Resultan pobres las actividades culturales que se desarrollan en la comunidad.

Dimensión Deportiva- Recreativa

En esta circunscripción no existe instalación deportiva para el disfrute personal, en las cuadras practican béisbol, voleibol y fútbol, así como el dominó. Contamos con 3 trabajadores del deporte.



Argumentación de la problemática existente.

- Con respecto a las actividades deportivas, recreativas y culturales existe la falta de motivación ya que no existe un local las actividades de este tipo, así como la no sistematización de las actividades de participación
- Erradicación de los desvinculados de la circunscripción, los cuales existen 12 los que no ejercen ninguna función, lo cual trae consigo el aumento de las ilegalidades.

2-Fundamentos metodológicos

En correspondencia con lo anterior para el desarrollo del estudio se asumen dos grandes grupos de métodos: teóricos, empíricos donde sobresalen:

Analítico – sintético: se realizaron análisis durante el proceso de consulta de la literatura, documentos y durante la aplicación de otros métodos técnicos y empíricos que permiten sintetizar los aspectos esenciales y necesarios de los adolescentes.

Inductivo – deductivo: en los diferentes análisis fenomenológicos a los cuales se somete la estrategia recreativa y determina su efectividad en el empleo del tiempo libre en los adolescentes seleccionados para esta investigación.

Métodos del nivel empírico

Análisis de documentos: este método se utiliza en la búsqueda de los antecedentes que permiten argumentar el empleo del tiempo libre en adolescentes. De igual manera a través de este método se conocen los puntos de vista de algunos autores en momentos históricos diferentes.

Observación participativa: se desarrolla sistemáticamente por parte de la investigadora, en cada actividad recreativa con la muestra seleccionada, los datos se registran en una guía de observación participativa.



Encuesta: se realizó una encuesta, con el objetivo de conocer cómo se comporta la ocupación del tiempo libre en los adolescentes del Consejo Popular Palmira Norte en el municipio Palmira, sus necesidades y preferencias en relación a las actividades recreativas.

Entrevista: se realizó al presidente del consejo popular, Profesor Principal de Cultura Física y Recreación del Combinado Deportivo 1 a Profesores principales y profesores de recreación con el objetivo de conocer las ofertas y planificaciones de actividades recreativas para lograr la participación del tiempo libre en los adolescentes del Consejo Popular Palmira Norte en el municipio Palmira.

Registro de participantes Tomado de Rodríguez. (2011)

2.1 Población y muestra:

Muestra # 1: de una población de 42 adolescentes, se seleccionó una muestra de 20 para un 47.6 % de la población, de ellos 12 masculino para un 28.6 % y 8 femeninos para un 19.04 %, 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 la población y su disposición en apoyar la realización de las mismas.

Muestra # 3: Especialistas seleccionados

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).

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

Métodos estadísticos

Para el procesamiento de la información se analizan utilizando distribuciones de frecuencia y el cálculo porcentual como herramienta fundamental del análisis.



3. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

3.1 Análisis de los resultados del diagnóstico

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.

En este análisis se pudo constatar que existe un programa recreativo establecido por la dirección municipal del Inder y que debe desarrollarse cada semana lo que a juicio del autor no se cumple y las actividades que contiene no pueden desarrollarse en este entorno por no contar con las instalaciones adecuadas. Esta situación provoca desmotivación de adolescentes y personal directivo de manera general.

3.2 Resultado de la entrevista a los representantes del Consejo Popular.

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 77,8 % de la muestra planteaban que los adolescentes no participaban en las actividades recreativas, y cuando lo hacían se mantenían de espectadores, porque las actividades ofertadas no son de su agrado ya que las mismas se planifican sin tener en cuenta los gustos y preferencias de los adolescentes de la circunscripción #9 del Consejo Popular Palmira Norte.

El 66,7 % de los entrevistados refieren que los adolescentes no cuentan, con vías para recrearse, que en ocasiones el profesor de Recreación del de la circunscripción #9 del Consejo Popular Palmira Norte convoca algunas actividades planificada por él, las cuales no son del agrado de los mismos, por lo que no se siente motivados a participar en ellas.



El 100 % manifiestan que los adolescentes en su tiempo libre juegan Béisbol, Fútbol, escuchan música, van a la playa, realizan juegos tradicionales y diferentes juegos mesa (dominó, cartas, parchís, damas), juegos electrónicos, entre otras.

El 61,7 % de los entrevistados refieren que los adolescentes, no se encuentran satisfecho con la oferta de actividades que se realiza en la circunscripción #9 del Consejo Popular Palmira Norte., debido a que las mismas las planifican los profesores sin tener presente los gustos, intereses y necesidades de los mismos.

3.3 Resultado de la observación

Después de realizada las 15 observaciones a las actividades recreativas que ejecutaba el profesor de Recreación de la circunscripción #9 del Consejo Popular Palmira Norte, como parte de su radio de acción y de computarse los resultados, se pudo corroborar (tabla # 1 y 2):

- En el 66,7 de las observaciones realizadas a las actividades existió una baja participación de los adolescentes y en la mayoría de las mismas intervienen como espectador en las actividades planificadas.
- En el 60 % de las observaciones realizadas, los adolescentes que asistieron no demostraron una satisfacción plena en lo que estaban realizando e incluso abandonaban las actividades antes de estas culminar.

Por otra parte, se comprobó:

- En el 80 % de las observaciones a las actividades que realizan los adolescentes, se determinó que las más gustadas son: Béisbol, Fútbol, además escuchan música, van a la playa, realizan juegos tradicionales y diferentes juegos mesa (dominó, cartas, parchís, damas)

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



Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Participación activa en las actividades programadas	3	15	5	25	12	60

Tabla 2: Resultado satisfacción por las actividades programadas

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Satisfacción por las actividades programadas	2	10	6	30	12	60



3.4 Actividades recreativas atendiendo a los gustos y preferencia.

Como resultados del diagnóstico realizado a los adolescentes de la comunidad se pudo comprobar que los gustos, preferencias, intereses y necesidades recreativas-deportivas de la población, fueron los siguientes. Adolescentes

Actividades físico - recreativas – Deportivas: Juegos Tradicionales: Bola Tradicional cubana, suizas, trompo, carreras en saco, sancos, cometas y Domino, Dama, Parchi, Programa a Jugar. Lugares más frecuentados para realizar estas actividades.

A estas manifestaciones y deportes se les va a dar tratamiento en cada comunidad en los horarios conciliados y en las áreas y espacios disponibles.

sábados 8.30-11.30 y 3.00-6.00pm

Adolescentes: 12-15

Actividades físico - recreativas – deportivas: Deportes populares: Béisbol y sus variantes, Fútbol, juegos electrónicos y Juegos tradicionales como bola, trompo, cometas. Lugares más frecuentados para realizar estas actividades: Callejón Ramírez

A estas manifestaciones y deportes se les va a dar tratamiento en cada comunidad en los horarios másfactibles y en las áreas y espacios disponibles con que cuenten.

Debilidades: la inexistencia de áreas deportivas, el mal estado de las calles y, poca iluminación de las calles en horario nocturno.

Amenazas: aumento del alcoholismo, índice elevado de sancionados y desvinculados que se dedican a otras actividades, número elevado de practicantes de la religión testigos de Jehová.

Fortalezas: presencia en las actividades de los líderes sociales y la participación de los activistas así como el apoyo de las empresas y organismos que radican en la circunscripción para impulsar la práctica del deporte y la recreación sana para elevar el nivel de vida de la población.



Oportunidades: número elevado de adolescentes para la práctica de las manifestaciones de la recreación y deportes populares.

Instalaciones deportivas

- No existe áreas de participación deportiva

El modo de vida en la comunidad investigada es promedio, el personal apto para laborar está vinculado en los diferentes organismos, instituciones y demás sectores que tributan a la economía, aunque se debe señalar que existe un amplio número de desvinculados laboralmente.

Para la elaboración de la investigación se tienen en cuenta cuatro etapas:

Diagnóstico

Elaboración

Implementación

Evaluación

Primera etapa: diagnóstico

Permite conocer el estado del problema que se investiga, además de conocer las preferencias y necesidades de los adolescentes en cuanto a su participación a las actividades recreativas, infraestructura con que cuenta la comunidad y personal apto para realizar las actividades recreativas.

Para la realización del diagnóstico se sugiere la aplicación de métodos empíricos de la investigación (observación, entrevistas y encuestas), así como lograr la familiarización con los adolescentes investigados, romper barreras de comunicación, a la vez de establecer buenas relaciones sociales.

Segunda etapa. Elaboración.



Objetivo: seleccionar actividades recreativas, para ocupar el tiempo libre los adolescentes de la circunscripción #9 del consejo popular Palmira Norte en el municipio Palmira Esta etapa se concibe a partir de los siguientes criterios obtenidos de los adolescentes.

- Gustos y preferencias
- Horarios y días de la semana seleccionados para la realización de dichas actividades
- Inclusión de actividades y juegos propiamente para adolescentes, con su metodología, formas de organización, variantes y reglas
- Lugares preferidos para dichas actividades

La autora estructura las actividades recreativas asumiendo la metodología dada por Herminia Watson Brown y colaboradores en el libro Teoría y práctica de los juegos.

Nombre de la Actividad: denominación con que se identifica la actividad.

Materiales: relaciona los diferentes materiales, herramientas o medios que son Necesarios para desarrollar la actividad eficientemente.

Objetivo: fin o meta que se propone lograr mediante la realización de la actividad.

Organización: enumera los elementos necesarios desde el punto de vista organizativo y declara los responsables de la organización de la actividad a realizar.

Desarrollo: se hace una descripción de cómo se debe actuar y los pasos a seguir para realizar la actividad.

Reglas: declara cuáles son las reglas a seguir durante la ejecución del juego actividad recreativa.



Actividades recreativas diseñadas

1. **Nombre:** “Acampadas”

Objetivo: Desarrollar el amor hacia la naturaleza, la fauna, el compañerismo, la responsabilidad.

Materiales: mochilas, hamacas y vestuario apropiado.

Organización: se realizará un fin de semana escogido a un lugar previamente seleccionado, previa coordinación con organismos y entidades de la comunidad.

Desarrollo: se realizan actividades recreativas educativas como: competencia de cantos, cuentos, competencias recreativas, habilidades del explorador, exigiendo a los adolescentes que no tiren basura, no rompan los árboles propiciando el incremento del conocimiento sobre medio ambiente y desarrollo de los valores.

2. **Nombre:** “Caminata educativa”

Objetivo: Incrementar los conocimientos sobre la historia de la localidad

Organización: Se realizará en coordinación con el delegado de la comunidad, profesor de recreación y otras entidades.

Desarrollo: Se realizó una caminata a la plaza, el museo deportivo permitiendo así un intercambio con la historia de la comunidad.

3. **Nombre:** “Cicloturismo”

Objetivo: Desarrollar la fuerza de pierna, es una forma de recreación sana.

Materiales: bicicleta y mochila con accesorio del excursionista, pomo de agua.

Organización: se convoca a los adolescentes a un itinerario turístico de acuerdo al lugar o la zona en que se encuentre, previamente organizado con la cátedra de Recreación Física del combinado deportivo I “ Emilio Leal Rivero” del municipio Palmira.

Desarrollo: la actividad se realiza en coordinación con el delegado y otras entidades de la comunidad para un mejor disfrute de la actividad.



Reglamento: se partirá desde la comunidad temprano en la mañana con la tutela de un guía, haciendo varios recorridos por lugares de importancia histórica de la comunidad, hasta llegar a la Loma de la Cruz donde se realizarán diferentes actividades recreativas.

4. **Nombre:** “Domino”

Objetivo: desarrollar el intelecto y el pensamiento lógico, el colectivismo, honestidad y responsabilidad.

Materiales: mesa, sillas, juegos de domino, lápiz y papel, local.

Organización: una vez asignada la mesa donde se disputará una partida de dominó, se señalará por los componentes de la pareja que actúe como local quien de ellos efectuará las anotaciones en la hoja de anotaciones de la partida. A su vez, la pareja rival señalará quién de sus componentes es el encargado de realizar el recuento de cada jugada. Para el traslado de la puntuación que resulte, una vez finalizado el recuento, el jugador anotador deberá obtener previamente la aprobación del jugador designado para el recuento.

Desarrollo: por sus características es un juego de mesa, actividad sana de tipo pasivo, con mucha actividad mental, se compite en parejas ganando siempre una , este juego se realiza de forma simultánea, enfrentándose todas las parejas entre sí, eliminándose en un todo contra todo, seleccionando la pareja que más partidos haya ganado, resultando la ganadora de la competencia.

Reglas

- No se permite ayuda de otro compañero
- Se descalifica al que realice una infracción.



- Si algún jugador, cuando le corresponda efectuar una jugada, toca alguna de sus fichas, estará obligado a jugarla si ésta tiene cabida, aunque no la haya levantado totalmente.

- Gana la pareja que más juego gane.

5. **Nombre:** “Encuentros deportivos recreativos”

Objetivo: desarrolla el trabajo en equipo fortaleciendo así el nivel de responsabilidad y compañerismo entre ellos.

Materiales: balones, porterías rústicas.

Organización: se organizan los diferentes equipos deportivos, se invitan árbitros de los diferentes deportes que residen en la localidad, el profesor de recreación junto al delegado garantizan las condiciones para el desarrollo de las mismas.

Desarrollo: estas actividades se desarrollan de forma sistemáticas, no solo entre equipos que conforman la muestra, sino también, entre todos aquellos comunitarios que quieran participar, se realizó un Festival deportivo- recreativo con las disciplinas que a continuación relacionamos: Fútbol, Béisbol y Baloncesto, se realizaron varios encuentros deportivos simultáneamente para satisfacer las necesidades recreativas.

Regla: ganará el equipo que más puntuación obtenga.

6. **Nombre:** “Festival deportivo recreativo”

Objetivo: incrementar la participación de los adolescentes a las actividades recreativas **Materiales:** vestuarios de disfraces, maquillaje, equipo de música, audio e implementos deportivos.

Organización: puede ser desarrollada por grupos de edades que estén presentes en la actividad en coordinación con el consejo popular combinándolos con otras actividades recreativas.



Desarrollo: mediante bailes de disfraces, vinculado con nuestras tradiciones históricas y con los distintos oficios que se desarrollan en la circunscripción que se investiga, así como bailes populares, competencias de canto y presentaciones de danzas, también se designaron áreas de trabajo para la tracción de sogas, programa A Jugar, exhibiciones gimnásticas deportivas, juegos de animación, juegos de mesa y juegos pre-deportivos.

Regla: deben participar en las actividades convocadas todos los integrantes de los equipos ganando el que mejor realice las actividades.

Tercera etapa: implementación

Para poner en práctica esta etapa el profesor o coordinador debe:

- 1) Crear relaciones positivas y situaciones de comunicación favorables
- 2) ➤ Dar valor a sus ideas
 - Buenas relaciones entre los adolescentes
 - Comprender a los adolescentes
- 3) Explicar las actividades o juegos a desarrollar de manera sencilla, lógica, comprensible y asequible
 - Utilizar la comunicación como principal vía y si es necesario apoyarse en el sentido del tacto
 - Ser preciso en la explicación
 - Tener en cuenta las características psicológicas de los participantes
- 3) Promover la dinámica participativa y de roles en los adolescentes



- Realizar varios juegos y actividades acorde a las características de cada participante.
 - Explotar las potencialidades físicas y cognitivas de estos adolescentes.
- 4) Atender las individualidades de cada adolescente participante.

3.5 Tratamiento Metodológico

Es muy importante que durante esta etapa la investigadora esté al tanto de todo lo que está ocurriendo, es indispensable que los adolescentes expresen sus criterios y hagan valoraciones acerca del contenido de cada actividad y de su estado de satisfacción, así como valorar el criterio de las demás personas que están colaborando.

Cuarta etapa: evaluación

Objetivo: constatar la efectividad de la aplicación de las actividades recreativas.

Se desarrolla.

Paso 1: ¿Qué se evalúa?

La ocupación del tiempo libre de los adolescentes mediante la incorporación a las actividades.

Paso 2: ¿Cómo se evalúa?

De forma sistemática, en cada actividad que se realice.

Paso 3: ¿Quién evalúa?

El profesor de recreación, activista y directivos de la comunidad.

Paso 4: ¿En qué momento se evalúa?

3.5 Validación del plan de actividades deportiva recreativas

Después de diseñado las actividades recreativas seleccionadas se pone a criterio de especialistas para que emitan opiniones al respecto.

Tabla 3: Resultados de la encuesta a los especialistas.

Indicadores	5	%	4	%	3	%	2	%	1	%
Posibilidad real de insertar el plan de actividades recreativas	9	82	2	18,1	-	-	-	-	-	-
Ayuda a resolver un problema de la práctica	10	91	1	9	-	-	-	-	-	-
Estructura del plan de actividades recreativas	10	90	3	27,3	-	-	-	-	-	-
Las actividades responden a los gustos y preferencia de los jóvenes	9	82	2	18,1	-	-	-	-	-	-
El plan de actividades responde a los objetivos propuestos de la investigación	10	90	1	9	-	-	-	-	-	-
El plan de actividades recreativas es aplicable y	11	100	-	-	-	-	-	-	-	-



viable										
El plan de actividades recreativas es pertinente	10	91	1	9	-	-	-	-	-	-
El plan de actividades recreativas es relevante y satisfactorio	11	100	-	-	-	-	-	-	-	-

El plan de actividades puede ser aplicable y viable, debido a que el mismo está bien estructurado cumpliendo la metodología del manual de recreación y los resultados que alcance después de aplicado pueden ser satisfactorios. Además, es relevante y muy importante para el consejo popular por la significación práctica que representa la futura aplicación del resultado que se valora.

Es pertinente ya que el plan de actividades físicas recreativas conduce a lograr el objetivo planteado.

3.5.1 Criterios emitidos por los especialistas

- Valoran de satisfactorio el plan de actividades recreativas propuestas para los adolescentes, a partir de la determinación de sus gustos y preferencias.
- Se determina que el plan de actividades es asequible al grupo con que se trabaja y es de fácil ejecución.
- Se determina que las actividades del plan dan cumplimiento al objetivo del mismo.
- La estructura del plan se corresponde con las exigencias de este tipo de actividad pues se encuentra organizado adecuadamente, lo que facilita el trabajo del profesor de recreación.

Sugerencias emitidas por los especialistas:



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

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





Conclusiones

1. En este análisis se pudo constatar que existe un programa recreativo establecido por la dirección municipal del Inder y que debe desarrollarse cada semana lo que a juicio del autor no se cumple y las actividades que contiene no pueden desarrollarse en este entorno por no contar con las instalaciones adecuadas.
2. Existe deficiencia en cuanto a la participación en las actividades, las actividades planificadas no son del agrado de los mismos, falta de motivación el índice de insatisfacción por las actividades propuestas es elevado (61.7 %).
- 3 Los adolescentes en su tiempo libre prefieren jugar Béisbol, Fútbol, escuchan música, van a la playa, realizan juegos tradicionales y diferentes juegos mesa (dominó, cartas, parchís, damas), juegos electrónicos, entre otras.
- 4 Las actividades recreativas seleccionadas responden a los gustos y preferencias de los adolescentes consultados, con predilección por los juegos electrónicos.
5. El plan de actividades es aplicable y viable, está bien estructurado. Además, es relevante y muy importante para los adolescentes de la circunscripción estudiada.



RECOMENDACIONES

Se recomienda continuar este trabajo en otros grupos de edades, para definir con claridad las preferencias recreativas de los grupos etarios y lograr la satisfacción de las necesidades recreativas que se determinan.





REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arias, B. G. (1999). Acerca del valor teórico y metodológico de la obra. *Revista cubana de psicología*, 16(3), p 171-176.

Betancur, M. A. (s/f). *Consideraciones histórico-antropológicas sobre el origen de la Educación Física y el Deporte: un ensayo taxonómico*. Universidad de las Palmas.

Bompa, T. (1987) *La selección de atletas con talento*. Barcelona.

Campos Granel, J. (1996) *Indicadores para la detección de talentos deportivos*.

Madrid, Consejo Superior de Deportes.

Chávez, J. [et. al.]. (2005). *Acercamiento necesario a la Pedagogía General*. La Pueblo y Educación.

Chávez, J. [et. al.].(2003). *Actualidad de las tendencias educativas*. (Congreso). Internacional Pedagogía. La Habana, Cuba.

Colás, P. y Buendía, L. (1994). *Investigación educativa*. Sevilla: Alfar.

Escudero, D. (2010). *Metodología para el trabajo en la esfera de la motivación de logro en la Educación Física con alumnos de Secundaria Básica de la provincia de Matanzas*. (Tesis Doctoral). Universidad de Matanzas.

Ficher, Richard J. (1992) *Bases para la selección de jóvenes dotados*. La Habana, ISCF (ICT) (Tr. del inglés Carlos A. Quintero Enamorado).



Hahn, E. (1988) El talento y el fomento del talento en la infancia. En:
Entrenamiento con niños: Teoría, Práctica, Problemas específicos.
Barcelona, Martínez Roca, 23-78pp

Fundamentalfield Hockey USA, Hockey
sobreCéspedbasico.funfh@usafielhockey.com .2016

García Manso. Y colectivo. Bases teóricas del entrenamiento deportivo. ED.

Gymmos 1996. Madrid. España.

Historiadel Hockey Sobre Césped, Consultado 9-3-2017
[https://es.wikipedia.org/wiki/Hockey_sobre_c%C3%A9sped.](https://es.wikipedia.org/wiki/Hockey_sobre_c%C3%A9sped)

López Rodríguez, A. y Vega, C. (s/a) La clase de Educación Física.
Departamento Nacional de Educación Física. INDER.

Ilisastigui Avilés, M. (1999) *Sistema de Selección Deportiva en la Gimnasia Rítmica para los Centros de Alto Rendimiento.* (Tesis de Doctoral).
Universidad de La Habana.

Moreno Castañeda, M. J. (2004) *Una concepción pedagógica de la estimulación motivacional en el proceso de enseñanza – aprendizaje.* (Tesis de Doctoral).
Universidad de La Habana.

Nocedo de León, Irma .Metodología de la investigación educacional. Segunda parte. -- La Habana: Ed. Pueblo y Educación, 2001.

Pila, A. (1988). *Didáctica de la Educación Física y los Deportes.* Olimpia.



Noa Cuadro, H. (2002) Un nuevo enfoque sobre los criterios de selección en el fútbol En: *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 8, N° 48.
<http://www.efdeportes.com/efd48/selec.htm>

Noa Cuadro, H. (2002) Reflexiones metodológicas acerca de las fases del proceso de selección deportiva: una perspectiva desde el contexto cubano Arrancada: *Revista Científica de la Cultura Física* Santiago de Cuba, 4: 29-36pp.

Platonov, V. (1996) Selección y Orientación de los Atletas. En: *El Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología, Deporte y Entrenamiento*. Paidotribo.

Reglamentode la F.I.H Hockey sobre césped traducido por la Federación Argentina 2015 <http://www.inder.co.cu/portal/deportes/hockey/Reglasdejuego.pdf>

Sáenz López Buñuel, P. S. Ibañez Godoy y F. Jiménez Fuentes Guerra (1999) La motivación en las clases de Educación Física. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd17a/motiv.htm>

Vigotsky, L. (1988). Interacción entre enseñanza y desarrollo. En Selección de Lecturas de Psicología de las Edades I, Tomo III, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.

Volkov, V. y .Filin, V. (1989) *Selección Deportiva*. Pueblo y Educación.



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	

Haz un resumen de los detalles observados.





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 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:

Muchas Gracias



UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE





UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE





UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE





UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE

