

**INSTITUTO SUPERIOR DE CULTURA FÍSICA “MANUEL FAJARDO”**  
**FACULTAD DE CULTURA FÍSICA**  
**“NANCY URANGA ROMAGOZA”**  
**PINAR DEL RÍO**

**Tesis presentada en opción al Título Académico de Master en Actividad Física en la Comunidad.**



**Título:** Actividades físico-recreativas dirigidas a la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción #127 del Consejo Popular Capitán San Luís del municipio Pinar del Río.

**Autora:** Lic. Yardleys Noda Rabelo.

**Tutora:** MSc. María Antonia Afrre Socorro.

**“Año del 50 Aniversario del Triunfo de la Revolución”**

## **PENSAMIENTO**

**“ ! Y de los niños tiene la patria su tesoro más valioso!**

**No seríamos revolucionarios responsables si no nos preocupamos de que este tesoro fuese labrado por manos de expertos, por educadores verdaderamente revolucionarios”.**

**Fidel Castro Ruz.**

## DEDICATORIA

**A:**

Todos los niños del mundo y en especial, a los infantes cubanos que como nadie, nos inspiran cada día, a hacer mejores las cosas y no sentir el cansancio o la desilusión.

Mis padres, por enseñarme el camino que debía transitar, con su entrega y amor incondicional, sembrando en mí el germen del estudio.

Mi esposo, por su estímulo y el apoyo constante al desarrollo de este trabajo por la comprensión que me ha brindado, y todo el amor que me ha dado.

A mi mamita del alma querida por ser la fuente de inspiración de todos mis actos, porque es la principal razón de mi existencia, el centro de mi vida; sin ellas, no hubiera sido posible llegar al final de esta obra.

A mi familia bella a mi hermano David, a mis Primos y tíos Tania, Roly, Pedry, el Mudo, Papo, a mis primos queridos por brindarme su apoyo constante, cariño, dedicación y comprensión, por recurrir a mí, inmersos en el buen sentir.

Mi Tutora Mayi, cuyo amor y solicitud son muy importantes para mí, por su dedicación, oportunos consejos, comprensión y vocación en la investigación.

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi Dios todo poderoso por hacer posible mi existencia en este mundo,

**Te quiero mucho.**

A la Revolución y a Fidel Castro Ruz por brindarme esta posibilidad,

**Gracias.**

A mi tutora Mayi que de no ser por ella no hubiera sido posible realizar la misma.

**Te agradeceré eternamente.**

A mis padres por apoyarme en todas mis locuras y quererme tanto,

**Los adoro.**

Al amor de mi vida por su ayuda y por brindarme tantos momentos maravillosos,

**Titi te amo.**

A mis compañeros y profesores que me han ayudado incondicionalmente, Zayre, Popy, Eva, Yudith, Adelina, Diolinda, Yamira, Cira, José, Castro, Juan Manuel, Anaberkis, Yuderkis, Annia, Margelia y Aidé Elena.

**Nunca los olvidaré.**

A mis Familiares y amigos que han contribuido de alguna forma en la realización de este sueño, a Marilen Ramos y a su hijo Lázaro (chino), a mis tíos queridos Roly, Tania, Hildy, Pedry , El Mudo, Papo a mi suegra Martica, Merlín, a mis primos queridos a mi hermano David.

**Los llevo en mi corazón.**

## INDICE

<b>INDICE</b>	<b>Pág.</b>
<b>Resumen</b>	
<b>Introducción</b>	1
<b>Capítulo I. Fundamentación Teórica.</b>	13
<b>1.1</b> El tiempo libre, su ocupación a través de actividades físico-recreativas.	13
<b>1.2</b> Actividades físico- recreativas.	20
<b>1.3</b> El juego actividad fundamental para el niño.	22
<b>1.4</b> Características generales de los niños de 7 a 11 años.	25
<b>1.5</b> Trabajo comunitario en los Consejos Populares.	36
<b>CAPITULO II. Actividades Físico-Recreativas para la ocupación del tiempo libre.</b>	42
<b>2.1</b> Análisis de los resultados de la metodología aplicada.	42
<b>2.2</b> Estudio del presupuesto tiempo y tiempo libre de los niños de la zona 105.	48
<b>2.3</b> Actividades Físicos-Recreativas para los niños de 7 a 11 años de la zona 105 del Consejo Popular "Capitán San Luis".	51
<b>Conclusiones</b>	67
<b>Recomendaciones</b>	68
<b>Referencia Bibliográfica</b>	
<b>Bibliografía</b>	
<b>Anexos</b>	

## **Resumen**

El objetivo de este trabajo es elaborar actividades físicas recreativas que mejoren la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción #127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio Pinar del Río. La investigación fue realizada entre el año 2008 al 2009 y su propósito es llevar a vías de hecho un grupo de actividades que incrementen la satisfacción recreativa de los niños, garantizando una correcta ocupación del tiempo libre a través de actividades físicas recreativas. Este estudio se inició a través de observaciones, encuestas y entrevistas realizadas para conocer el grado de satisfacción recreativa y las ofertas que se le brindaban a los niños del referido asentamiento poblacional, las que evidenciaban que eran limitadas, por lo que nos dimos a la tarea de confeccionar unas actividades físicas recreativas que se relacionen y se realicen en dicha comunidad dando respuesta a sus gustos y preferencias, así como a otros objetivos sociales en específico. En el desarrollo de la investigación empleamos métodos empíricos, teóricos y estadísticos. Las actividades físicas recreativas, además de servir como mediador en el trabajo realizado por el personal que labora en la localidad, señala direcciones para mejorar la calidad del mismo, lo que constituye su aporte práctico.

Palabras Claves:

**Tiempo libre**

**Recreación**

**Comunidad**

## INTRODUCCIÓN

Nuestra Revolución desde su triunfo el 1 de Enero de 1959 ha mantenido una constante preocupación por el desarrollo integral de nuestros niños, con lo que se cumple el precepto martiano de que “Los niños son la esperanza del mundo”. En nuestro país se han puesto en marcha una serie de programas para una mejor educación de nuestros infantes en las diferentes esferas de la vida, de ahí que la recreación y el juego pueden tomar un papel protagónico en temas de suma actualidad, como son: hábitos alimentarios saludables, campaña contra el mosquito, revolución energética, cuidado y protección del medio ambiente, lo que hará posible que crezcan educándose en lo importante que son para las acciones preventivas que posibiliten el desarrollo saludable de una sociedad.

En los últimos años se han venido desarrollando una serie de conceptos, enfoques y características que, como sistema educativo, tributan a un fin fundamental, el cual es crear premisas que busquen perfeccionar los procesos que en ella se desarrollan. Lograr el fortalecimiento de la cultura nacional es, por lo tanto, una tarea prioritaria. La función formadora no se limita al conocimiento de habilidades, sino también, y a la par, a la formación y consolidación de valores, como la disciplina, el colectivismo, sentido de la responsabilidad, formación moral y el desarrollo sociopolítico e ideológico, entre otros que deben ganar cada vez mayor conciencia, consolidándose de esta forma que los retos son académicos, morales, científicos y éticos.

Moreira, R. (1979), y coautores al referirse a la recreación plantea que “La misma facilita durante el desarrollo de las actividades la observación de la naturaleza y la sociedad, la vinculación del conocimiento cultural y teórico en el contexto común que permite la profundización en la concepción científica del mundo”<sup>[1]</sup>, por lo que la recreación es un elemento fundamental del proceso educativo, con ella se logra que los niños ocupen su tiempo libre de una manera sana, con ejercicios y actividades al aire libre que desarrollaran su mente y cuerpo alejándolos de actividades nocivas para su vida y salud.

Las actividades físicas recreativas son aquellas de carácter físico, deportivo, o turístico a las cuales el hombre le dedica voluntariamente su tiempo libre para

la diversión y el desarrollo activo e individual. Estas tienen como objetivo principal la satisfacción de necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final salud y bienestar. Salud porque el ejercicio físico fortalece el cuerpo desarrollando capacidades y habilidades imprescindibles para la vida y alegría porque todo lo que se realiza por satisfacción en el tiempo libre y seleccionado por el que lo va a practicar produce esa sensación.

En correspondencia con esto se considera que existe una necesidad de realizar actividades recreativas, organizadas por entidades responsables que contribuyan a transformar el tiempo libre de los niños en un espacio ameno, no dado solo para la diversión y el entretenimiento, sino también para el enriquecimiento físico y espiritual. La planificación y programación de estas, depende en gran medida de la edad de los participantes, sus gustos e intereses así como la cultura requerida para su realización. La programación y oferta de actividades recreativas se debe confeccionar teniendo en cuenta la preferencia de la sociedad, a fin de que respondan a los intereses comunes e individuales, lo cual tributa a la conservación del carácter motivacional y recreativo de la actividad.

La selección adecuada de actividades para ocupar el tiempo libre de la población permitirá que se fortalezca la salud y que desarrollen física y mentalmente para el pleno disfrute de la vida.

Es evidente que muchas de las actividades físico-recreativas que se realizan en las comunidades, son planificadas y ejecutadas por los niños y jóvenes, ellos llegan a las áreas deportivas que posee la comunidad y según sus preferencias practican fundamentalmente fútbol, voleibol o baloncesto. Aunque existen irregularidades que limitan las opciones que se brindan para el disfrute de actividades, la realidad exige que exista una buena planificación partiendo de las posibilidades reales para el desarrollo óptimo de los programas recreativos, de ahí que las bases del desarrollo social estén encaminadas a satisfacer las necesidades cada vez más crecientes de la población.

A partir de 1992 comienza la implementación de la vía no institucional con el fin de propiciar una cobertura mayor de atención a estos niños de la edad escolar,

favoreciendo su desarrollo psicosocial, transfiriendo conocimientos a sus familias y a la comunidad para que puedan enfrentar la educación de sus hijos con mayores posibilidades, siendo precisamente en el seno familiar donde el niño inicia su actividad como ser social, participando con los adultos en las diferente situación del quehacer de la vida cotidiana.

El medio social desempeña un papel fundamental en el desarrollo del hombre ya que su núcleo lo constituye la familia. Teniendo en cuenta lo antes planteado y a partir de las demandas a escala internacional, la realidad latinoamericana y el contexto nacional, no cabe duda que “El hogar es la primera escuela del niño siendo los padres sus primeros maestros”, de ello se desprende la necesidad de que estos aprendan a educar en los hogares, inculcando desde la cuna valores que logren un hombre integrado plenamente a la sociedad.

En los últimos tiempos la ocupación del tiempo libre, es un tema que se aborda con frecuencia, cada día, toma mayor relevancia y significación, pues se trata de la utilización positiva de este tiempo en la realización de actividades que contribuyan al sano esparcimiento y desarrollo de los miembros de la sociedad, en cada uno de los grupos que conforman la misma, todavía más, si tenemos en cuenta las crecientes necesidades y preferencias de cada uno de ellos.

Todo lo antes expuesto, unido a la necesidad de lograr una satisfacción recreativa en nuestra población, nos motivo a investigar sobre el tema, tomando como centro a los niños (7 a 11 años ) de la zona 105 perteneciente a la circunscripción # 127 del Consejo Popular Capitán San Luis.

En diagnósticos previos aplicados, constatamos que los niños ocupan su tiempo libre fundamentalmente en ver TV y en juegos variados, esos juegos que ellos realizan en su tiempo libre podemos considerarlos riesgosos por el tráfico existente en las calles de la zona 105, los mismos son: montar patines, carriolas y bicicleta, esta zona no posee instalaciones deportivas idóneas donde se puedan realizar actividades dirigidas a ocupar el tiempo libre de los niños de 7 a 11 años. No todos los niños tienen la posibilidad de practicar actividades fuera del horario escolar, a los más pequeños los padres no les

permiten salir porque la calle San Juan y sus adyacentes son de mucho tráfico y por lo tanto muy peligrosas, los de más edad salen y se dirigen a otra circunscripción o zona, esto lo hacen, los niños mayores de 10 años a los que sus padres les permiten dirigirse a otra zona y juegan Fútbol, Voleibol y Beisbol fundamentalmente.

En entrevistas realizadas se constató que para ocupar el tiempo libre:

- Las opciones que se brindan de actividades no son suficiente.
- No existe variabilidad en las ofertas de actividades recreativas.
- No existen áreas donde se puedan realizar actividades recreativas.
- Las actividades no se realizan sistemáticamente.
- No se encuentra la población satisfecha con las actividades que se ofertan.

Por lo antes expuesto definimos el problema de nuestra investigación, el cual se plantea a continuación.

### **PROBLEMA**

¿Cómo mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años de la zona 105, circunscripción #127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio Pinar del Río?

### **OBJETO DE ESTUDIO**

La ocupación del tiempo libre en el proceso de recreación, de niños de 7 a 11 años.

### **OBJETIVO**

Elaborar actividades físico-recreativas que mejoren la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción #127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio Pinar del Río.

## PREGUNTAS CIENTÍFICAS

- ¿Cuáles son los antecedentes que existen sobre la ocupación del tiempo libre con actividades físico-recreativas a través de trabajo comunitario?
- ¿Cuáles son las formas de ocupar el tiempo libre y los intereses recreativos de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción #127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio Pinar del Río?
- ¿Qué actividades físico-recreativas se pudieran elaborar para ocupar el tiempo libre de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción # 127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio de Pinar del Río?

## TAREAS

- Análisis de los antecedentes y concepciones teóricas existentes, sobre la ocupación del tiempo libre con actividades físico-recreativas a través de trabajo comunitario.
- Diagnóstico de las formas de ocupar el tiempo libre así como los intereses recreativos de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción # 127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio de Pinar del Río.
- Elaboración de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción # 127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio de Pinar del Río.

## Métodos utilizados

**Materialista dialéctico:** Es el método rector, el que rige toda la investigación.

**Métodos Teóricos.**

**Histórico Lógico:** fue utilizado para el análisis de los elementos semejantes con estudios similares y actividades físico-recreativas anteriores, que inciden positivamente en la conformación de las actividades elaboradas, así como

todos los antecedentes de: tiempo libre, actividades físico-recreativas y trabajo comunitario.

**Análisis Síntesis:** se utiliza para el análisis de los datos recogidos y partiendo de ahí concretar los elementos de los enfoques necesarios para la conformación de las actividades recreativas a ofertar.

### **Inductivo-Deductivo:**

Fue utilizado para elaborar el objetivo en función de seleccionar las actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción # 127 del Consejo Popular Capitán San Luis del Municipio de Pinar del Río

### **Métodos Empíricos.**

**Observación:** Se realiza para constatar el problema: las actividades que realizan los niños, instalaciones con que se cuenta, con el objetivo de constatar una serie de aspectos relacionados con la planificación y realización de las mismas.

**Entrevistas:** Fue realizada al comienzo de la investigación a informantes claves en la Circunscripción # 127, se realiza con el propósito de conocer una serie de elementos relacionados con la programación, variedad y frecuencia de las ofertas recreativas que se venían brindando hasta el momento.

**Encuesta:** Se aplica a los niños para conocer criterios en cuanto a las ofertas recreativas y sus preferencias, entre otros elementos.

**Trabajo con documentos:** Es utilizado con el objetivo de analizar cómo elaborar actividades para la ocupación del tiempo libre de los niños de la zona 105 perteneciente a la circunscripción #127, realizando una búsqueda y estudio de materiales relacionados con dicho tema.

### **Métodos Matemáticos Estadísticos.**

**Análisis porcentual:** Se utiliza para tabular los resultados de los instrumentos aplicados y determinar la estrategia a seguir.

## MUESTRA Y UNIVERSO

El núcleo de nuestra investigación está constituido por los habitantes de la zona 105 perteneciente a la Circunscripción # 127, del Consejo Popular "Capitán San Luis" en el municipio Pinar del Río. El trabajo fue realizado entre los meses de diciembre del año 2007 y diciembre del año 2008.

Para la investigación se seleccionó la zona 105 perteneciente a la circunscripción 127 de del Consejo Popular Capitán San Luis, la cual tiene un total de 600 habitantes, en ella existen 88 niños, de ellos, fueron objeto de investigación, una muestra de 45 niños de 7 a 11 años, lo que representa el 51,1 %.

La entrevista fue aplicada a diferentes personas involucradas en la actividad físico-recreativa de la comunidad ellos fueron:

- ✓ Director de Escuela Comunitaria.
- ✓ Tres profesores de recreación.
- ✓ Dos activistas comunitarios.
- ✓ Presidente de Consejo Popular.
- ✓ Siete presidentes CDR.
- ✓ Siete presidentas FMC.
- ✓ Catorce miembros de la comunidad en la zona 105.

**Pertinencia Social:** Es pertinente porque incorpora a los niños en actividades que realizadas sistemáticamente lograrán que ocupen su tiempo libre adecuadamente, alejándolos del peligro y educándolos en conductas, conocimientos y normas acordes a nuestra sociedad.

**Novedad Científica:** El trabajo aborda una problemática que afecta el comportamiento adecuado de los niños de 7 a 11 años en la comunidad objeto de investigación, relacionado con la correcta ocupación del tiempo libre de que disponen, proponiendo actividades físico-recreativas acorde con sus necesidades e intereses, las que se desarrollarán, utilizando medios de fácil confección u obtención e instalaciones con que cuenta el Consejo Popular,

donde los propios niños se convertirán en protagonistas de la actividad, lo que se traducirá en nuevas formas de conductas y de valores.

**Actualidad Científica:** Encaminada a resolver una situación social teniendo en cuenta que el comportamiento de los niños pone en riesgo su existencia y su futuro desarrollo, lo que exige un estudio apoyado en la utilización de métodos científicos y soluciones que respondan a los intereses de la comunidad objeto de estudio.

**Aporte Teórico:** La existencia de actividades físico-recreativas que brinde a los profesores, activistas y promotores comunitarios una alternativa viable para un accionar sistemático en la ocupación sana del tiempo libre con actividades asociadas a prácticas educativas teniendo como concepción las especificidades de la comunidad objeto de estudio, así como los intereses y necesidades de los niños de la zona 105.

**Aporte Práctico:** Consiste en actividades físico-recreativas para ocupar el tiempo libre de los niños de 7 a 11 años. Las Actividades Físico-Recreativas favorecerán una práctica educativa participativa teniendo como concepción las especificidades de la comunidad estudiada, estarán encaminadas al desarrollo pleno, alejando de peligros a los niños de la zona 105 de la Circunscripción # 127 del Consejo Popular "Capitán San Luis" del Municipio la Pinar del Río.

**Principales resultados esperados:**

Una vez puesto en práctica este trabajo se pretende resolver unas de las problemáticas en la zona 105 perteneciente a la circunscripción 127 del Consejo Popular Capitán San Luis relacionada con la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años lo que se realizará con actividades físico-recreativas que logren alejarlos de situaciones peligrosas y al mismo tiempo los eduque en conductas conocimientos y normas acordes a nuestra sociedad.

## DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- **Consejo Popular:** Es una dependencia o entidad gubernamental local, de carácter representativo, invertido de la más alta autoridad para el desempeño de sus funciones. Comprende una demarcación territorial dada, apoya a la Asamblea Municipal del Poder Popular en el ejercicio de sus atribuciones y atención a las necesidades e intereses de los pobladores de su área.
- **Juegos recreativos:** Cualquier forma de juego que es utilizado voluntariamente en el tiempo libre y no hay en ellos rigurosidad en la aplicación de reglamentaciones ni necesidades de instalaciones específicas por ser muy variadas. Existen una gran diversidad de dosificaciones para agruparlas.
- **Juegos tradicionales:** Son juegos que a pesar del tiempo transcurrido siguen perdurando, transcurriéndose de generación en generación manteniendo su esencia y que guardan la producción oral de su pueblo. A través de ello se desarrollaban capacidades motrices como rapidez, la agilidad, la fuerza, entre otras.
- **Ocupación de tiempo libre:** Es la ocupación del tiempo individual que cada persona dedica a realizar una gama de actividades de contenido físico recreativo o turístico para lograr un desarrollo integral de su personalidad.
- **Oferta recreativa:** Conjunto de actividades recreativas que forman parte de una programación llevada a cabo por un organismo o institución que son puestas a disposición de la población para la elección y realización opcional en su tiempo libre, en función de las necesidades e intereses de esta.
- **Preferencias o intereses recreativos:** Son aquellos factores o elementos que determinan en las personas la elección y realización de las actividades recreativas determinantes en la satisfacción de sus gustos, predilectos y necesidad.

- **Recreación física:** Es el conjunto de actividades de contenido físico, deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en el tiempo libre, para el desarrollo activo, la diversión y el desarrollo intelectual.
- **Satisfacción recreativa:** Es el estado de regocijo o aceptación que produce en las personas la realización de actividades recreativas determinantes en la satisfacción de las mismas.
- **Actividad físico-recreativas:** Es aquella que se realiza dirigida al trabajo del desarrollo, tanto de habilidades como de capacidades físicas, para lograr objetivos encaminados a mejorar el nivel de vida de las personas.
- **Deporte:** Son actividades que se realizan mediante reglas establecidas y tienen sus límites de participantes, así como la limitación del terreno, todo esto está controlado por un árbitro central para que se hagan valer las reglas establecidas y en ocasiones hay árbitros asistentes.
- **Recreación:** Es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, divertirse o desarrollar su información desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales. Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como las tres "D", descansar, diversión y desarrollo.
- **Grupo social:** Es donde se desarrollan relaciones sociales, establecimiento de objetivos, intereses, niveles de comunicabilidad y se asume una determinada conducta.
- **Tiempo libre:** Es aquella parte del tiempo que queda después de descontar la realización de actividades laborales, domésticas, fisiológicas y de transportación donde se realizan actividades por libre opción, no obligatorias, a voluntad de los propios individuos.
- **Juegos:** Conjuntos de acciones que sirven para divertirse y cuya finalidad principal es el disfrute y la diversión de quienes lo ejecutan.

- **Oferta recreativa:** Conjunto de actividades recreativas que forman parte de una programación llevada a cabo por un organismo, institución que se han puesto a la disposición de la población para su elección y realización opcional en su tiempo libre, en función de las necesidades e intereses de estos.
- **Satisfacción recreativa:** Es el estado de regocijo o aceptación que produce en las personas la realización de determinadas actividades, muy relacionadas con los intereses.
- **Concepto de juegos:** Etimológicamente el juego viene de jocus: que significa ligereza, frivolidad, pasa tiempos. Lucha: que es el acto de jugar.

### **Estructuración de la tesis:**

El presente trabajo consta de una introducción que cuenta con un total de 10 páginas, en las que se presenta el diseño teórico-metodológico de la investigación y la fundamentación e importancia del problema planteado.

En el capítulo I se desarrollan los elementos teóricos y los resultados de la revisión bibliográfica, que nos actualizan sobre el objeto de estudio y el campo de acción.

El capítulo II resume el estado inicial de la muestra seleccionada, con respecto a la ocupación del tiempo libre y las preferencias físico-recreativas. Posteriormente se plantea la programación que contribuirá a mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños comprendidos en las edades de 7 a 11 años, de la zona 105 de la circunscripción 127 de Consejo Popular Capitán San Luis.

Finalmente se reflejan las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas, bibliografía y los anexos del trabajo investigativo.

Socialización de la investigación:

- Participación en la Jornada Científico Metodológica de la Facultad de Cultura Física” Nancy Uranga Romagoza” el 2 de Mayo del 2008.
- V Fórum de Ciencia y Técnica en la Sede Universitaria Municipal de Pinar del Río 18septiembre 2008.
- VII Conferencia Científica Pedagógica Internacional de Educación Física y Deporte del 6 al 10 de abril de 2009.

# CAPÍTULO I

## Fundamentación Teórica

### **1.1 El tiempo libre, su ocupación a través de actividades físico-recreativas.**

Las investigaciones en la esfera del tiempo libre y la recreación, adoptan connotaciones de índole práctica y ejecutiva, sobre todo si se realizan partiendo del estudio de las particularidades de las demandas recreativas de las poblaciones, llevándose a cabo dentro de los aspectos: Económico, Médico Biológico, Sociológico y Socio-psicológico.

Ahora bien, para llevar a efecto una eficiente programación recreativa, a fin de lograr una voluntaria y masiva participación de la población en el aprovechamiento y disfrute de su tiempo libre, se hace indispensable la realización de estudios e investigaciones en que se determinen y valoren aspectos fundamentales como: Nivel de desarrollo socio - económico, principales actividades socio - económicas, características socio - demográficas (edad, sexo, nivel educacional, estado civil, entre otros.), nivel de integración social y características grupales, magnitud, estructura y contenido del tiempo libre por sectores, estratos u otros grupos sociales, o cualquier otra variable que se entienda importante, para la caracterización de estos elementos. No se debe pasar por alto los intereses y necesidades recreativas, las actividades que más interesan, motivaciones, el por qué de ellas, las causas que impiden la satisfacción de estas necesidades, así como otras actividades que les gustaría realizar y no realizan. Y no olvidar, la infraestructura recreativa: cantidad de instalaciones, estado de explotación y conservación, personal técnico y de servicios, equipos y medios materiales con que se cuenta para la ejecución de los programas. Así como las características del medio físico - geográfico: grado de utilización, principales aspectos del relieve y la naturaleza, entre otros.

Para ello, en las programaciones recreativas que se oferten a las comunidades, todos los autores estudiados hacen referencia a que es imprescindible el conocimiento de aspectos como las necesidades e intereses recreativos, condicionadas por factores generales determinantes, entre los que se

encuentran el socio económico, demográfico, psicológico, medico biológico y naturales. En ellos se incluyen otros más específicos como el nivel profesional de la población, la edad, sexo, tradiciones; siendo estas necesidades dialécticas y dinámicas.

El deporte cubano se caracteriza por el sentido humano, encaminando todos los esfuerzos para llevar la Educación Física, el Deporte y la Recreación a los lugares más intrincados de nuestro país, eliminando así la concepción clasista y discriminatoria que había predominado en nuestra sociedad en los años anteriores a 1959 y haciendo realidad el propósito de la Revolución Cubana de que, el Deporte, la Cultura Física y la Recreación fueran verdaderamente un derecho de todo el pueblo.

Algunos aspectos de la historia de la recreación en Cuba, fue parte de la bibliografía utilizada para la elaboración de este trabajo. Este estudio permitió, entre otros aspectos de singular importancia, enfocar la recreación como fenómeno socio-cultural en un mismo contexto con el desarrollo histórico a través de los diferentes regímenes sociales, analizándolo además con una fundamentación materialista histórica. Al ser vista la recreación como fenómeno social la hace dependiente en cada régimen social, del grado de desarrollo alcanzado por las fuerzas productivas y del carácter de las relaciones de producción, haciendo una valoración de estas circunstancias en el análisis de nuestra historicidad recreativa, donde se puede apreciar objetivamente esta situación como un hecho real que se ha manifestado en cada una de las estructuras socio-económicas desarrolladas en nuestro país hasta el presente.

Con el objetivo de lograr un desarrollo exitoso de nuestro trabajo y garantizando bases sólidas para la argumentación y comprensión de todos aquellos elementos que en mayor o menor grado pudieran incidir en los resultados de esta investigación, fueron utilizados los elementos más actuales, extraídos de libros, folletos, informaciones, temáticas, recortes. De los cuales trataremos a continuación.

Aldo Pérez citando al sociólogo Dumazedier, J. (2003), que ha escrito bastante sobre el tema, afirma que “la 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." [2]; más adelante cita a Carlos Marx cuando señaló que "El tiempo libre presenta en sí mismo, tanto el ocio como el tiempo para una actividad más elevada, transformando naturalmente a quien lo posee en otro individuo de mayor calidad, con la cual regresa después en el proceso directo de producción" [3].

Ahora bien, para toda la sociedad llegar a la esencia del tiempo libre tendría que ver las actividades de este tiempo, la obligatoriedad y la necesidad de ellas; en relación con la obligación, se presentan como de alta obligatoriedad el tiempo relacionado con el trabajo, es decir la producción material o espiritual, sin embargo, en el tiempo de reproducción (extra laboral), esta obligatoriedad y necesidad descienden, aunque mantienen niveles de obligación y ejecución, en este caso el hombre las puede realizar con cierta flexibilidad en relación con la oportunidad, duración y forma de ejecución. Aquí se enmarcan las actividades utilitarias como (comer, asearse, dormir, cocinar, lavar, entre otras); dentro de ese propio tiempo extra laboral de reproducción hay un grupo de actividades físicas recreativas que por el grado bajo de obligatoriedad y por la amplia gama de ellas, permite al sujeto optar por una u otra según sus preferencias, intereses, habilidades, capacidades, nivel de conocimiento, a estas actividades se les denomina recreativas y pueden seleccionarse libremente, expresándose individualmente. Diferentes autores se refieren a que la interrelación entre las actividades recreativas, la posibilidad de opción que de éstas posea al individuo y la disponibilidad de tiempo para su realización es a lo que se denomina recreación. En relación al concepto de tiempo libre hoy en día aún se plantean interrogantes que no están solucionadas totalmente, por lo que sociólogos, psicólogos y otros, mantienen discusiones y debates desde sus ciencias respectivas; no obstante se presenta algunas definiciones estudiadas al respecto:

Grushin, O. (1966) afirma: "Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las

inversiones del tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte.)” [4].es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones.

A su vez Zamora, R. García, M. (1998), al referirse al tiempo libre dice...”es una condición obligatoria de la reproducción espiritual ampliada de la personalidad. El hombre puede trabajar y descansar después del trabajo, pero si no dispone de tiempo para aumentar sus conocimientos, para dominar la ciencia, no crece intelectualmente” [5]. Con esto se quiere decir que la sociedad no podrá conseguir la reproducción ampliada de las fuerzas espirituales. Expresando más adelante que fomentar la cultura, aprovechar el tiempo libre y organizarlo racionalmente, es una tarea de gran trascendencia social.

También Munné, F. (1980), considera que el tiempo libre “es una riqueza social cuando se emplea en el desarrollo armónico del hombre, su capacidad y así mismo, para un aumento aún mayor del potencial material y espiritual de toda la sociedad.” [6].

Dumazedier, (1964). "el ocio es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente; sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de su obligación profesionales, familiares y sociales" [7].

Resumiendo, el tiempo libre es aquel que la sociedad selecciona estrictamente para sí, después de que con su trabajo haya aportado a la colectividad lo que necesita para su desarrollo y reproducción espiritual y material. Viéndolo individualmente se traduce en un tiempo de realización de actividades opcionales no obligatorias, donde interviene, la voluntad propia, influida por el desarrollo espiritual de cada persona. Es aprovechar el tiempo como marco de alguna actividad educativa, puede ser una actividad propia de la recreación o puede no ser, puede estar encaminada a formar a la persona para que su tiempo libre sea más enriquecedor o bien puede ir dirigido a algún objetivo formativo o de aprendizaje. El tiempo libre y las actividades físico-recreativas se convierten en objetivo de la Intervención pedagógica, se pretende preparar a

la persona para que viva su tiempo libre de la manera más adecuada y elija con responsabilidad las actividades que realizará, debe contar entre sus objetivos el de dar al estudiante un conjunto de recursos culturales que le ofrezcan las más ricas posibilidades de recreación.

El estudio realizado no deja pasar por alto la problemática del tiempo libre en nuestro país, ni deja de señalar los grandes logros que ha tenido la Revolución cubana en este campo haciéndose de esta forma muy productiva para la presente investigación.

Basado en la situación de cualquier sistema socialista y especialmente en el caso de los países que recién inicien el camino de su desarrollo a partir de las condiciones del subdesarrollo, engendrada en la etapa de dependencia del imperialismo, la recreación y el tiempo libre deviene un problema práctico concreto.

Por lo que el tiempo libre es utilizado por cada persona para satisfacer sus intereses y necesidades, cada individuo lo utiliza como una forma de recrearse por lo que se considera que estos dos conceptos se encuentran estrechamente unidos, lo que nos lleva a realizar un estudio sobre la recreación.

### **La Recreación Física.**

La recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre con tendencia a satisfacer motivaciones psicosociales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización. La persona que busca una estabilidad psíquica y emocional intenta lograr las satisfacciones diarias, desarrollando durante sus momentos de ocio y tiempo libre actividades que los hagan sentirse plenos tanto a nivel individual como colectivo.

Hernández Mendo Antonio (2000) plantea una serie de principios importantes en la recreación que, aunque de forma muy somera, pueden servir de arranque a la hora de formular programaciones dirigidas al tiempo libre.

1. “El niño necesita tomar parte en el juego y en todas aquellas actividades que favorezcan su desarrollo.

2. El niño necesita descubrir que actividades le brindan satisfacción personal.
3. Todas las personas necesitan poseer y disfrutar ciertas formas de recreo.
4. Todas las personas necesitan conocer juegos de interior y de aire libre.
5. Todas las personas necesitan disfrutar con la adquisición de ciertos hábitos culturales.
6. Toda persona necesita conocer canciones.
7. Toda persona necesita aprender a hacer algo bien con materiales o con su propio cuerpo a fin de mantener en un punto elevado y estable su autoestima.
8. Todos los niños deberían aprender a tener costumbres activas.
9. Hay que educar a las personas para que adquieran aficiones a través de la cuales se sientan realizados.
10. Es importante educar a las personas en patrones de ritmo y coordinación.
11. Educar para que comer se convierta en un acontecimiento social.
12. El descanso, el reposo, la reflexión y la contemplación son por sí mismos formas de recreación.
13. Las actividades de recreación más importantes son aquellas que el individuo domina de una forma más completa.
14. La satisfacción en el ocio se obtiene a través de la autorrealización.
15. Las formas de recreación del adulto deben de permitir el empleo de capacidades que no son usadas de forma cotidiana.
16. El éxito de la recreación vendrá determinado en la medida que se produzca una generalización de las actitudes lúdicas y de recreación al plano laboral.
17. El aspecto lúdico y festivo del juego en el niño es de suma importancia para un desarrollo global armónico.
18. El ocio es un derecho fundamental del que los ciudadanos deben disfrutar  
«[8]

Siendo la recreación un fenómeno de reproducción dirigido al consumo de bienes culturales se ubica dentro de la fase de consumo reproductivo del proceso general de reproducción, dependiendo del nivel de desarrollo de las fuerzas productivas y del carácter de las relaciones de producción, posee

carácter superestructural al ser la misma, un fenómeno que se caracteriza por el consumo de actividades culturales utilizando la aceptación amplia de cultura, tanto artístico literario, como física.

Según Aldo Pérez (2003) en su libro *Actividad Recreativas* plantea que las actividades de Recreación Física ayudan a:

- "Liberar carga de tensión nerviosa.
- Aumentar la capacidad de respiración.
- Aumentar la capacidad de circulación e irrigación cerebral.
- Oxigenar todos los tejidos del cuerpo.
- Consumir los excesos de grasa y ayudar a la función digestiva.
- Ayudar a las funciones de eliminación."<sup>[9]</sup>

Las actividades físico-recreativas son todas aquellas acciones de carácter físico, deportivo o turístico las cuales el hombre practica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Al realizar actividades físico-recreativas en el tiempo libre de cada individuo se logra su desarrollo multilateral, preparándolo físicamente (si se realizan actividades sistemáticamente) y de forma mental, se educa en ellos hábitos adecuados como disciplina autocontrol, responsabilidad, colectivismo, cuidado de la naturaleza y de la sociedad así como la vinculación del conocimiento cultural y teórico en el contexto común que permite profundización en la concepción científica del mundo.

De acuerdo con la ONU, cada esfera del desarrollo humano, representa una dimensión del mundo de la vida de sujetos y colectividades, cada una tiene su propio ritmo y lógica. En recreación, lo que se pretende es que a través de los procesos que dinamiza, facilite una vivencia que apunte a impactar las diferentes esferas de manera integral, aunque puedan en la práctica tener más énfasis sobre alguna o algunas en particular, a través de procesos de individualización y socialización.

## **1.2 Actividades físico-recreativas**

Las actividades físico-recreativas constituyen acciones de socialización que tienden a crear vínculos entre los participantes, produciéndose un proceso de identificación entre sí y a la vez con el entorno, contribuyendo también el mejor disfrute y conocimiento de la oferta, recreativa y en consecuencia, aumentando el nivel, de la satisfacción de los niños de las expectativas individuales y la integración social cuando programemos actividades físico-recreativas, tenemos que tener muy presente los aspectos que permitan sostener este enfoque, ya que la función principal de cualquiera de estas actividades es lograr junto a la más elevada y plena participación, la elevada y plena satisfacción.

El conjunto de actividades físico-recreativas reviste una gran importancia social ya que no solo juega un rol recreativo sino también educativo, desde el punto de vista recreativo permite la utilización del tiempo libre de una forma sana para toda la población dentro del Consejo brinda la posibilidad muchas veces lejanas a trabajadores y amas de casa de poder realizar ejercicios físicos que contribuyan de esta forma a la salud y al bienestar espiritual y la posibilidad de satisfacer sus necesidades recreativas con actividades plenamente organizadas y planificadas.

En nuestra investigación nos referiremos fundamentalmente a las actividades físico-recreativas, las cuales revisten gran importancia en la sociedad cubana actual. Podemos decir que la recreación, como fenómeno sociocultural en las condiciones sociales actuales tiene que ser planificada, y debe cumplir con los objetivos de la sociedad. En nuestro país el desarrollo institucional sigue el orden del desarrollo social actual, teniendo en cuenta los objetivos del fenómeno recreativo, definido por:

- La realidad objetiva de cada lugar.
- Los organismos inherentes a esta actividad.
- La política nacional de desarrollo.

Se conoce como actividades físico-recreativas a todas aquellas acciones de carácter físico, deportivo o turístico a las cuales el hombre práctica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el

desarrollo individual. Estas se caracterizan por: Realizarse libre y espontáneamente, con libertad para su elección, con un clima y una actitud donde predomine la alegría y el entusiasmo. Permiten el aprendizaje de habilidades, teniendo como objetivo principal la satisfacción de necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final, salud y alegría.

Lo más positivo de estas es que las personas y los gobiernos se dieron cuenta de que el ejercicio físico controlado es bueno para la salud. Por eso la educación física se convirtió en una asignatura en las escuelas, y los seres humanos decidieron que sería una magnífica idea dedicar parte de su tiempo libre a realizar actividades físico-recreativas y a la práctica del deporte.

Al planificar actividades físico-recreativas dirigidas a la ocupación del tiempo libre, es importante tener en cuenta las edades con que se va a trabajar, lo que permitirá seleccionar las ofertas de forma más adecuadas. A los niños seleccionados para el presente trabajo dentro de las actividades recreativas que se le ofertan y que son preferidas por ellos se encuentran los juegos. Mediante estos, se pueden estructurar las relaciones humanas. El juego es un factor de permanente activación, es placentero, divertido, espontáneo y voluntario. Los juegos desarrollan la creatividad, los sentimientos de júbilos y el hábito de estar a gusto, permiten expresar espontáneamente las emociones, descubriendo aptitudes y ejercitando habilidades.

Beneficio de la Actividad Física para los niños de 7 a 11 años.

- La estabilidad articular y la coordinación muscular.
- La actividad física contribuye a la alegría de vivir y al gozo de una mejor calidad de vida.
- Ayuda a recuperar el equilibrio físico-psíquico.
- Favorece el equilibrio normal de los procesos metabólicos.
- Proporciona una mayor capacidad de trabajo.

- Aumenta la síntesis proteica y provoca un desarrollo en el volumen de los tejidos y la masa muscular.
- Desarrolla la actividad enzimática.
- Mejora la segregación hormonal, lo que ayuda al organismo a mantener las propiedades del medio interno.

### **1.3 El juego actividad fundamental para el niño.**

El juego no es una actividad que realiza solamente el hombre, también se manifiesta en animales de especie superior, no es una actividad exclusiva de la infancia, en cada etapa de la vida el juego está presente, desde luego, en cada una de estas etapas el juego tiene sus características, motivaciones e intereses.

Cuesta, L.A. (2004) señala al respecto que "...Jugar no implica únicamente el desarrollo de la capacidad motora, también lo que refiere a la fantasía, se relaciona con la intelectualidad, con la evolución del pensamiento. Juegos como ajedrez, los parchís, los rompecabezas, entre otros ejercitan la lógica, la capacidad de planeación y deducción, la memoria y la actuación." [10].

El juego es una actividad física y mental, una actividad espontánea y libre, permite, distracción, diversión, investigar, crear, además de crecer integrarse y desarrollarse.

A través de la historia se ha encontrado que en todas las culturas y civilizaciones, el juego ha sido una acción indispensable en la vida y desarrollo del hombre como ser humano. La necesidad de jugar surge con la infancia, respondiendo en cada etapa de la vida a motivaciones que están acorde con el desarrollo de las potencialidades físicas e intelectuales del individuo, esta necesidad se mantiene a lo largo de toda la vida.

El juego constituye un campo de gran interés para la ciencia educativa, partiendo de él, podemos observar manifestaciones anímicas, rasgos del carácter y personalidad de los niños contribuyendo de esta forma a la

erradicación en parte de conductas inadecuadas que en ocasiones se manifiestan libremente.

En todo momento, en cualquier etapa de la vida ya sea en la niñez, la juventud, la madurez, incluso en la tercera edad, el juego tiene un carácter formativo. En los niños, permite desarrollar valores humanos y a la vez ocupar su tiempo libre de forma agradable y estimulante, contribuyendo al sano esparcimiento y a la recreación.

Son varios los autores que han valorado el juego como un principio pedagógico formulando sus definiciones. Algunas de estas definiciones que aportan diferentes autores se ofrecen a continuación:

Camerino, O. y Castañer, M. (1988), dijeron que “el juego es la manifestación de una libre espontaneidad y la expansión de una actividad en expansión.”<sup>[11]</sup>.

Baltel, W. (1976) plantea “Quede bien entendido que el hombre solamente juega cuando es plenamente tal y solo es completo, cuando juega. El juego no es el escape de la vida, constituye parte integrante de esta y permite a todos entendernos mejor y comprender nuestras vidas”<sup>[12]</sup>.

Alfaro, Rolando. (2002) señala “El juego es una acción o una actividad voluntaria, realizada en ciertos límites fijos de tiempo y lugar según una regla libremente consentida, pero absolutamente imperiosa, prevista de un fin en sí acompañada de una sensación de tensión y júbilo en la vida real”<sup>[13]</sup>.

Los juegos son un medio importante para la preparación de los niños para la vida en la sociedad, es necesario que estos sean dirigidos por el adulto, por cuanto es necesario dirigir el juego de modo que el niño forme las cualidades de un futuro trabajador y un ciudadano acorde a la sociedad en que desempeña. El juego es una forma de comportamiento que incluye dimensiones biológicas y culturales, es agradable, intencional, cualitativamente ficticia y debe su realidad a la irrealdad.

Todos los autores estudiados coinciden en la importancia de los juegos recreativos, lo que representan para los niños, jóvenes y adultos. Permiten

obtener una valoración objetiva de lo que reportan para la salud física y mental del hombre, así como para el desarrollo de la vida en la sociedad y en la formación de la personalidad, en el estado de regocijo y esparcimiento, no impuesto pero si motivado y dirigido que contribuye a la liberación de tensiones, emociones y energías acumuladas, fomentando el proceso de socialización durante las horas de asueto o libres, brindándole al ser humano una diversidad de actividades que le proporcionan compensación a sus labores rutinarias.

Una opinión muy actual de juego es la ofrecida por Núñez de Villavicencio, (2006) al señalar “el juego de los niños se entiende como una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella, sino por sí misma” <sup>[14]</sup>. Así, llegamos a la conclusión de que el juego es una actividad en la que convergen sin fines utilitarios directos las relaciones sociales.

Al estudiar los juegos podemos observar la existencia de una clasificación en la que, por ser motivo de nuestra investigación profundizamos en los juegos tradicionales, estos no podemos verlos solamente en el aspecto educativo, sino también en el aspecto instructivo, posibilitando la apropiación de experiencias cognoscitivas, motrices, y sociales. Ellos influyen en el desarrollo físico a través de diversas situaciones que contribuyen al desarrollo de las capacidades físicas.

Rescatar los juegos tradicionales y adecuarlos de forma tal, que se logre la motivación, el interés, y el gusto de jugar, así como el factor formativo, que es de vital importancia, debe ser interés de cada uno de los promotores y técnicos recreativos que laboran directamente en las comunidades, teniendo en cuenta que el niño asume el juego como una actividad consiente y responsable, por la actitud que adopta al desarrollar los mismos y cumplir sus reglas.

De esta manera llegamos a la conclusión de que el juego es una actividad en la que se reconstruyen sin fines utilitarios directos las relaciones sociales.

#### **1.4. Características generales de los niños de 7 a 11 años.**

El ingreso del niño a la escuela provoca un vuelco en su vida con relación a la etapa preescolar. Aparece el estudio como núcleo del régimen escolar. Esta actividad socialmente importante y obligatoria, tiene por objetivo fundamental, la asimilación por parte del niño de un sistema de conocimientos, como etapa inicial de su preparación para la vida adulta.

Esto significa que la organización del proceso docente educativo posee una gran importancia. El carácter de este proceso dirigido por el maestro ejercerá una notable influencia en el desarrollo de la personalidad, tanto de los procesos cognoscitivos como de la esfera afectivo-motivacional.

En este sentido se puede destacar el surgimiento del pensamiento conceptual, el carácter voluntario y consciente que adquieren los procesos cognoscitivos (percepción, memoria, atención, entre otros), así como una mayor estabilidad de la esfera motivacional que se expresa en un control más efectivo del comportamiento.

También en esta etapa el escolar comienza a participar en diferentes actividades extra docentes (científicas, políticas, culturales y deportivas.), en el colectivo de pioneros, aspecto que contribuye al desarrollo de intereses variados.

La actividad de juego se amplía y se hace más compleja, ya que el juego de roles continúa desarrollándose y aparece el juego donde el niño tenga que cumplir con las reglas establecidas. En este período el juego de roles cambia en cuanto a su duración, temas y contenido, en comparación con la edad preescolar.

El sistema de comunicación con quienes le rodean coloca al escolar en una nueva "posición social", dada no sólo por su "posición objetiva", sino por el conjunto de exigencias que se derivan de ésta y la trasciende.

En la escuela aparece una nueva figura cuyas opiniones serán determinantes para el niño en los primeros grados escolares. El maestro constituye una autoridad sagrada hasta aproximadamente el 4to. grado y sus criterios influirán

de forma decisiva en el desarrollo de la autovaloración del niño, y su aceptación o rechazo, en su bienestar emocional.

También el grupo escolar y la posición que el niño ocupe dentro de éste (aspecto que a partir de 4to. grado según L. I. Bozhovich en su libro Psicología de la personalidad del niño escolar (1976) se convierte en motivo fundamental de su conducta, juega un importante papel en el desarrollo de la personalidad.

Este grupo presenta diferentes características peculiares, tales como:

- El objetivo fundamental del grupo es prepararse como futuros miembros de la sociedad. Este objetivo es impuesto desde “fuera”.
- En cuanto a su estructura (distribución de roles y posiciones) en los primeros grados la determina en gran medida el maestro y posteriormente depende de la opinión social del grupo).
- Las normas y valores que regulan las relaciones entre sus miembros primeramente poseen un carácter externo (las establece el maestro, el colectivo pedagógico y la organización de pionero) y posteriormente se interiorizan operando a través de la opinión social de los escolares.
- Con relación a las características que determinan la aceptación del niño en el grupo Y. L. Kolominski constató que en mayor medida que el éxito docente se destacan la iniciativa, destreza física, carácter estable y el cumplimiento de las normas de conducta social.

Por su parte la familia exige al escolar el cumplimiento de sus responsabilidades. La actitud que asuman los padres ante la ejecutoria del niño en la escuela contribuirá a reforzar o restar sus intereses por la actividad escolar.

En nuestro país la atención y orientación a la familia constituye una prioridad, según lineamientos trazados por la Revolución, razones estas por la que muchos especialistas se han acercado al trabajo familiar con variados fines y por diferentes vías.

Refiriéndose al papel de la familia ,G.Arias (2002) reafirma lo planteado por Vigotsky al formular que “la familia participa viva y permanentemente con la

escuela y toda la sociedad para llevar a cabo esta magna empresa que es la educación de la humanidad y no debe sustraerse a dicha empresa ya que sería casi nula la eficacia escolar sin un fuerte apoyo en el seno familiar, en cuyo lugar permanece el niño muchas horas y donde afectivamente encuentra el calor de la familia, por lo que se siente o debe sentirse muy atraído.” [15].

Los padres deben planificar conscientemente la educación de sus hijos, estimulándoles a través de la realización de actividades conjuntas y de una adecuada comunicación, con el objetivo de obtener mejores niveles de funcionamiento psicológico y un desarrollo armónico de su personalidad, para lo cual deben considerar constantemente, la necesaria participación activa del niño en su propio proceso de desarrollo, permitiendo así su independencia y autonomía.

Todas las familias independientemente de su nivel cultural y ocupación son las primeras educadoras de sus hijos, es por ello que convertirlas en verdaderos promotores y potenciadores del desarrollo infantil, constituye una misión priorizada del sistema educacional cubano, desde los primeros años de vida.

En este sentido se ha constatado que muchos problemas de aprendizaje y/o conducta en los escolares se asocian a situaciones familiares inadecuadas (conflictos, carencia afectiva del niño, entre otros).

La actividad de la personalidad del niño como condición del desarrollo psíquico, en la aparición de nuevas formaciones psicológicas que están vinculadas en el proceso de la enseñanza, ligado a la transformación de la actividad.

Según el nivel de desarrollo del niño requiere diferentes condiciones pedagógicas en las que confrontan un proceso de asimilación a la personalidad y a las tendencias, conciencia, y actividad lúdica.

Plantea A.V. Petrovsky (1980). “ En la edad escolar menor la asimilación de lo nuevo está vinculada en grado considerable a la significación de la actividad de estudio y asimismo, al desarrollo de los intereses cognoscitivos, es importante formar en el niño el interés por el estudio , de modo que ello incluya la tendencia al estudio, el saber controlarse, la ampliación de conocimientos, su

habilidad , la evaluación de sus propios logros, en el proceso del estudio, al niño debe parecerle significativo e interesante el conocimiento de lo nuevo”. [16].

Los niños deben comprender las particularidades del nuevo problema comparándolo con los que ya han venido realizando antes, y entender las particularidades de la nueva acción como medio de su resolución. Solo en tal caso la asimilación de las nuevas acciones, especialmente la asimilación de las operaciones con signos, será consciente y sensata.

Por los resultados de muchas investigaciones psicológicas y pedagógicas se ha demostrado que el método más efectivo de transmisión del nuevo contenido es aquel en el que el contenido en cuestión se separa especialmente para el niño y se fija por medio de la modelación. De este modo se asimila en forma generalizada abstracta, y luego se emplea en las condiciones concretas. Esta vía de la enseñanza es especialmente importante en la asimilación del contenido que no se descubre directamente en los objetivos concretos, esto es en la asimilación de los conocimientos teóricos, propiamente científicos.

La psicología, soviética desarrollada por L.S.Vygotsy y P.P.Blonsky sobre el carácter histórico de los períodos de las edades, se ve en el proceso de la evolución histórica, varían las condiciones sociales generales en las que se desarrolla el niño, varían el contenido y los métodos de la enseñanza, y todo ello no puede dejar de reflejarse en la variación de las etapas del desarrollo en cada edad.

Cada edad representa una etapa cualitativamente especial de la evolución psíquica, y se caracteriza por la multitud de variaciones que constituyen, en conjunto, la originalidad de la estructura de la personalidad del niño en la etapa dada de su desarrollo. L.S.Vygotsky consideraba la edad como una época determinada, ciclo o grado de desarrollo, como un determinado periodo relativamente cerrado cuya importancia la determina su lugar en el ciclo general y en el cual las leyes generales de desarrollo encuentran cada vez una expresión cualitativamente original.

En el Programa del 1er Ciclo Trujillo Tardío Oscar y colectivo de autores (2001) plantean que “La etapa de la vida, desde los 7 hasta los 11 años, se conoce

como etapa o edad escolar ya que la actividad docente ocupa el centro de la vida del niño”.<sup>[17]</sup> La percepción, la memoria, el pensamiento, el lenguaje, la imaginación son procesos de gran importancia para la actividad de aprendizaje del niño y que al mismo tiempo se desarrollan en el proceso de asimilación de la experiencia.

En el transcurso del juego los niños no solo corren, saltan, disfrutan y esto es muy importante para su desarrollo, se comunican, interactúan y cuando participan en juegos de roles posibilitan que el profesor aprecie la forma en que reflejan las relaciones que se dan entre las personas que los rodean en el medio social y familiar en que se desenvuelven los mismos para la vida, ya que los procesos cognoscitivos están en estos niños aun en tránsito de procesos involuntarios a voluntarios , que permiten a los alumnos de estas edades la realización de actividades con un nivel superior de exigencia, lo cual es posible tanto por el avance de la maduración del sistema nervioso como por la mayor experiencia que el niño alcanza a través del juego.

Sánchez Acosta María Elisa y Gonzales García Matilde (2004) en su libro Psicología General y del Desarrollo, plantean que “ la edad escolar es del periodo de 6 a 11-12 años y que en ellos se observan varias características anatómo – fisiológicas, tales como modificaciones sustanciales en todos los órganos y tejidos del cuerpo, se forman las curvaturas vertebrales: cervicales, pectorales y de la cintura, la osificación del esqueleto aun no es completa , es por ello que poseen gran flexibilidad y movilidad, fortalecimiento del sistema óseo-muscular, aumenta la circunferencia de la caja torácica, cambiando en forma de cono invertido, es decir con la base hacia arriba, favoreciendo la función respiratoria, acentuándose esto cuando se fortalezcan los músculos que tienen que ver con esa función en la parte del tranco, se fortalecen intensamente los músculos y ligamentos, aumentando su volumen y se acrecienta la fuerza muscular general.”<sup>[18]</sup>.

La actividad cardiovascular se hace relativamente estable pues el músculo cardíaco crece intensamente y está bien abastecido de sangre, por eso su corazón es bastante resistente. El pulso sigue siendo acelerado, aproximadamente las pulsaciones por minuto oscilan entre 84 y 90, pero

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

Sánchez Acosta María Elisa y Gonzales García Matilde (2004) plantean “El niño ingresa al 1er grado de la escuela, a un sistema estructurado de enseñanza donde comienza a relacionarse con contenidos de determinado nivel de complejidad. Es una etapa de iniciación en las nuevas condiciones de vida escolar, donde existe un régimen escolar que cambia radicalmente su posición en la sociedad y en la familia, pues adquieren obligaciones y deberes con respecto a la actividad docente la cual tiene un objetivo fundamental: la asimilación de conocimientos y el desarrollo de un conjunto de habilidades que impone determinadas exigencias a la conducta del escolar. Su bienestar emocional va a estar determinado por la calidad con que cumpla los deberes escolares.” [19].

Se Intensifica la agudeza sensorial de la vista y el oído, conocen bien las formas y colores, saben diferenciar los tonos de los estímulos acústicos, la percepción va perdiendo el carácter emotivo para hacerse más objetiva y darle paso a la observación como percepción voluntaria y consciente, posibilitando un conocimiento más detallado de los objetos y de las relaciones entre ellos , en primero y segundo grados, el niño destaca muchos detalles sin separar lo esencial de lo secundario, la percepción del espacio alcanza un considerable desarrollo llegando a utilizar libremente los objetos de diferentes formas y colores, participando en juegos que requieren una percepción exacta de la ubicación de los objetos en el espacio y la determinación de la distancia entre ellos. la percepción del tiempo es la más retrasada , entre los niños de 7 a 8 años , no perciben adecuadamente los tiempos rápidos y lentos y no advierten sus errores , es decir los tiempos cortos lo perciben demasiado lentos y cuando son más largos, lo experimentan rápidos.

Al profundizar en la planteado por diferentes autores relacionadas con la formación planificada por etapas de las acciones mentales y de los conceptos, la que define la existencia de distintos tipos de orientación (bases orientadoras

de la acción), en función de las cuales variará la calidad de la acción formada y postula como una necesidad de la enseñanza dotar de un método de investigación que le permita superar su egocentrismo, es decir, proveer al niño de criterios objetivos para diferenciar lo real de lo aparente, el fenómeno de la esencia.

Resumiendo que, hasta el presente y en correspondencia con la enseñanza tradicional el pensamiento del escolar se caracteriza por los siguientes aspectos:

- Opera a través de conceptos científicos por lo que puede adentrarse en el conocimiento de la esencia de diferentes objetos y fenómenos de la realidad.
- Se apoya en procesos del pensamiento (comparación, análisis, síntesis, abstracción, generalización.) que operan a nivel mental y favorecen la asimilación de los conceptos científicos.
- Se vincula la palabra conformándose el plano del lenguaje interno.
- Para descubrir la esencia el niño debe partir de situaciones concretas presentándose un conjunto de limitaciones, tales como: el niño en ocasiones, aunque es capaz de aplicar el concepto no logra definirlo, tiene dificultades para diferenciar lo esencial de lo secundario, para establecer comparaciones y tiende a las situaciones estereotipadas.

El desarrollo de la percepción es un proceso que va perdiendo su carácter emotivo para hacerse más objetivo. Surge la observación como percepción voluntaria y consciente, que posibilita el conocimiento más detallado del objeto y de las relaciones entre éstos, mostrándose la estrecha relación entre el pensamiento y la percepción.

En los primeros grados, la percepción tiene un carácter más analítico (el niño destaca muchos detalles sin separar lo esencial de lo secundario), mientras se torna más sintética a partir del 4to.grado, permitiendo el establecimiento de relaciones y la interpretación de lo percibido. De ahí la importancia que

adquiere la utilización de la comparación por parte del maestro durante la clase y en la realización de determinados ejercicios.

Se produce un salto cualitativo en este proceso, ya que no sólo aumenta la rapidez de fijación y el volumen de retención, sino además adquiere carácter voluntario (fijación intencionada).

La memoria también se apoya en mayor medida en la utilización de medios auxiliares y va siendo cada vez más lógica. El escolar debe memorizar, estableciendo relaciones entre los conceptos que asimila, con sus propias palabras y en un lenguaje comprensible para los otros. Se expresa así la relación entre memoria, pensamiento y lenguaje.

El desarrollo de la atención ha sido considerado tradicionalmente como faceta presente en todos los procesos cognoscitivos, como actividad orientada hacia el objeto (S. L. Rubinstein). En las investigaciones realizadas por P. Ya. Galperin, sus colaboradores, y en nuestro país (M. E. Rodríguez), la atención se ha definido como acción mental de control generalizada, abreviada y automatizada.

El desarrollo afectivo – motivacional en la edad escolar en esta etapa el niño es capaz de orientar su comportamiento no sólo por objetivos que le plantean los adultos, sino también por otros que se propone conscientemente, logrando un control más activo de su conducta.

Esta voluntariedad también se expresa como analizamos anteriormente en los procesos cognitivos, lo que muestra que la unidad de lo cognitivo y lo afectivo alcanza un mayor nivel y se convierte en la base de la consolidación de las formaciones motivacionales complejas que caracterizan a la personalidad en etapas posteriores del desarrollo.

En la edad escolar disminuye la excitabilidad emocional, el niño logra un mayor control de sus reacciones físicas (por ejemplo el llanto disminuye) y éstas son sustituidas por reacciones verbales. Además aumenta la variedad y riqueza de sus emociones y éstas se hacen más objetivas (por ejemplo disminuyen los miedos).

En este caso está definido dentro de la etapa evolutiva como etapa escolar de 7 a 11 años ,donde comienzan a observarse modificaciones sustanciales en todos los órganos y tejidos del cuerpo ,logran formarse todas las curvaturas de la columna vertebral, poseen gran flexibilidad y movilidad, pues aún es incompleta la osificación de sus huesos ,aunque observamos un fortalecimiento considerable del sistema óseo muscular, se fortalecen intensamente los músculos y ligamentos, aumentando su volumen ,se acrecienta la fuerza muscular general .La relación de los procesos de excitación e inhibición varían, la inhibición se acentúa contribuyendo al auto control .Además se produce un proceso de combinación de desarrollo evolutivo con el carácter de la enseñanza, proceso de preámbulo a la madurez sexual y se forman hábitos motores iniciales durante el proceso de enseñanza sistematizado.

Presentan una maduración general del sistema nervioso, utilizan mayor cantidad de movimientos con el menor gasto metabólico o energético, sistema aerobio es dependiente del sistema central cardiaco y respiratorio que a través de la actividad física se desarrollan el intercambio gaseoso pulmonar, en la eyección y transporte sanguíneo, se completan los reajustes celulares y las dimensiones del corazón, se comienza a diferenciar claramente las características histórico-químicas del músculo y su tendencia genética.

La memoria en esta etapa escolar va adquiriendo un carácter voluntario intencionado, aumenta la efectividad de la retención de los conocimientos, adquiere el carácter consciente y voluntario de los procesos psíquicos, la intensidad de las actividades depende mucho del interés del niño y del objetivo de la actividad, predominan los motivos vinculados con el presente, se desarrolla el lenguaje escrito y coherente, la unidad del pensamiento y el lenguaje, la actividad del juego se amplía y se complejiza, ya que el mismo es su actividad rectora en estas edades.

Para un adecuado enfrentamiento de los niños en las edades comprendidas entre 7 a 11 años podemos apreciar las exigencias de la actividad y la comunicación en esta etapa, resulta necesaria una preparación previa al arribo al medio escolar, dada por premisas anatomofisiológicas y psicológicas, resultado del desarrollo de la personalidad en la etapa preescolar. La

percepción y la memorización, la atención y solución de problemas se transforman en actividades voluntarias. Se producen cambios ostensibles en las peculiaridades de las relaciones, hay una actitud selectiva de sus compañeros así como determinadas exigencias hacia las cualidades personales de estos. Aparecen importantes formaciones psíquicas para la personalidad que son premisas indispensables para el salto hacia una nueva etapa del desarrollo: la adolescencia. Dentro de ellas es necesario resaltar una nueva actitud cognoscitiva hacia la realidad, que permite el paso a formas más complejas del pensamiento y a la realización de operaciones con conceptos abstractos, en la esfera afectiva y de las necesidades se alcanza un nuevo nivel que permite que el niño actúe a partir de objetivos conscientemente planteados, de sentimientos y de exigencias morales.

Finalmente considerando el juego desde el punto de vista psicopedagógico, se valora este como un elemento favorecedor de todo tipo de aprendizaje. El juego puede proporcionar al niño una gran variedad de experiencias y estímulos, todo un bagaje de vivencias útiles y necesarias para su adecuado desarrollo. Por tanto la actividad lúdica debe ser un elemento que impregnará toda la práctica educativa.

Las mayores exigencias en la escuela exigen del alumno un nivel más elevado de la actividad cognoscitiva y mental y a su vez propician su desarrollo intelectual y se concretiza en: Pensamiento hacia el razonamiento abstracto (teórico -conceptual), se aprecia la Atención: Se perfecciona también en el deporte. Percepción: Capacidad de observación en que esta es organizada y dirigida hacia un objeto. Memoria: Es lógica verbal, voluntaria. Imaginación: Productiva; refleja la realidad, le permite correlacionar los proyectos personales con los ideales sociales y morales aceptadas, su ideal permanece en la esfera de los sueños y las aspiraciones.

Desarrollo considerable de los intereses cognoscitivos de estos niños, desarrollo de la capacidad para actuar de acuerdo con el objetivo propuesto y se subordinan a él otros deseos inmediatos (plantea autonomía de personalidades), necesidades básicas de estos niños (7 a 11 años):

independencia y autoformación, ocupar un lugar en el grupo (ser aceptado, reconocido y comunicarse con sus compañeros).

En el niños la voluntad se manifiesta en los procesos psíquicos capaces de plantearse un fin, hasta lograrlo, se desarrollan cualidades volitivas (valentía, independencia, iniciativa), subordinación a las exigencias siempre que las consideren justas, necesarias y convincentes, muchos defectos de la voluntad, valentía, osadía, perseverancia, obstinación ,la conjugación de objetivos a corto, mediano y largo plazo es importante.

### **1.5 Trabajo comunitario en los Consejos Populares.**

La comunidad ha sido un escenario importante durante todo el desarrollo histórico de nuestra sociedad, nuestro país históricamente se ha organizado en comunidades. La organización asumida por la sociedad cubana a partir del triunfo revolucionario de 1959 y el modo en que se ha desenvuelto este proceso de transformación social desde sus inicios, han venido a reforzar lo que históricamente existía, Esta organización comunitaria se ha enriquecido con la labor de los CDR y la FMC como elementos surgidos durante el proceso revolucionario.

El Consejo Popular, es el más joven eslabón de nuestro sistema de gobierno, ofrece, posibilidades excepcionales para la interacción, coordinación e integración de los diversos factores comunitarios. Es la estructura socio – política que responde a la estructura municipal y expresa la gobernabilidad en lo económico, político y social de la población, está integrada por un grupo de circunscripciones y en el mismo se representan los organismos, instituciones, organizaciones, centros de trabajo, empresas. La Cultura Física se encuentra representada en los Consejos Populares por las Escuelas Comunitarias las que deben proyectar el desarrollo de sus diferentes esferas de actuación, teniendo en cuenta las necesidades de la comunidad a la que le deben ofertar el servicio, esa integración posibilita la planificación estratégica de las actividades físicas de tiempo libre en el Consejo Popular.

La comunidad constituye un sistema y como tal su actividad se desenvuelve objetivamente, a partir de los intereses y necesidades de la comunidad y la satisfacción en general de sus necesidades.

Portal Moreno Rayza y Recio Silva Milena. En su libro *Comunicación y Comunidad*. (2005) , citando a Héctor Arias Herrero, plantean que "... el origen de las comunidades es tan antiguo como el hombre mismo" estas surgen, gracias a la vida en común, las que facilitan el desarrollo de las actividades conjuntas para la satisfacción de las necesidades, con las que se crean las condiciones para que aparezcan las primeras formas de trabajo y de comunicación humana , más adelante citando a Engels, plantean que "Primero el trabajo, luego y con él la palabra articulada fueron los dos estímulos principales bajo cuya influencia el cerebro del mono se fue transformando gradualmente en cerebro humano." [20].

La relación hombre - comunidad ha tenido sus etapas, sin pretender una periodización rigurosa, vienen desde la comunidad primitiva, donde todo ocurría, se trataba y se resolvía a nivel de comunidad; con el desarrollo del estado y las naciones se llega a una fase de desinterés por las mismas, esto tendió a disolver las comunidades, contribuyendo a la eliminación de costumbres, religiones, mitos, tradiciones, lenguas y dialectos, con la imposición de un idioma oficial, una educación estatal.

Vemos que las comunidades en la vida del hombre están ligadas al desarrollo de las fuerzas productivas y las relaciones de producción, manifestándose especialmente en las formas de propiedad.

Actualmente, la relación hombre- comunidad se encuentra en una fase reconstructiva, de interacción y acercamiento positivo, se manifiesta en tres niveles: el nivel sociocultural, el político y científico.

Portal M. Rayza y Recio S.Milena. (2005) .En su libro *Comunicación y Comunidad*. Han citado a varios autores que cada uno da su punto de vista con respecto a comunidad, partiendo de indicadores que forman parte de su objeto de estudio:

Pozas (1964) "...en un sentido amplio, el concepto de comunidad se utiliza para nombrar unidades sociales con ciertas características sociales que le dan una organización dentro de un área determinada".

Chinoy (1968). "... el enfoque que tiende a prevalecer es el que considera la comunidad como un grupo cuyos componentes ocupan un territorio dentro del cual se puede llevar a cabo la totalidad del ciclo vital...".

Kingsley (1965). "... es el más pequeño grupo territorial que puede abarcar todos los aspectos de la vida social es un grupo local lo bastante amplio como para contener todas las principales instituciones, todos los status e intereses que componen una sociedad." [21].

La Comunidad es un sistema de relaciones sociopolíticas y económicas, físicamente determinadas y con identidad definida, modo de asentamiento humano (urbano o rural) donde sus residentes tienen características sociológicas similares a su sistema de relaciones, conjunto de personas que habitan en una determinada zona, regida por una dirección política, económica y social; propia o centralizada, que hacen vida común a través de sus relaciones.

Teniendo en cuenta lo anterior podemos decir que la comunidad se caracteriza por ser un grupo de personas, con determinado grado de interacción social que comparten intereses, sentimientos, carencias, actitudes y que poseen un determinado grado de organización.

Un grupo de autores cubanos plantean parámetros que permiten definir el ámbito comunitario entre los que podemos citar: Es una unidad social, constituida por grupos que podríamos llamar la base de la organización social; las razones de su agrupación se vinculan a los problemas de la vida cotidiana , es decir , sus miembros tienen intereses y necesidades comunes: alimentación, vivienda, trabajo, servicios y tiempo libre; ocupa un determinado territorio, cuya pluralidad de personas interactúan más entre sí que en otro contexto del mismo carácter; de lo anterior se derivan tareas y acciones comunes , que van acompañadas de una conciencia de pertenencia cuyo grado varía.

Es de vital importancia que todos los proyectos, programas y planes que se crean dirigidos a las comunidades sean concretados y llevados a efecto a través del Trabajo comunitario el cual es el conjunto de acciones teóricas (de proyección y prácticas de ejecución) dirigidas a la comunidad con el fin de estimular, impulsar y lograr su desarrollo social, por medio de un proceso continuo, permanente, complejo e integral de, conservación, cambio y creación a partir de la participación activa y consciente de sus pobladores.

Nydia González y Argelia Fernández (2006) en su libro Trabajo Comunitario expresan que el trabajo comunitario “No es solo trabajo para la comunidad, ni en la comunidad, ni siquiera con la comunidad; es un proceso de transformación desde la comunidad: soñado, planificado, conducido, ejecutado y evaluado por la propia por la propia comunidad”.<sup>[22]</sup>

Aquí se observa que a través del trabajo comunitario, se desarrollan, diferentes relaciones humanas: conocimientos en la adquisición de nuevas formas comunicativas, sentido de pertenencia, formación de valores, hábitos y habilidades que mejoran la efectividad y la eficiencia, satisfacción y necesidades espirituales de los comunitarios. Además tiene como objetivo potenciar los esfuerzos y la acción de la comunidad, para lograr una mejor calidad de vida de los pobladores que conviven en ella.

Los grupos en la vida del hombre y la sociedad tienen un gran significado, es por eso que se le ha dedicado desde hace algún tiempo mucha reflexión y análisis. La sociología al igual que otras ciencias como la filosofía, la pedagogía y la psicología se han dedicado por entero a su estudio, ya que todas tienen en su centro al hombre.

El grupo urbano o comunidad es un determinado conjunto o espacio residencial en los que existe determinada organización territorial. En correspondencia con las construcciones urbanas y los asentamientos poblacionales se hace imprescindible la organización de actividades físicas recreativas en su seno como vía para el uso del tiempo libre y la satisfacción de la necesidad de sus pobladores, con la concepción de que no hay que trasladarse para disfrutar de una agradable actividad. Se deben crear adecuadas condiciones para

organizar las actividades recreativas lo más cerca posibles de las viviendas y bloques de edificios, utilizando los terrenos que existen entre las edificaciones o acondicionando áreas específicas con el concurso y colaboración de todos.

En la programación y proyectos recreativos comunitarios debe aprovecharse básicamente el tiempo libre entre semana, el cual al no ser amplio podría perderse en una larga caminata o viaje para llegar a un centro especializado.

La organización de los vecinos, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones en la realización de actividades físicas recreativas crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de vida de éstos. La recreación como elemento de la cultura del hombre debe ser tratada en el desarrollo local con un nivel de consideración consciente por lo planteado con anterioridad en relación a la economía, salud y educación; no debiendo existir un programa de construcción de viviendas sin la planificación de áreas de recreación física, en las que se lleve adelante los programas y proyectos comunitarios. Espacios para la realización de actividades físico-recreativas en el tiempo libre se pueden acondicionar a nivel de zonas, circunscripciones y cuadras que por un lado evitaría el traslado para la ejecución de actividades y por el otro permitirían conservar y cuidar el medio ambiente puesto que son espacios donde se forman pequeños vertederos, solares yermos que dan lugar a que proliferen vectores dañinos a la salud del hombre.

La participación de los vecinos en las actividades comunitarias crea y desarrolla: Buenas relaciones sociales, sentido de pertenencia zonal, conciencia y hábitos de práctica de las actividades físicas y recreativas, preservación de la propiedad social y el medio ambiente, conciencia de participación por la comunidad, estilos de vida saludables.

Es importante la planificación de actividades con características esencialmente locales, donde se expresen y condicionen las necesidades recreativas de acuerdo al medio geográfico y a las tradiciones del lugar, como forma organizativa puede reunir características que la asemejan a la recreación para

grupos urbanos o comunitarios, como estructura de gobernabilidad en la localidad puede integrar a varios grupos urbanos y comunidades. Cada comunidad debe poseer su sistema de información y conocimientos sobre las necesidades físico recreativo como expresión de fenómeno local que permita la proyección estratégica de la Recreación Física de acuerdo a las necesidades, es decir los intereses de acuerdo a la edad, las manifestaciones que para cada grupo de edad es necesario proyectar en aras del desarrollo humano local.

### **Conclusiones parciales del capítulo I**

Existen numerosos criterios sobre el tiempo libre, las actividades físico-recreativas y la comunidad. Destacándose algunos criterios de la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 a 11 años en actividades físicas recreativas para su formación integral.

Al plantear las actividades físico-recreativas para la ocupación el tiempo libre se deben tener en cuenta principios, características y enfoques los cuales harán de estas, opciones recreativas que garanticen el desarrollo integral de la comunidad.

## **CAPITULO II.**

### **Actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre.**

#### **2.1 Análisis de los resultados de la metodología aplicada.**

##### **- Caracterización del Consejo Popular “Capitán San Luis”**

El Consejo Popular seleccionado para este estudio es el “Capitán San Luis” que fue fundado el 17 de febrero de 1997 al dividirse el Consejo Popular, Carlos Manuel. Limita al norte con el Consejo Popular “10 de Octubre”, al sur con el Consejo Popular “Ceferino Fernández”, al este con el Consejo Popular “Celso Maragato” y al oeste con el Consejo Popular “Carlos Manuel”. Se encuentra ubicado en la parte más céntrica del casco histórico de la ciudad. Es netamente urbana. Tiene una extensión de 2,82 Km<sup>2</sup>.

El territorio cuenta con una población de 13547 habitantes de los cuales 6338 son hombres, 6909 son mujeres y 2611 son niños y un fondo habitacional de 2620 viviendas, de las cuales el 50% está en buen estado, 30% regular y un 20% está en mal estado.

Para controlar el orden posee 2 sectores de la Policía Nacional Revolucionaria (PNR) y para controlar la estructura militar 3 áreas de atención a la población.

En el aspecto socio-económico cuenta con 14 bodegas, 8 carnicerías, 9 placitas, 5 panaderías, 5 dulcerías y (2 de ellas son por moneda nacional y 3 por divisa), 5 restaurantes por moneda nacional, 31 tienda recaudadora de divisa, 4 hoteles, la Dirección Provincial de Educación, el Centro de Diagnóstico de Educación, 1 Círculo Infantil: “Amiguitos de la Ciencia”, una Escuela de Idioma: “Andrés Bello”, una Facultad Obrera Campesina, una Facultad de Cultura Física, 1 Escuela de Oficio: “Sergio y Luis Saiz”, tres Semi-Internado: “Pablo de la Torriente Brau”, “Isidro de Armas Rodríguez”, “Roberto Amarán Mamposo” y 1 Hogar de Niños sin Amparo Filiar, una “Casa de Abuelos”, en la cual existen 40 abuelitos, de ellos 15 viven solos, existen 64 círculos de la tercera edad.

También hay 122 casas de alquileres, la mayoría se alquilan en CUC, por lo que enriquecen a nuestro Consejo con las visitas continuas de turistas al mismo y a la provincia en lo económico.

Existen numerosas instituciones religiosas siendo estas: la “Catedral de Pinar del Río”, una iglesia bautista, tres iglesias católicas, una iglesia metodista, dos iglesias protestantes y una ardua labor de los testigo Jehová visitando cada hogar de este Consejo.

El sector de la salud cuenta con 24 consultorios del médico de la familia, un Centro de Diagnóstico de la Salud Pública, la Dirección de la Salud Pública, el policlínico “Turcios Lima” y una sala de Rehabilitación Provincial.

En el ámbito cultural cuenta con una sala de Video Club Juvenil, el Centro Provincial Casa de la Cultura, también cuenta con dos cine “La Edad de Oro” y el “Praga”, el Patio de María Elena Lazo, el Centro Provincial de la Música, la “Casa del Coro”, el cabaret “La Cueva”, la Casa de la FEU, la “Sitiera”, el “Café Pinar”, el “Liceo del Parqueo y la Culinaria. Trabaja un promotor cultural llamado Boris Fuentes acompañado por 21 instructores de arte. Estos están ejerciendo su labor en los diferentes centros educacionales que tiene este Consejo, haciendo creación de talleres de movimientos de artista aficionados así como la promoción el rescate de la cultura tradicional.

Este Consejo tiene diferentes instalaciones deportivas de importancia provincial, entre los que podemos citar: “Gimnasio de Boxeo Francisco Donatien”, El gimnasio de cultura física” Fidel Linares”, un complejo de cancha-tenis, campo de pelota vasca, El estadio “Capitán San Luis”, La sala Polivalente Provincial “19 de noviembre”, La Facultad de Cultura Física y está en construcción una escuela de Artes Plásticas.

El Consejo Popular cuenta con construcciones que representan patrimonios culturales desde 1700 hasta la actualidad, entre ellos muchas viviendas coloniales donde se conjugan ricos valores patrimoniales. Muchas tarjas por mártires de la Revolución, instituciones patrimoniales con detalles artísticos y culturales de los cuales se conservan valores. Como tradición tiene el “Callejón de Corina”, donde se mantienen las ricas manifestaciones folklóricas.

Hay cinco parques, entre ellos está el parque “Martí” que es patrimonio de la humanidad y fue construido en homenaje a nuestro Apóstol; otro parque de gran importancia es el “Parque del Bosque” en el cual se realizan actividades culturales en beneficio de la población y el disfrute de la misma.

La Circunscripción No. 127 perteneciente al Consejo Popular Capitán San Luis está estructurada de la siguiente forma:

- ✓ 1 Delegado de la Circunscripción.
- ✓ 4 Representantes de las instituciones estatales.
- ✓ 5 Representantes de las organizaciones de masa.
- ✓ 1310 Habitantes.
- ✓ 712 Viviendas.
- ✓ 3 Zonas de los CDR.
- ✓ 17 CDR.
- ✓ 3 Núcleos Zonales del PCC
- ✓ 2 Escuela Primaria.
- ✓ 1 Círculo Infantil.
- ✓ 4 Bodegas de Abastecimiento.
- ✓ 1 Farmacia Comunitaria.
- ✓ 5 Consultorios Médicos de la Familia.
- ✓ 1 Cafeterías.
- ✓ Tiene 621 alcohólicos.
- ✓ 618 Adolescentes comprendidos entre las edades de 15 a 22 años.

La zona seleccionada para la investigación es la 105 que se encuentra conformada por 7 CDR, 7 FMC, pose 600 habitantes de ellos 88 niños comprendidos en las edades de 7 a 11 años.

Dentro de esta comunidad ubicamos a un grupo de 45 niños comprendidos entre las edades de 7 a 11 años a partir de los diferentes objetivos e intereses, niveles de comunicabilidad y que asume una determinada conducta.

Esta muestra se ubica dentro de la clasificación del grupo real que se caracteriza por ser un grupo de personas que existen en tiempo y espacio común y unificado por relaciones reales, prevaleciendo en ellos los mismos

intereses es decir la compañía, criterio de sus coetáneos y se asumen conductas relacionadas con las manifestaciones recreativas comunes que practican de manera sistemática.

#### **- Caracterización de los niños de 7 a 11 años de la comunidad.**

Los niños asisten a la escuela, se encuentran cursando desde segundo a sexto grado, su procedencia es de padres obreros, de buen nivel cultural. Los niños son dinámicos, muy bien relacionados entre ellos, son cariñosos, alegres y extremadamente activos, les gusta jugar y compartir en grupo, no les gusta realizar juegos pasivos, se motivan con gran facilidad, son laboriosos y dispuestos a participar en todas las tareas que se les convoque, se animan cuando de confeccionar medios se trata, pero requieren actividades variadas, aprenden rápidamente y son organizados gustándoles cumplir con las reglas que se establecen.

#### **- Análisis de los resultados de la observación**

Se realiza una observación (anexo 1) a la zona 105 la cual permite conocer que en la misma no existen áreas disponibles para la realización de Actividades Físico-Recreativas. En la zona se encuentra enclavado el Seminternado Isidro de Armas, que cuenta con instalaciones rústicas y áreas espaciosas donde se pueden realizar actividades. Las áreas deportivas que posee la circunscripción no pertenecen a la zona 105 no existiendo más áreas destinadas a ese fin en la misma, las existentes pertenecen a otra zona u otro Consejo Popular. Durante la observación se comprueba la existencia de áreas que aunque no están destinadas para esta actividad se pueden utilizar con este fin, adaptando las mismas a las dimensiones y estructura de ellas. Las actividades fundamentales que realizan los niños en la zona son: montar patines, bicicletas, carriolas, las que son consideradas de alto riesgo para los mismos, teniendo en cuenta el tráfico existente en las calles de esa zona.

#### **- Análisis de los resultados de la entrevista.**

En la entrevista realizada (anexo 2) a diferentes personas involucradas en las actividades físico-recreativas de la comunidad. Directora de la Escuela

Comunitaria, profesores de Recreación, activistas comunitarios, presidentas de la FMC y a miembros de la comunidad el Presidente del Consejo Popular de la comunidad de la zona 105, de ellos 28 plantean no estar satisfechos con las actividades que se realizan para los niños en la comunidad; lo que representa el 80 %, que sí están conforme contestaron 2 para un 5,71 %, y a veces 5 para un 14,3 %. Plantean que no se realizan actividades sistemáticas 30 lo que representa el 85,7 y que sí 1 para el 2,86 % y a veces 4 representado por el 11,4 %. Con relación a la variabilidad de las actividades 29 señalan la no existencia lo que representa el 82,8%, y 6 a veces para un 17,1%. Todos coinciden, el 100% que la zona no posee áreas destinadas e idóneas para realizar Actividades Físico-Recreativas. Plantean 26 que los niños realizan actividades por si solos lo que representa el 74,3 % y 9 plantean que a veces para un 25,7%. El 100% plantea que la zona no está atendida por profesor de recreación. En la pregunta siete que se les pregunta el por qué los niños no se desplazan a otras zonas para realizar actividades el 100 % de una forma y otra responden que por la edad los padres no se lo permiten, que si tuvieran una persona responsable lo harían. Por último al preguntar sobre las actividades que realizan los niños, coinciden, el 100% que a los más pequeños los padres no les permiten salir, teniendo en cuenta la peligrosidad del área donde habitan, los que lo hacen, generalmente realizan actividades riesgosas en la calle, lo que corrobora la observación realizada al respecto, lo cual se observa en la tabla 1.

**Tabla 1 – Resultados de la entrevistas.**

Entrevistados	Preguntas	Sí	%	No	%	A veces	%
35	1	2	5,71	28	80	5	14,3
	2	1	2,86	30	85,7	4	11,4
	3			29	82,9	6	17,1
	4			35	100		
	5	26	74,3			9	25,7
	6			35	100		
	7	100 % de los padres no le permiten salir					
	8	100% de actividades riesgosas					

### - Análisis de los resultados de la encuesta

Se encuestaron 45 niños motivo de nuestra investigación (Anexo 3 ) donde se determinó que 31 pertenecen al sexo masculino lo que representa 68,9 % y 14 son del sexo femenino 31,1% que todos viven con sus padres , hermanos y en otros casos con abuelos u otros familiares, lo cual se aprecia en la tabla 2.

**Tabla 2 – Resultados de la encuesta.**

Total de niños	Sexo				Edad/Grado				
	F	%	M	%	7Años 2do	8 años 3ro	9 años 4to	10 años 5to	11 años 6to
45	14	31,1	31	68,9	13	9	8	6	9

A todos los niños les gusta realizar actividades con sus amigos después del horario escolar, lo que representa el 100 % En la pregunta 4 se les ofertan una serie de actividades para que señalen las que prefieren, pero ellos señalan indistintamente todas, por lo que se concluye que ellos no poseen preferencia por una actividad determinada, lo que desean es realizar cualquiera actividad mientras que sea con sus compañeros y amigos de la cuadra, lo que quieren es jugar.

Del grupo muestreado, 2 plantean que se desplazan a otros lugares para hacer actividades, lo que representa el 4,4 % mientras que 38 no se desplazan lo que representa un 84,4 % y otros 5 niños que a veces para un 11,1 %; esto respondió a la edad de los niños pues ya sabemos que los padres a los más pequeños no les permiten alejarse de la cuadra. Al preguntarles porque no van lejos de sus cuadras a realizar juegos, plantean que sus padres no los dejan y otros que no tienen quien los lleve.

Al preguntarles sobre las actividades que realizan por las tardes el 100% señalan que van con sus amigos o amigas a jugar en la cuadra como actividad fundamental; aunque en otros momentos les gustan ver televisor, lo cual se aprecia en la tabla 2.1.

**Tabla 2.1 – Otros resultados de la encuesta.**

Encuestados	Preguntas	Sí	%	No	%	A veces	%
45	3	45	100				
	4	No tienen preferencias por actividades recreativas específicas					
	5	2	4,4	38	84,4	5	11,1
	6	No los dejan salir de la zona a realizar las actividades recreativas					
	7	Si realizan actividades recreativas por sí solos en la cuadra o zona con sus amigos					

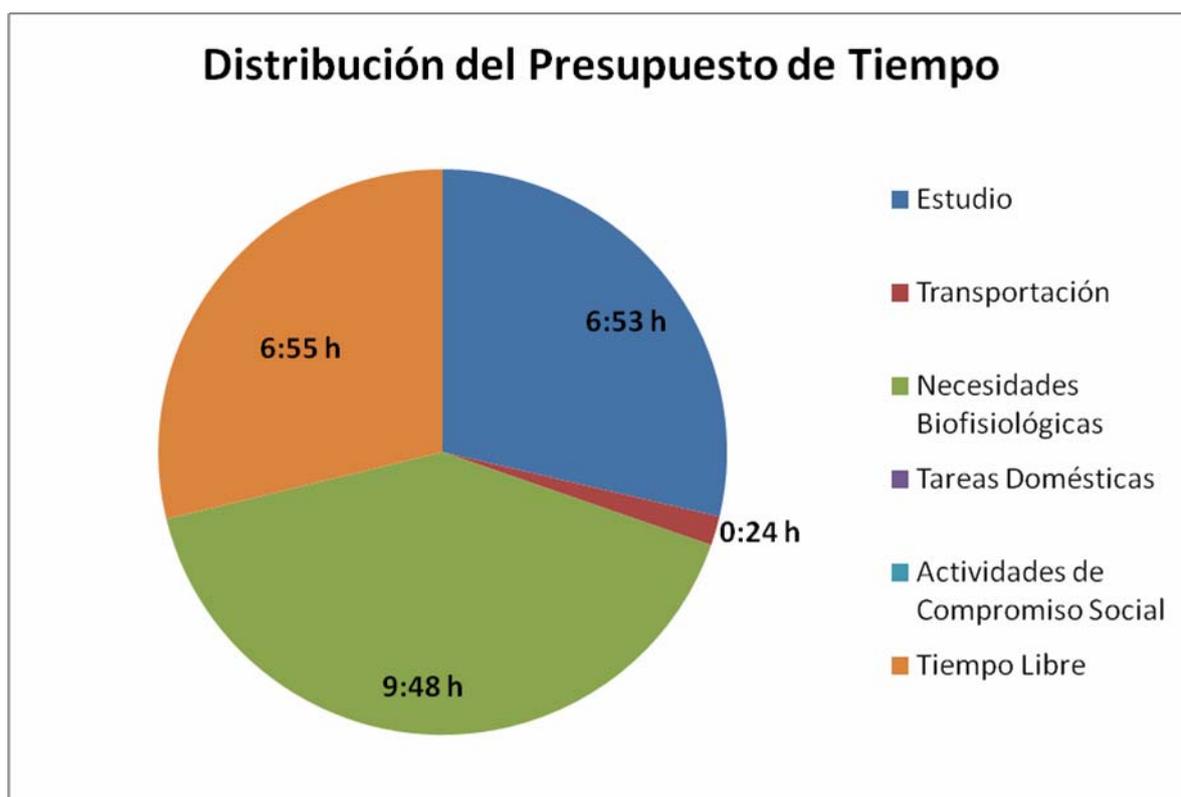
**2.2- Estudio del presupuesto tiempo y tiempo libre de los niños de la zona 105.**

Al realizar el análisis sobre el presupuesto tiempo, partiendo de los resultados de la aplicación del auto registro de actividades a los 45 niños motivos de investigación, arrojó que la distribución del tiempo de ellos se concentra en tres actividades principales: las necesidades biofisiológicas (9 horas 48 minutos, como promedio), el estudio (6:53) y la transportación (0:24), siendo este último considerablemente pequeño en comparación con los dos primeros, pero comprensible, teniendo en cuenta las particularidades de esta edad y que la actividad fundamental que es el estudio la realizan en centros docentes cercanos a su lugar de residencia. Por tanto, el tiempo restante se traduce en una magnitud promedio de tiempo libre de 6 horas, 55 minutos, la cual resulta considerable, y que veremos a continuación la tabla 3 y gráfico 1:

**Tabla 3 - Distribución del presupuesto de tiempo (días entre semana) de la muestra estudiada. (Según resultados del auto registro de actividades).**

MUESTRA	ACTIVIDADES GLOBALES O PRINCIPALES	TIEMPO PROMEDIO
45	Estudio	6:53
	Transportación	0:24
	Necesidades Biofisiológicas	9:48
	Tareas Domésticas	0:00
	Actividades de Compromiso Social	0:00
	<b>Tiempo Libre</b>	<b>6:55</b>
	<b>Tiempo Total</b>	<b>24:00</b>

**Gráfico 1 – Distribución del Tiempo Libre**



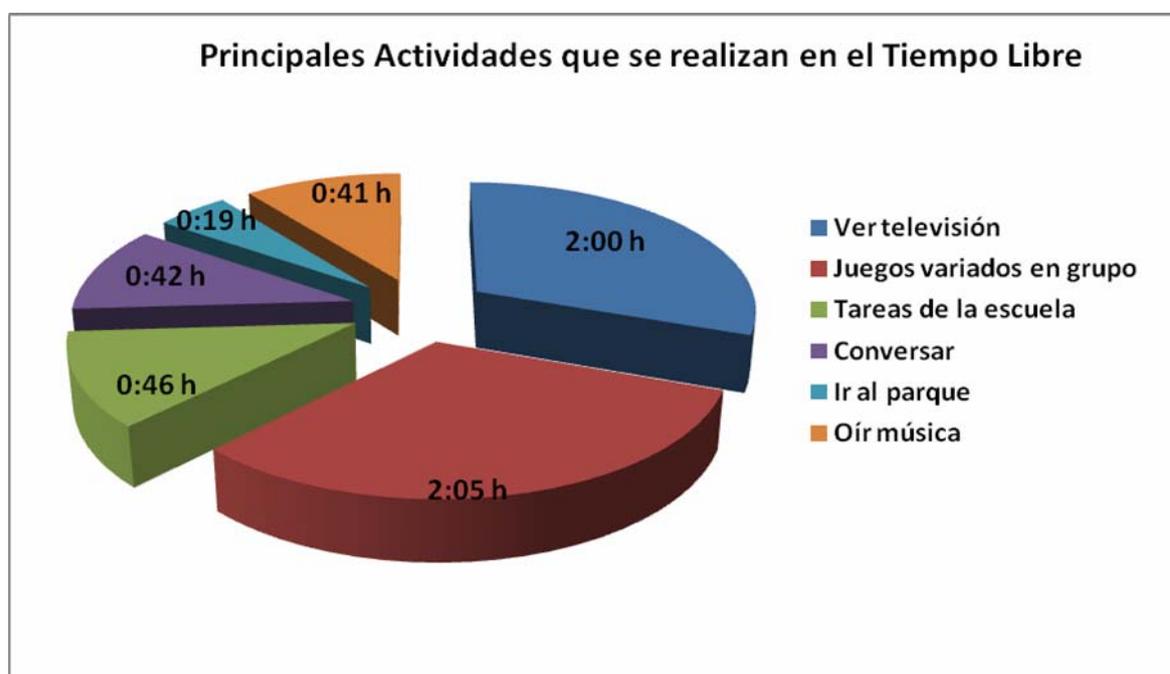
Como se verá a continuación en la tabla 4 y gráfico 2, las principales actividades realizadas en las 6 horas y 55 minutos de tiempo libre promedio, son utilizadas de forma individual, o sea, espontáneas, entre las que resaltan:

Ver televisión (2:00), Juegos variados en grupo (2:05) y las tareas de la escuela (0:46), conversar con sus amigos (0:42), ir al parque (0:19) y oír música (0:41) no apareciendo ninguna actividad recreativa de carácter organizado.

**Tabla 4 - Principales actividades realizadas en el tiempo libre por los niños motivo de investigación (según resultados del auto registro de actividades).**

MUESTRA	ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE	TIEMPO PROMEDIO
45	Ver televisión	2:00
	Juegos variados en grupo	2:05
	Tareas de la escuela	0:46
	Conversar	0:42
	Ir al parque	0:19
	Oír música	0:41
	<b>Total</b>	<b>6:55</b>

**Gráfico 2 – Principales Actividades que se realizan en el tiempo libre**



Con las explicaciones anteriores se concluye que los niños de 7 a 11 años de la zona 105 perteneciente a la circunscripción 127 disponen de 2:05 horas para realizar actividades físicas recreativas siendo este el que se utiliza para el

desarrollo de la propuesta donde se ocupará una parte de su tiempo libre de forma sana permitiendo su formación y desarrollo en la sociedad.

### **2.3 Actividades físico-recreativas para los niños de 7 a 11 años de la zona 105 del Consejo Popular “Capitán San Luis”.**

#### **Fundamentación de las actividades**

Teniendo en cuenta los resultados del diagnóstico previo efectuado a la comunidad objeto de estudio y después de realizar un estudio detallado de los fundamentos teóricos sobre el objeto de la investigación. Se elaboraron Actividades Físico-Recreativas destinadas a los niños de 7 a 11 años de la zona 105 de la circunscripción 127 del Consejo Popular “Capitán San Luis” para lo que se tuvo en cuenta sus intereses y necesidades, así como, las áreas, o espacios disponibles ( por no contar con instalaciones deportivas idóneas ) para la realización de las mismas. Esas actividades poseen la característica de haber sido adaptadas a las condiciones reales de la zona 105 con relación a las áreas seleccionadas para su desarrollo las que no son, por sus dimensiones y diseño las más adecuadas para la realización de las mismas, pero que al efectuar el estudio, la selección de las actividades y la puesta en práctica demostró que la adaptación así como la inclusión de actividades no siempre realizadas pero del interés de los niños puede ser de gran aceptación entre los miembros de la comunidad. En las actividades físico-recreativas seleccionadas, se emplean juegos tradicionales adaptados y vinculados a las distintas áreas del conocimiento, con el objetivo de emplear el tiempo libre de forma sana y que además contribuya a elevar los conocimientos de los niños, incrementando el interés a través del juego por actividades recreativas e intelectuales. Contribuyendo decididamente al mejoramiento del colectivismo, gustos estéticos, conocimientos y la cultura general integral a la cual aspira la sociedad.

Las actividades físico-recreativas se realizan de forma hábil, ligera, rápida y perspicaz con la finalidad de cumplir funciones sensoriales, intelectuales y motrices, vinculadas al aprendizaje y su desarrollo intelectual.

Al confeccionar las actividades se tuvieron en cuenta diferentes factores los que garantizarán que en las mismas se materialicen los procesos de instrucción, formación y desarrollo para lo cual se acepta lo planteado por Pablo Roberto Santos y Lourdes Rodríguez citados en el texto Pedagogía Selección de lecturas (2008) de Maritza Rodríguez y otros.

Social: Se tiene en cuenta al seleccionar las actividades teniendo en cuenta los intereses, gustos y necesidades de los niños a quien van dirigidas, así como las condiciones reales de la comunidad objeto de estudio.

Psicológico: Para seleccionar las actividades se tiene en cuenta las características de los niños que las ejecutarán, nivel de conocimientos, específicamente en las tarjetas didácticas donde se confeccionan con preguntas teniendo en cuenta los conocimientos precedentes de los niños ya que unos cursan segundo grado mientras otro sexto.

Pedagógico: Al crear las condiciones para cada una de las actividades a desarrollar con los niños, que se cumpla el objetivo propuesto y que los medios que se necesiten se encuentren confeccionados y dispuestos para su utilización. ”<sup>[23]</sup>

Para la confección de las actividades se tuvo en cuenta los **Principios** plantados por Aldo Pérez Sánchez (2003).

“ **\_ Tiene lugar dentro del tiempo libre de las personas:** Todas las actividades a realizar se desarrollarán de lunes a viernes en el horario de 5 a 7 pm ocupando dos horas disponibles dentro de su tiempo libre diario destinado a los juegos variados en grupo.

“ **\_ Es una forma de actividad libre, realizada voluntariamente de forma opcional, sin ninguna compulsión:** las actividades fueron seleccionadas teniendo en cuenta los intereses, gustos, preferencias y necesidades de los niños a quienes van dirigidas y teniendo en cuenta las diferencias de edades se seleccionan actividades diariamente de forma variada donde puedan de una forma u otra participar todos los niños.

“ **\_ Debe cumplir una función educativa y autoeducadora, a la vez que su práctica coadyuva al trabajo y a la vida social:** se pone de manifiesto en los juegos seleccionados para cada actividad los que tienen en su totalidad un carácter educativo y en la forma en que se organizan las actividades, donde los niños evaluarán a sus compañeros y responderán preguntas que seleccionarán de acuerdo a su edad y nivel escolar, las exigencias en el cumplimiento de las reglas establecidas, la organización y disciplina formando valores y actitudes adecuadas para nuestra sociedad.

**\_ Debe estar al alcance de todos independientemente de la edad, sexo, talento y capacidad:** se pone de manifiesto en las actividades ya que los niños seleccionados poseen desde 7 años a 11 lo que trae consigo que su nivel escolar abarque desde segundo grado a sexto, que en los juegos intervengan tanto niños como niñas siendo lo más importante que las actividades pueden ser realizadas por todos sin tener en cuenta lo señalado anteriormente.”<sup>[24]</sup>.

#### **Las actividades Físico-Recreativas contienen:**

- Nombre
- Objetivo
- Materiales a utilizar.
- Desarrollo.
- Reglas.

#### **Orientaciones para la aplicación de las actividades:**

Siempre que se realicen actividades con los niños se tiene que preparar previamente, citándolos y creando un horario fijo para la realización de las actividades. El promotor o profesor encargado del desarrollo de las actividades debe preparar el área y los medios para el desarrollo de los juegos, con tiempo de antelación, se les recomienda involucrar a los niños en la confección de los medios para las actividades a desarrollar, lo que los haría sentirse responsables y más motivados al observar que forman parte de la planificación de la actividad en la que van a participar. Se deben seleccionar jefes de equipos que serán los niños que el profesor detecte como líderes positivos dentro del grupo, las actividades fundamentalmente se desarrollarán en forma

de juego competitivo estimulando a los niños con mayor participación y asistencia a las actividades. Las preguntas que se realizarán en los juegos variarán constantemente dejando las que presentaron dificultad en las respuestas y confeccionando otras dirigidas a diferentes esferas y materias.

A continuación se presenta las actividades físicas recreativas para el trabajo en la comunidad con los niños de 7 a 11 años asociado al contexto local del área objeto de estudio pero que por su contenido y estructura proporciona a los profesionales de la recreación desde sus experiencias a realizar adecuaciones que favorezcan la creatividad de los profesores de recreación en los procesos educativos formativos que propicia las Actividades Físico-Recreativas.

## **ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS**

### **Objetivos generales de las actividades propuestas.**

- Ocupar el tiempo libre a través de actividades que contribuyan al desarrollo psicológico, al fortaleciendo del colectivismo así como el compañerismo entre los participantes.

No	Actividad	Lugar	Horario			Frecuencia
			mañana	Tarde	noche	
1	El cascabel escondido	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
2	Mar y tierra	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
3	Tirando la diana	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
4	Pelota loca	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
5	Juego de los bolos	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
6	La gallinita ciega	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
7	Atrapando colores.	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
8	El gato y el ratón.	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
9	El pegado.	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
10	El pañuelo.	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
11	Buscando amigos	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
12	Carrera de saco.	Comunidad		5 a 7 pm		semanal

13	Para bailar	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
14	Para cantar	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
15	Sanco gruñón	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
16	Rabo al burro	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
17	Juegos con pelota	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
18	Juegos de mesa	Comunidad		5 a 7 pm		semanal
19	Planes de la calle	Comunidad		5 a 7 pm		semanal

**Nombre: El cascabel escondido**

**Objetivo:** Caminar en busca del cascabel después del sonido del silbato.

**Materiales a Utilizar:**

En este juego se ha de utilizar, un cascabel.

**Desarrollo:**

El juego se realiza de la siguiente forma:

Se sortea el primer equipo que comienza el juego. Se colocan cinco niños en una fila, cada uno debe tener un número del 1 al 5, uno de ellos tiene el cascabel escondido. Estos niños permanecen con las manos cerrada, hasta que adivine cual lo tiene y luego se mueven nuevamente, se lo cambian entre ellos para que otro niño participe, al frente de ellos se colocan dos equipos en hilera que son los que van a adivinar donde se encuentra el cascabel escondido, diciendo un numero del 1 al 5 para aceptar el niño que lo tiene en su mano cerrada. Si acepta la hilera coge 5 puntos, pero si se equivocan le dan la posibilidad al otro equipo y este pasara al final dándole oportunidad al que se encuentra detrás de él en su hilera. Así ganara el equipo que más cascabeles allá encontrado.

**Reglas del Juego:**

- Se comenzará al sonido del silbato.
- El juego se debe realizar por equipos no menos de 5 niños.

- El niño que adivine donde se encontraba el cascabel se le otorgara al equipo 5 puntos.
- No pueden soplarse entre ellos donde se encuentra el cascabel.
- Se gana con un total de 45 puntos.

**Nombre: Mar y Tierra**

**Objetivo:** Saltar hacia el lugar correspondiente (Mar o Tierra) reaccionando rápidamente a la voz del Profesor.

**Materiales a Utilizar:**

Tarjetas Didácticas y tizas.

**Desarrollo:**

En el suelo se traza una línea, a un lado está el mar y al otro la tierra. Cerca de la línea en el mar o la tierra se mantienen parada una fila de jugadores. Cuando el profesor dice ¡"Mar"! o ¡"Tierra"!, todos deben estar al lado correspondiente de la línea. Si están en el "Mar" y dicen ¡"Tierra"!, deben saltar al otro lado, pero si dices "Mar" se quedarán en el mismo sitio. Cada jugador que juegue correctamente irá acumulando 20 puntos para su equipo. El que se equivoque tiene que contestar una pregunta de las tarjetas didácticas las cuales, tendrán un valor de 20 puntos.

**Reglas del Juego:**

- No puede pisar raya.
- Se juega en equipo.
- Si el jugador salta correctamente irá acumulando 20 puntos.
- Si el jugador salta incorrectamente deberá responder una tarjeta didáctica que tendrá un valor de 20 puntos.
- De no contestar correctamente su equipo perderá dicha puntuación.

**Nombre: Tirando la diana**

**Objetivos:** Tirar con precisión, hasta alcanzar el centro de la diana.

**Materiales a Utilizar:**

Diana y un dardo y varias tarjetas didácticas.

**Desarrollo:**

Se colocaran dos dianas una para cada equipo conformado, los primeros de cada hilera comenzaran el juego, los niños trataran de tirar con precisión hasta alcanzar el centro de la diana, si lo logran acumulan para su equipo 50 puntos si no tiran hacia el centro de la diana contestaran unas tarjetas didácticas, y ganará el equipo que más participe.

**Reglas del Juego:**

- El juego se realizará por equipos (preferentemente dos).
- De no contestar el equipo se pasa al contrario.
- Si tiran hacia el centro de la diana tendrá un valor de 50 puntos.
- Si el tiro sale mal tendrá que contestar tarjetas didácticas.
- Las preguntas deben estar elaboradas previamente.
- Ganará el equipo que más participe en el juego.

**Nombre: Pelota loca**

**Objetivo:** Pasar la pelota de diferente formas rápidamente, sin que caiga al suelo.

**Materiales a Utilizar:**

Dos pelotas una para cada equipo.

**Desarrollo:**

Se componen 2 equipos de los cuales se ubican en hileras. El primero de cada hilera tendrá una pelota y a la señal del profesor debe ir pasando por encima de la cabeza hasta el último jugador.

**Variante:** cambiar la forma de pasar la pelota (entre las piernas, a los lados, por arriba entre otras).

**Reglas del Juego:**

- El juego se realizará por equipos (preferentemente dos).
- El juego comenzará después del sonido del silbato.
- Al equipo que se le caiga la pelota al pasarla de un niño a otro tiene que ir al inicio de la hilera y volver a pasar la pelota.
- Ganará el equipo que más rápido termine de pasar la pelota.

**Nombre: Juego de los bolos.**

**Objetivo:** Lanzar con precisión a una distancia de 20m.

**Materiales a Utilizar:**

- Se pueden utilizar los bolos tradicionales pero de no contar con ellos se pueden confeccionar.
- Preguntas confeccionadas por el profesor (tarjetas didácticas).

**Desarrollo:**

- Este juego consiste en colocar los bolos a cierta distancia del tirador (distancia es igual a 20 m) se toma esta distancia porque no se cuenta con carriles además de ser los jugadores niños entre 7 y 11 años de edad.
- El juego se desarrollará por equipos.
- El profesor debe orientar a los niños sobre la colocación y la forma de lanzar la pelota.
- Según la cantidad de bolos que se derriben, se realizará una pregunta al tirador que estará previamente confeccionada y enumerada por el profesor.

**Reglas del Juego:**

- Marcar la distancia para evitar que los niños realice el tiro desde una distancia menor.
- Si el tirador pisa la raya pierde el tiro.
- La respuesta correcta acumula 20 puntos.
- De no contestar correctamente se pasa al otro equipo.

- Se obtendrá una puntuación de 10 puntos por lanzar.
- Y ganará el equipo que más puntos acumule.

**Nombre: La gallinita ciega.**

**Objetivos:** Atrapar a un jugador después del sonido del silbato.

**Materiales a Utilizar:**

- En este juego se han de usar pañoletas de colores y un silbato.
- Adivinanzas, canciones cubanas, trabalenguas, lecturas de poemas y cuentos cortos.

**Desarrollo:**

- Se utiliza un pañuelo para vendar los ojos.
- Se colocan los niños en un círculo sencillo dentro del que se sitúa un niño con los ojos vendados.
- El juego comienza cuando los niños que se encuentran en el círculo entablan el siguiente diálogo:
- Gallinita ciega ¿qué se te ha perdido?
- Una aguja y un dedal.
- Pues échate a buscarla porque yo la tengo y no te la voy a dar.

Al oír esto la gallinita comienza a tratar de coger a uno de los jugadores, estos se apartan de ella y hacen ruidos para atraerla y luego huirle cuando quien hace de gallinita ciega coge algún jugador este pasa a ocupar su lugar.

**Reglas del Juego:**

- Se limitará el espacio del juego.
- No se empuja.
- Al jugador que agarren debe contestar una pregunta que acumule puntos y si no la contesta se pasa para otro jugador.

**Nombre: Atrapando colores.**

**Objetivo:** Atrapar al mayor número de jugadores según el color correspondiente.

**Materiales a Utilizar:**

- Estambre de dos colores distintos.

**Desarrollo:**

- Se forman dos bandos. Se ata alrededor del brazo de cada uno de los jugadores un estambre de igual color, para cada uno de los bandos y diferentes entre sí.
- Un jugador de cada bando es escogido como atrapador y trata de capturar al mayor número de jugadores que lleven color distinto al suyo.
- Al ser capturado un jugador corre al rincón del atrapador.

**Reglas del Juego:**

- El bando que tenga menos cautivos, en el momento de sonar el silbato, es el ganador.

**Nombre: El gato y el ratón.**

**Objetivo:** Correr alrededor del círculo impidiendo la salida del gato.

**Materiales a Utilizar:**

- No

**Desarrollo:**

- Se forma un círculo sencillo con las manos tomadas. Afuera se deja un jugador que hace el papel de gato y dentro del círculo otro que hace el papel de ratón, todos los niños del círculo representan ratones.
- A la señal del silbato, el niño que hace el papel de gato pregunta.
- ¿Ratoncito, ratoncito que comes? ,
- El ratoncito responde: tamal y queso,
- El gato dice:
- Dame,
- El ratoncito responde,

- No, porque me comes.
- Y el gato empieza a perseguir al ratoncito, los niños han de impedirle la entrada al gato cuando el ratón esta dentro de este, pero si el gato logra entrar, darán salida rápido al ratón, e impedirán entonces que el gato salga.
- Esto lo hacen siempre manteniendo formada la cadena y agachándose para impedir que el gato pase por debajo y si este intenta soltar entonces se ponen rápidamente de pie, el ratón tratará de ponerse lo más lejos posible del gato, y si el ratón es alcanzado se invierten los papeles.
- El profesor puede hacer una nueva selección de gato y ratón para impedir la fatiga en los niños.

**Reglas del Juego:**

- No se deben golpear los niños de ninguna manera.
- Respetar el área de juego.

**Nombre: El pegado**

**Objetivo:** Correr hasta tocar a un compañero disperso en el terreno.

**Materiales a Utilizar:**

- No

**Desarrollo:**

- Se pitea. Uno se queda y los demás se dispersan.
- El que se quede perseguirá a los otros y si logra tocar a uno de ellos, este se queda pegado en el mismo sitio. Otro puede acercársele y pasar por debajo de sus piernas para despegarlo, pero puede ser tocado, a su vez por el perseguidor, y se queda también pegado. Cuando logra pegar a tres, el último de estos se queda, y sustituye al anterior.

**Reglas del Juego:**

- -Solo se pueden pegar tres niños.

**Nombre: El pañuelo**

**Objetivo:** Atrapar el pañuelo reaccionando rápidamente a la voz de mando del profesor.

**Materiales a Utilizar:**

- Un pañuelo.

**Desarrollo:**

- El juego comenzara a la voz del profesor, pueden participar varios jugadores divididos en equipos, en los que cada uno tiene un número. Cada equipo se sitúa en una línea, a unos seis metros, una de la otra, en el centro se traza un círculo en el cual se coloca un pañuelo.
- Cuando se menciona un número, por ejemplo el tres, los de ambos equipos se aproximan al círculo y comienza la lucha por el pañuelo.
- Los dos jugadores se sitúan uno frente al otro con el pañuelo entre ambos. Se vigilan mutuamente observando cada uno si el otro trata de apoderarse del objetivo y buscando la oportunidad de hacerlo al menor descuido del contrario. Uno de ellos amaga que va a coger el pañuelo y el otro se pone en guardia para evitarlo.
- Si al tratar de agarrar el pañuelo, uno es tocado por el adversario, pierde y sale del juego. Si logra apoderarse del pañuelo sin ser tocado, gana. El que pierde sale del juego y el ganador es el rival del próximo que entra a jugar.

**Reglas del juego:**

- Los participantes no pueden salir hasta que no mencionen el número.
- El jugador tocado por el adversario será sustituido por otro jugador.
- Ganará el equipo que más puntuación tenga.

**Nombre: Buscando amigos**

**Objetivo:** Correr hasta agruparse según el número mencionado por el profesor.

**Materiales a utilizar:**

- Tarjetas didácticas.

**Desarrollo:**

Los niños están caminando y otra variante puede ser corriendo dispersos en el área, a la voz del profesor ellos se agrupan según el número que diga el profesor del 1 al 10, y si algún niño se queda sin amigos tendrá que responder una de las tarjetas didácticas como tarea, para así contribuir a la formación integral del niño.

**Reglas del juego:**

- El niño que se quede sin amigo responderá las tarjetas didácticas.
- No se deben golpear los niños de ninguna manera.
- Respetar el área de juego.

**Nombre: Carrera de saco**

**Objetivo:** Saltar en saco hasta alcanzar las tarjetas didácticas.

**Materiales a utilizar:**

- Dos sacos, tizas y tarjetas didácticas.

**Desarrollo:**

- Dos equipos formados en hileras se desplazaran en sacos saltando, hasta donde hay unos círculos señalados con tiza, los cuales van a tener tarjetas didácticas y cada vez que cada jugador llegue al círculo y le dé la vuelta coge una tarjeta y la responde y luego continúa saltando hasta entregarle el saco al otro compañero de su equipo y así sucesivamente.

**Reglas del juego:**

- Ganará el equipo que acumule la mayor puntuación.
- Cada respuesta si es correcta tiene el valor de 20 puntos.

**Nombre: Para bailar**

**Objetivo:** Bailar en parejas según el ritmo seleccionado.

**Materiales a utilizar:**

- Grabadora, cassettes, discos con varios temas musicales.

**Desarrollo:**

- Se colocaran en parejas dispersos, cada pareja tendrá un número en su espalda, se pondrán varios temas musicales los cuales estarán acordes con su edad, tales como (Chachachá, Casino, Pílón, Mozambique, Danzón, Merengue y Reguerón).
- Las parejas bailarán todos los ritmos que se seleccionen por el profesor y ganará las parejas que más resistan bailando.

**Reglas del juego:**

- La pareja ganadora debe ser la que más tiempo bailen.
- Debe ser en un terreno adecuado.
- Las parejas deben formarse por grupos de edades comprendidas entre 7 a 11 años.

**Nombre: Para cantar (Canciones Infantiles)**

**Objetivo:** Cantar después de seleccionado el número de la cesta.

**Materiales a utilizar:**

- Cesta con números.

**Desarrollo:**

- Se sentarán los niños en forma de semicírculo de menor a mayor al frente de ellos, estará el profesor que tendrá una cesta de varios números cuyos números será la identificación de una canción que estarán en una lista que llevará el profesor a escondidas de diversas canciones, que los niños cantarán a través de el transcurso de la actividad.

**Reglas del juego:**

- Todos los niños deben de participar.

- Si alguno no se sabe la canción se le mandará una tarea.
- Ganará el que mejor cante.

**Nombre: Sanco gruñón**

**Objetivo:** Caminar con sancos a una distancia de 5m después del sonido del silbato.

**Materiales a utilizar:**

- Dos juegos de sanco.
- Dos banderas (una azul y la otra roja).

**Desarrollo:**

- Se forman dos equipos uno será el azul y el otro el equipo rojo, cada equipo con un par de sanco le van a dar la vuelta a la bandera a una distancia de 5m y luego le entregarán al niño que le corresponde detrás de ellos y así sucesivamente.

**Reglas del juego:**

- Ganará el equipo que más rápido termine.
- El equipo que pierda contestará unas tarjetas didácticas.

**Nombre: Rabo al burro**

**Objetivo:** Colocar el rabo al burro con los ojos tapados.

**Materiales a utilizar:**

- Cartulina, pinturas y un pincel.

**Desarrollo:**

Se coloca la cartulina en una pared con el burro pintado sin el rabo y los niños formados por equipos comienzan uno de cada equipo a ponerle el rabo a el burro, los niños tienen que tener los ojos tapados y el que le coloque correctamente el rabo al burro tendrá que contestar una de las preguntas en las tarjetas didácticas.

### **Reglas del juego:**

- No se les puede decir a los niños donde poner el rabo.
- Solo pueden decir frío caliente y tibio.
- El que coloque el rabo bien tendrá que contestar una tarjeta didáctica, si la contesta bien acumula el equipo 5 puntos y ganará el equipo de mayor puntuación.

### **Conclusiones del Capítulo II**

Los niños prefieren la práctica de las actividades físico-recreativas para ocupar su tiempo libre, las que quedan elaboradas teniendo en cuenta sus intereses y necesidades, así como las condiciones concretas de las áreas disponibles para la realización de las mismas en la zona 105 de la circunscripción 127 del Consejo Popular "Capitán San Luis".

## **CONCLUSIONES**

1. El estudio realizado en las diferentes literaturas consultadas, nos evidencian la importancia del ejercicio físico y la recreación en la conservación del estado de salud de los niños como una forma sana y provechosa de ocupar el tiempo libre de los niños.
2. Se constata la no existencia en la zona objeto de estudio de instalaciones o áreas deportivas así como de promotor deportivo, no permitiendo los padres el traslado de los niños a otra zona, pero se pueden desarrollar las actividades adaptándolas a los espacios disponibles.
3. El tiempo libre de que disponen es de 6.55 el que es ocupado fundamentalmente en ver TV y realizar juegos variados permitiendo utilizar 2:05 horas diarias para el desarrollo de la actividad propuesta.
4. Quedan elaboradas actividades físico–recreativas teniendo en cuenta los intereses y necesidades de los niños de la zona 105 perteneciente a la circunscripción #127 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio Pinar del Río.

## **Recomendaciones**

1. Realizar las gestiones y coordinaciones pertenecientes que permitan la implementación de las actividades físico-recreativas elaboradas, así como su extrapolación a otras zonas de la circunscripción, así como a otros Consejos Populares.
2. Continuar trabajando en la realización de trabajos similares que brinden una recreación sana y amena a nuestros niños, y que posibiliten la mejor ocupación de su tiempo libre.

## Referencia Bibliográfica

1. Moreira, R. (1979). La Recreación un fenómeno Sociocultural. Ciudad de La Habana: Editorial José A. Huelga. La Habana, Cuba .55pp.
2. Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (2003). Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos.15pp.
3. \_\_\_\_\_ (2003). Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos.10pp.
4. Grushin, O (1966) “Tiempo libre y desarrollo social”. Instituto de Demanda interna, Centro de Investigación Científico Técnico.78pp.
5. Zamora, R. García, M. (1998). Sociología del Tiempo Libre y Consumo de la Población. Editorial de Ciencias Sociales. La Habana 91pp.
6. Munné, F. (1980). Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico. México. Editorial Trillas. 110pp.
7. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona. Editorial Estela.45pp.
8. Hernández, A. (2000). Psicosociología de la evaluación de programas de actividad física: el uso de indicadores. Revista Digital Educación Física y Deportes (arg). 1-15, Febrero. (Consulta: 22 diciembre 2002). 8y9pp.
9. Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (2003). Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos.8pp.
10. Cuesta Martínez LA. (2004). Conferencia de juego. Facultad de Cultura Física. Pinar del Río. 12pp.
11. Camerino, O. y Castañer, M. (1988). “1001 Ejercicios y Juegos de Recreación”. Barcelona. Paidotribo. 23pp
12. Baltel, W. (1976). Juegos Recreativos. Berlín. Editorial Tribore.10pp.
13. Alfaro Torres Rolando (2002). Juegos Cubanos. Ediciones Abril (2003).

- Ciudad de La Habana, Cuba.67pp.
14. Núñez de Villavicencio, (2006) "Psicología y Salud", Ciudad de La Habana, 2006.79pp.
  15. Arias G (2002) Diagnóstico y evaluación en el desarrollo, desde el enfoque histórico cultural. La Habana Editorial Pueblo y Educación. Pp6.
  16. A.V.Petrovsky (1980).Psicología Pedagógica y de las edades. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana.pp59
  17. Trujillo Tardío Oscar y Col. (2001).Programa 1er Ciclo de la enseñanza. Editorial Deporte.pp11
  18. Sánchez Acosta María Elisa y González García Matilde (2004). Psicología General y del Desarrollo. Editorial Deporte.pp17
  19. \_\_\_\_\_ (2004). Psicología General y del Desarrollo. Editorial Deporte.pp44
  20. Portal Moreno Rayza y Recio Silva Milena. (2005) Comunicación y comunidad. La Habana Editorial Félix Varela.pp18
  21. \_\_\_\_\_ (2005) Comunicación y comunidad. La Habana Editorial Félix Varela.55pp.
  22. González Rodríguez Nydia y Fernández Díaz Argelia (2006) en Selección de lecturas "Trabajo Comunitario." La Habana ONU. Conferencia de Naciones Unidas sobre Medio Ambiente y desarrollo. Río de Janeiro. 1992. pp20.
  23. Álvarez Rodríguez Maritza y Marrero García Silvia (2008) Pedagogía Selección de Lecturas. Pp35
  24. Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (2003). Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos. (Capítulo II).6pp.

## BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez de Zayas, Carlos. La Escuela en la Vida. Ed. Pueblo y Educación. La Habana, 1999.
- Arias H. H. (1995). La comunidad y su estudio.--La Habana: Editorial Pueblo y Educación. --131p.
- Albarrán, M. A. (1993). Tres opciones académicas de la formación profesional en recreación educativa. En: Asociación de Educación Física y Recreación de Puerto Rico (Eds.). Mueévete y Vives saludable. 39 ma. Convención Anual.
- Andrade de Melo. V. y De Drummond, E. (2003).Introducción al ocio. Editora Menole Ltda., Barueri Brasil.
- Artazcoz, Maria M. y OSSA, Andrés. (2002). Algunos aportes de la recreación dirigida para la construcción de la convivencia y la paz. Ponencia VII Congreso Nacional de Recreación. II Encuentro Latinoamericano de Recreación y Tiempo Libre ELAREL. <http://www.funlibre.org>.
- Berlin, Isaiah. Karl Marx. Madrid: Alianza Editorial, 1988. Contiene el pensamiento de Marx y su trayectoria intelectual. Adecuada para lectores universitarios. Microsoft ® Encarta ® 2008. © 1993-2007 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.
- Butler, G. (1963). Principios y métodos de Recreación para la comunidad. Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires.
- Bozhovich L. I. y Blagonadiezshina (1976) Psicología de la personalidad del niño escolar. Ed. Pueblo y Educación, La Habana.
- Bello Dávila, Z y J.C. Casales (2002). Psicología General. La Habana, Editorial Félix Varela.
- Camerino F, O. (2000). Deporte recreativo (pp. 7-19). España: INDE Publicaciones.
- Cervantes, J. (1992). Programación de actividades recreativas. México. Ed. Hungría y Hnos.
- Castellanos Cabrera, R. (2003) Psicología. Selección de textos. La Habana, Editorial Félix Varela.

- Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de
- Colectivo de autores. (2003) Selección de lecturas sobre Psicología de las edades y la familia. La Habana, Editorial Félix Varela.
- Cagigal, J M. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". citius, altius, fortius.- tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
- Cervantes S, J. L. (1992). Programación de actividades recreativas. Ed. Mungía y Hnos., México. - recursos técnicas -operativos para la administración de programas, Conade, México, 1989.
- Cutrera, J. C. (1987).Técnicas de recreación. Ed. Stadium. Buenos Aires.
- Casales, J. C. (1989) Psicología Social. Contribución a su estudio. La Habana, Ciencias Sociales.
- Cruz, L. y col. (2003) Psicología del desarrollo. Selección de lecturas. Facultad de Psicología. Universidad de la Habana. Imprenta Alejo Campertier.
- Domínguez García, L. (1990) Cuestiones psicológicas del desarrollo de la personalidad La Habana, Facultad de Psicología.
- Dumazedier, J. (1971). Realidades del ocio e ideologías. En J.Dumazedier y otros, Ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella.
- Dumazedier, J. (1988) Révolution culturelle du temps libre. París: Meridiens.
- Danfor, H. (1966). Planes de recreación para la comunidad moderna. Ed. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
- Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital, Ef deportes.
- Fernández Ruiz, L. Y col. (2003) Pensando en la personalidad. La Habana, editorial Félix Varela. Tomo 2.
- García F, M. 1995. Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.
- García, M., Hernández, A. y Santana, O. (1982) "Los estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones". En

investigaciones científicas de la demanda en Cuba. Editorial Orbe, La Habana.

- Gayton, C. y col. (1987). Fisiología Humana: 6ta Edición. La Habana, Edición Revolucionaria.
- Guerrero S. (s/a). Algunos aspectos de la historicidad de la recreación en Cuba. Ciudad de la Habana: Impresora José A. Huelga.
- Gabuelsen, A. y Holtzer, C. (1971). Educación al aire libre. Ed. Troquel, Buenos Aire.
- Hernández V, M. Y Gallardo L. (1994). "Marco conceptual: las actividades deportivo-recreativas:" En Apuntes D'educació física. 37: 58-67 Barcelona. Inefc.
- Kolominsky, Ya. L. (1984) La Psicología de la relación recíproca en los pequeños grupos. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
- Liublinskaia, A.A. (1981) Psicología Infantil. Ciudad de la Habana. Editorial de Libros para la Educación.
- López Hurtado. y Col. (2000) Selección de temas psicopedagógicos. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
- Lares. A. (1968). Recreación del tiempo libre. Venezuela Departamento Extensión cultural. División de recreación dirigida al consejo venezolano del niño.
- Martínez del castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas" en Apuntes de educación física. 4: 9-17. Barcelona. INEFC.
- Martínez del Castillo, J. (1985). Apuntes oposiciones de b.u.p. y f.p. año 1985. Tema 49: "El concepto de recreación física en el contexto educativo escolar. Tiempo libre y ejercicio físico".
- Martínez G, M. (1995). Educación del ocio y el tiempo libre con actividades física alternativas. Madrid. Librerías deportivas Esteban Sanz.
- Marx, k. (1966) "Contribución a la crítica a la economía política". Editora política, la Habana.

- Munné, F. (1980). *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. México. Editorial Trillas.
- Martínez G. (1988) *Estudio del desarrollo del pensamiento del escolar menor en el contexto de la Psicología Marxista*. Ed. Universidad de La Habana (folleto), La Habana.
- Oliveras, r. (1996) "El planeamiento comunitario. metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.
- Osorio. E. (2001). *Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación*. Funlibre, Colombia.
- Papis, O. (1999). *El deporte y la recreación del siglo XXI*. Revista Digital de Educación Física y Deportes (Arg) 4 (13), 1-4, Marzo. (consulta: 29 enero 2007).
- Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (2003). *Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos*.
- Pérez, G. (1988). *El ocio y el tiempo libre: ámbitos privilegiados de educación*. En: comunidad educativa, mayo, 6-9.
- Pérez S, A. (2005). *Recreación. Fundamento teórico metodológico capítulo I*.
- Pérez S, A (2002). *Tiempo. Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual*. En V Congreso de Latinoamérica de Tiempo Libre y Recreación.
- Papalia, D. (2004). *Desarrollo humano*. México: Mc Graw Hill.
- Pastor P, J. L. (1979). "Importancia y valoración de la educación física y de los deportes en la recreación" (congreso I.C.H.P.E.R., KIEL, del 23 al 28 de julio de 1979). *Revista Deporte 2000*, diciembre, no 114: 79-81.
- Pedro, F. (1984). *Ocio y tiempo libre, ¿para qué?* Barcelona: Humanistas.
- Pedraz, M. V. (1988): *Teoría pedagógica de la actividad física*. Madrid, Gymnos. 5p
- Pieron m. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid: Gymnos.
- Puig R, J. M. y Trilla, J. (1985). "La pedagogía del ocio". Barcelona: CEAC.

- Ramos, A. E. y Otros. (1989). Tiempo libre y recreación en el desarrollo local. Monografía. Universidad Agraria de la Habana. Centro de estudio de desarrollo agrario y rural, La Habana. Cuba.
- Ramos, R. A. (2001). Las necesidades recreativas físicas en los consejos populares norte y sur del municipio San José de las Lajas. Unah. Informe Taller Nacional Gestión Tecnológica Medioambiental Municipal. 13.
- Rodríguez, E. y Otros. (1989). Tiempo libre y personalidad. La Habana Editorial Ciencias Sociales.
- Ruiz, J. M. y Hernández, I. (2000). Organización de jornadas lúdicas en espacios no convencionales. Universidad de Almería, España.
- Rodríguez, E. (1982). Tiempo Libre y Personalidad. La Habana. Editorial Ciencias Sociales.
- Rubinstein S. L. (1967) Principios de Psicología General. La Habana Editorial Pueblo y Educación.
- Shukina G. I. (1978) Los intereses cognoscitivos en los escolares. Ed. Ciencias Sociales, La Habana.
- Sánchez Rueda Margarita y Col. Los 100 Juegos del Plan de la Calle (1977) Ediciones Deportivas, La Habana. Editorial ORBE.
- Tabares, F. (2005). Ocio, recreación y desarrollo humano. Memorias VI Congreso Departamental de Recreación. Medellín, mayo 5, 6 y 7 de 2005.
- Tabares, F. (2005). Dimensión social del deporte y la recreación. Jornadas de Trabajo Aprender Jugando. La lúdica como mediación de la enseñanza y el aprendizaje. Instituto Deportes y Recreación INDER Medellín – Asociación de Institutores de Antioquia – Escuela del Maestro. Medellín 26 y 27 de agosto de 2005.
- Vera G, C. (1999). Educación física y recreación en el siglo XXI. Revista Educación Física y Deportes (Arg) 4 (13): 1-5, marzo. (consulta: 24 marzo 2003).
- Vigotski, Lev S., Leontiev, A., Luria, A. (1989) El Proceso de Formación de la Psicología Marxista. Ed. Progreso, Moscú.
- Waichman, P. (1993). Tiempo libre y recreación. Un enfoque pedagógico. Buenos Aires: Editorial PW.

## ANEXOS

### Anexo # 1: "Guía de Observación".

#### Observación realizada a la zona 105 del Consejo Popular Capitán San Luis del municipio de Pinar del Río.

1. Áreas deportivas disponibles\_\_\_\_\_.
2. Condiciones de las áreas\_\_\_\_\_.
3. Promotores o activistas que atienden las actividades\_\_\_\_\_.
4. Terrenos posibles a utilizar\_\_\_\_\_.
5. Que actividades deportivas realizan los niños fundamentalmente.  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
6. Otras actividades que realizan los niños.\_\_\_\_\_.

## **Anexo # 2: “Entrevista”**

### **Entrevista aplicada a informantes claves de la zona 105 de la circunscripción # 127 Consejo Popular Capitán San Luis del municipio Pinar del Río.**

Compañero con vista a mejorar las actividades que realizan los niños de nuestra comunidad en el tiempo libre, estamos realizando un estudio, para lo que necesitamos respondan con toda sinceridad las preguntas del cuestionario, dándole las gracias de antemano por el tiempo que nos dedica.

#### **Cuestionario**

1. Está satisfecho con las actividades que realizan los niños de la comunidad fuera del horario escolar y los fines de semana.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_
  2. Se realizan las actividades sistemáticamente.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_
  3. Existe variabilidad en las actividades que se realizan para los niños por parte de la escuela comunitaria.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_
  4. Posee la zona áreas idóneas para realizar actividades con los niños.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_
  5. Los niños realizan actividades por si solos.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_
  6. La zona es atendida a través de la escuela comunitaria por algún profesor de Recreación.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_
  7. Los niños van a otras zonas dentro de la circunscripción atendidas por profesores de recreación.
  8. Qué actividades observa realizan los niños de la comunidad fuera del horario de clases y fin de semana.
-

### **Anexo # 3: “Encuesta aplicada a los niños de la zona 105”**

Con vistas a mejorar las actividades físico-recreativas que se realizan en la comunidad, y que puedan disfrutar en su tiempo libre con actividades adecuadas a su edad, les pedimos respondan las preguntas que a continuación se les realizan. Muchas gracias.

#### **Cuestionario**

1. Edad \_\_\_\_\_ Sexo \_\_\_\_\_ Grado \_\_\_\_\_
2. Con quién vive: Padre \_\_\_\_\_ madre \_\_\_\_\_ hermanos \_\_\_\_\_ Abuelos \_\_\_\_\_ otros \_\_\_\_\_
3. Te gusta realizar actividades con tus amigos o amigas después del horario escolar.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_
4. Selecciona las actividades que prefieres realizar  
Futbolito                                  Parchís  
  
Voleibol    Damas  
  
Beisbol    Ajedrez  
  
Juegos de cantos                          Programas a jugar  
  
Bailes                                  Juegos donde respondas preguntas.  
  
Otras.
5. Vas lejos de tu cuadra para realizar actividades o jugar.  
Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ A veces \_\_\_\_\_
6. Si no vas lejos de tu cuadra a realizar juego. Señala por qué no lo hace.
7. Que actividades realizas por las tardes cuando llegas de la escuela  
Ver televisor.  
  
Leer.  
  
Escuchar música.  
  
En tu cuadra jugar con tus amigos.  
  
Otras actividades.

