

---

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte  
"Manuel Fajardo"  
Facultad de Cultura Física  
"Nancy Uranga Romagoza"

Tesis presentada en Opción al Título Académico de Máster en  
Actividad Física en la Comunidad.

**Título:** La ocupación del tiempo libre. Una propuesta de programación recreativa en los jóvenes de 15-20 años de la circunscripción # 77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del Municipio de Bahía Honda.

**Autor:** Sergio Rodríguez Gutiérrez.

**Tutor:** MSc. Jorge Luis Cobas Portuondo

Pinar del Río, diciembre del 2009  
"Año del 50 Aniversario del triunfo de la Revolución"

# **Declaración de Autoridad**

---

## **Declaración de Autoridad**

Declaro ser el único autor del presente trabajo y por lo tanto, una vez que el tribunal lo apruebe, le concedo todo el derecho a la Facultad de Cultura Física Nancy Uranga Romagoza de Pinar de Río a hacer uso del mismo con la finalidad que estime conveniente.

## Dedicatoria

Dedico este trabajo a todos los que confiaron en mí, así como a todas aquellas personas que de una forma u otra hayan contribuido a la realización del mismo. Desde mis padres, que me formaron, hasta el tutor que me guió.

A la Revolución, la cual hace posible el desarrollo educacional y científico del país, y nos da el derecho a todos a superarnos.

## Agradecimientos

Largo y difícil ha sido el camino recorrido para llegar hasta aquí, y muchas han sido las personas, que de una u otra forma, me han ayudado a hacerlo. Y hoy, aún cuando intentase mencionarlas a todas, sería imposible. Así que por cuestiones de espacio y nunca de olvido, sólo mencionaré a aquellos que de alguna manera han hecho posible este trabajo.

A mi tutor MSc. Jorge Luis Cobas Portuondo por haberme transmitido sus experiencias y conocimientos, por haber prestado un especial interés en todo el desarrollo de la investigación.

A mi familia, especialmente a mi madre, por haberme traído al mundo, a mis hermanas y a mi padre que conjuntamente con ello me han dado amor, cariño y todo el apoyo durante estos años de estudio y sacrificio.

A mi esposa y a la persona que más quiero: mi hija Liza. Ellos han sido mi principal inspiración para seguir esforzándome y salir cada día mejor.

Gracias a todos aquellos que de una forma u otra han contribuido para que hoy, lo que era un sueño, se convierta en realidad.

### Resumen

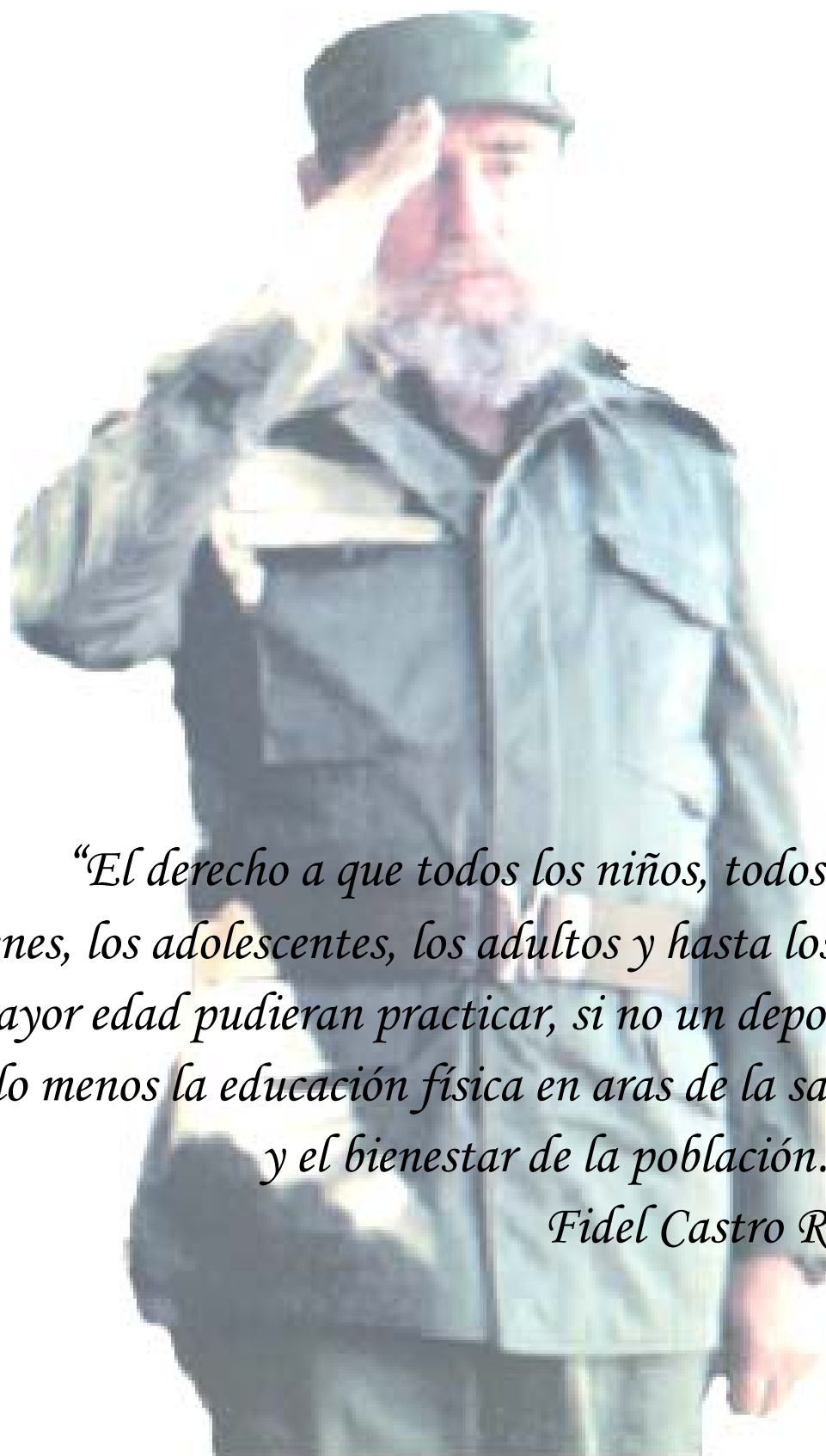
Es evidente que el proceso actual de desarrollo de las investigaciones, objetivamente, va asignado al factor tiempo libre y la recreación, un papel cada vez más importante en las tareas del desarrollo económico y del bienestar social. Esta importancia radica en el reconocimiento al fenómeno recreativo de una función de reproducción y autodesarrollo, así como su influencia en las formas culturales (la Cultura Física entre ellas), lo que permite elevar el nivel cultural, así como la calidad de vida de la población. El estudio se inició con la aplicación de un diagnóstico de la situación concreta del lugar, el cual contempla un grupo de aspectos como: datos socio – demográficos y generales de la población objeto de estudio, ofertas recreativas existentes, así como las necesidades e intereses recreativos, es por ello y conociendo que a través de la observación diaria de qué es lo que se realiza en el horario del tiempo libre, sobre todo en los jóvenes se hace necesario implementar un grupo de acciones encaminadas a transformar aquellas conductas que son proclives para el buen desarrollo humano por lo que el autor hace una propuesta de actividades deportivas, recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes comprendidos entre las edades de 15-20 años de la de la circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del Municipio de Bahía Honda.

**Actividades físico - recreativas, Tiempo libre, Jóvenes**

## Índice

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO-REFERENCIAL</b> .....	<b>10</b>
Introducción .....	10
1.1 Antecedentes históricos .....	10
1.2 Fundamentos teóricos de la investigación .....	13
1.2.1 Consideraciones fundamentales sobre el tiempo libre y la recreación .....	13
1.3 Fundamentos Biológicos, psicológicos, sociológicos.....	20
1.4 La recreación como forma de utilización del tiempo libre.....	27
1.5 La Programación Recreativa.....	32
Conclusiones Parciales del Capítulo I.....	38
<b>CAPÍTULO II: VALORACIÓN DE LOS RESULTADOS ARROJADOS POR LOS INSTRUMENTOS APLICADOS</b> .....	<b>39</b>
Introducción .....	39
2.1 Caracterización de la Comunidad .....	41
2.2 Aplicación para el diagnóstico comunitario de la matriz DAFO.....	42
2.3 Características y estructura del grupo de jóvenes motivo de investigación .....	44
2.4 Resultados de las Observaciones.....	45
2.5 Resultados de la Encuesta a los jóvenes .....	46
2.6 Resultados de la Entrevista a los factores de la circunscripción.....	47
2.7 Análisis del programa de la comunidad.....	48
2.8 Estudio del Presupuesto de Tiempo .....	48
2.10 Procedimientos que sustentan la propuesta .....	51
Conclusiones Parciales del Capítulo II.....	53
<b>CAPÍTULO III: PROGRAMACIÓN RECREATIVA PARA LA OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE DE LOS JÓVENES</b> .....	<b>54</b>
3.1 Principios en los que se sustenta la Propuesta para la Circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau .....	54
3.2 Propuesta de una programación recreativa para los jóvenes del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau.....	55

3.3 Indicaciones Metodológicas u Organizativas-----	58
3.4 Plan de Actividades Fundamentales-----	59
Conclusiones Parciales del Capítulo III-----	68
CONCLUSIONES GENERALES -----	69
RECOMENDACIONES-----	70
ANEXOS-----	71
BIBLIOGRAFÍA-----	¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.



*“El derecho a que todos los niños, todos los jóvenes, los adolescentes, los adultos y hasta los de mayor edad pudieran practicar, si no un deporte, por lo menos la educación física en aras de la salud y el bienestar de la población...”*

*Fidel Castro Ruz.*



## Introducción

En las condiciones del Socialismo y especialmente en el caso de los países que recién inician el camino del desarrollo socialista, a partir de las condiciones de subdesarrollo, engendradas en la etapa de dependencia del imperialismo, la recreación y el tiempo libre devienen en un problema práctico concreto, tanto por las implicaciones económicas que pueda tener su participación en la elevación del nivel cultural y en la formación de la conciencia económica, como por sus connotaciones político- ideológicas.

Este hecho ha determinado que la recreación y el tiempo libre se investiguen científicamente en términos de presupuesto-tiempo, magnitud, estructura y contenido del tiempo libre. Sin embargo, estudios teóricos integrales sobre la recreación como fenómeno social, no han sido abordados, aun cuando en los trabajos mencionados se encuentran antecedentes que aportan elementos para una teoría general de la recreación.

No hay dudas que el triunfo de la Revolución Cubana en Enero de 1959 trajo consigo profundos cambios y transformaciones en la vida social , el movimiento deportivo también sintió la nueva evolución, sana, popular y científica. La necesidad de proporcionar una generación saludable, físicamente, multilateral y armónicamente desarrollada resulta cada vez más una exigencia de nuestra sociedad, se crea el Ministerio de Bienestar Social, el que entre una de sus funciones tenía la de dar atención a la niñez a través de su departamento de recreación.

En nuestro país se viene realizando una labor maravillosa para lograr un incremento nunca visto por ninguna sociedad en el campo cultural, ideológico, artístico, deportivo y de educación en general. Ocupar el tiempo libre mediante actividades físico-recreativas contribuye a formarnos como personas, además de prevenir males que dañan a la sociedad, como: depresión, soledad, aislamiento, alcoholismo, drogadicción Dumazedier (1988).

Atendiendo a lo antes planteado podemos afirmar que una de las

principales actividades que impulsa la recreación es la formación de individuos con un alto valor educativo, capaces de mantener un buen comportamiento en todos los sentidos, promoviendo principalmente valores éticos y morales que constituyan ejemplo ante la sociedad.

El tiempo libre y la recreación, sin dudas, constituyen uno de los principales desafíos actuales, ya que de su correcto uso se tienden a transformar, entre otros aspectos, las condiciones sociales, culturales, económicas y políticas de la sociedad. Es por eso que la utilización adecuada del tiempo libre incide directamente en la creación y calidad de un estilo de vida de la población, pues la realización de correctas actividades recreativas fortalece la salud y prepara al individuo para el pleno disfrute de la vida.

Es asombroso saber que se habla de recreación en cualquier parte, pues atendiendo a su significado permite que las personas la interpreten de formas diferentes, respondiendo cada cual a sus intereses personales o colectivos.

En la elaboración de nuestro trabajo, se enfoca esta actividad como un fenómeno socio-cultural en un mismo contexto con el desarrollo histórico a través de las diferentes características sociales que se han sucedido en nuestro municipio y se analiza además con una fundamentación histórica.

El mismo hecho de ser la recreación un fenómeno social la hace dependiente del grado de desarrollo alcanzado por las fuerzas productivas y del carácter de las relaciones de producción. Valorando estas circunstancias, en el análisis de la recreación hemos podido apreciar objetivamente esta situación como un hecho real que se ha manifestado en cada de las estructuras de nuestro municipio hasta el presente.

Cada día la cultura física y sus diferentes salidas: educación física, deporte y recreación se convierten en una necesidad de cada individuo y de toda la humanidad. Independientemente de esto es evidente que las actividades de la recreación física necesitan de una planificación que responda a los intereses recreativos, puesto que éstos implican una forma de recreación activa y sana,

que tiene como finalidad el desarrollo multifacético de los niños, jóvenes y adultos.

Es evidente que muchas de las actividades recreativas que se realizan, son los jóvenes los que las llevan a cabo, aunque existen irregularidades que limitan las opciones que se brindan para el disfrute de la juventud, la realidad exige que exista una buena planificación partiendo de las posibilidades reales para un desarrollo óptimo de sus programas recreativos.

La planificación y programación de estas actividades debe ser de la preferencia de la sociedad a fin de que responda a los intereses comunes e individuales, lo cual tributa a la conservación del carácter, motivacional y recreativo de las actividades.

La calidad y la creación de un mejor estilo de vida en la población presupone una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre, la salud mental y física de cada persona, puesto que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas físicas fortalecen la salud y lo preparan para el pleno disfrute de la vida y por otro para una buena salud.

Al entrevistar, los directivos plantean que existe un programa rectorado por los Combinados Deportivos, pero que las actividades programadas en reiteradas ocasiones son suspendidas, además de carecer de calidad y muchas veces son irrealizables y no tienen en cuenta los intereses de los diferentes grupos etarios, ocasionando esto la no sistematización de ellas, destacando la necesidad de planificarlas y llevarlas a vías de hecho utilizando los recursos con que cuentan las acciones y actividades propuestas para elevar la calidad de vida de los habitantes.

Todo lo antes expuesto, unido a la insuficiente planificación y variedad de actividades encaminadas a la ocupación del tiempo libre para lograr una satisfacción recreativa en nuestra población, nos motivó a investigar sobre el tema, tomando como centro a los pobladores de la circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau, del Municipio Bahía Honda de la provincia de Pinar de Río.

Por consiguiente el autor plantea como **problema de investigación**:  
¿Cómo mejorar el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de 15 a 20 años de la Circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau de Municipio Bahía Honda?

El **objeto de estudio** es el proceso de recreación comunitaria de los jóvenes de 15-20 años.

El **campo de acción** es el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de 15 a 20 años de la Circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau de Municipio Bahía Honda.

Siendo nuestro **objetivo** Elaborar una programación de actividades recreativas para mejorar el aprovechamiento del tiempo libre, en la recreación comunitaria, de los jóvenes de 15 a 20 años de la circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda.

Para la solución de esta problemática se trazan las siguientes **preguntas científicas**:

1. ¿Cuáles son los antecedentes teóricos y tendencia actual sobre la importancia del mejoramiento del aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes?
2. ¿Cuál es el estado actual del aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de 15 a 20 años de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda?
3. ¿Qué propuesta de actividades recreativas elaborar para contribuir al aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de 15 a 20 años de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda?

Para la solución a estas preguntas se trazan las siguientes **tareas científicas**.

1. Sistematización de los antecedentes históricos que sustentan la importancia del aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes.
2. Diagnóstico del estado actual del aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de 15 a 20 años de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda.
3. Elaborar la programación de actividades recreativas que contribuyan al aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del Municipio Bahía Honda.

## Método Rector

### ✓ Dialéctico-Materialista

Para utilizar con eficiencia los métodos y las técnicas que permiten penetrar en el objeto de estudio con una posición científica. El enfoque dialéctico permitió estudiar los fenómenos en su objetividad, en su intensidad, en su carácter sistémico y permitió revelar las relaciones internas del fenómeno y el proceso estudiado.

## Métodos Teóricos

### ✓ Análisis-Síntesis

Para relacionar criterios de teorías diferentes, los cuales nos permitirán llegar a generalizaciones, teniendo en cuenta el estudio particular de la problemática en la actualidad acerca de las leyes y principios generales y aplicar, a partir de estas concepciones, una estrategia metodológica encaminada a mejorar el desarrollo de la postura corporal de niños y niñas que intervienen en la investigación.

## ✓ **Histórico-Lógico**

Para determinar y evaluar las tendencias históricas que ha tenido la problemática que se investiga; lo cual permitió ordenar estructuras en forma lógica de investigación.

## ✓ **Inductivo-Deductivo**

Se utilizó para confeccionar el objetivo, en función de seleccionar el conjunto de actividades físico-recreativas para contribuir a mejorar la ocupación del tiempo libre de los adolescentes.

## **Métodos Empíricos**

### ✓ **Observación**

A las actividades que se han desarrollado en los últimos 6 meses de los jóvenes en edades de 15 a 20 años de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda.

### ✓ **Trabajo con documentos**

Se utilizó para consultar las diferentes bibliografías que nos sirvieron para el estudio y análisis de los temas abordados en nuestra investigación, así como para la hora de asumir nuestros criterios.

### ✓ **Encuestas**

Aplicada a los jóvenes de 15 a 20 años con el objetivo de conocer sus criterios en cuanto a oferta, variedad, participación, así como las preferencias de las actividades deportivas-recreativas.

### ✓ **Entrevistas**

Se le realizaron a los directivos de la comunidad con el objetivo de conocer el programa de actividades, su sistematización y viabilidad.

## Métodos Sociales Comunitarios

### ✓ **Investigación- Acción participativa**

En la búsqueda de las necesidades sociales de los jóvenes de 15 a 20 años de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda, como punto de partida para determinar y transformar la realidad social en la que viven.

### ✓ **Estudio de Presupuesto Tiempo**

Realizado a partir de la información arrojada por autoregistro de Actividades (Anexo 4), aplicado a la muestra de 50 jóvenes, permitiendo analizar, el tiempo promedio dedicado a las actividades principales, días entre semana, así como la magnitud promedio de tiempo libre y algunas de las actividades que realizan en el mismo.

### ✓ **Entrevista a informantes claves**

Realizado a los directivos de las organizaciones de masas y políticas en el Consejo Popular.

### ✓ **Forum comunitario**

Utilizado con el propósito de realizar un intercambio con los jóvenes de manera unida, en el cual se expresaron las principales deficiencias que existen en cuanto al desarrollo de las actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre.

### ✓ **Método estadístico Descriptivo.**

En el procesamiento de la información se utiliza el método matemático-estadístico en el cálculo porcentual.

### ✓ **Aporte teórico de la investigación**

El mismo está enmarcado en la propuesta de una programación de actividades recreativas, acordes al trabajo con los jóvenes de 15 a 20 años

para la ocupación del tiempo libre de este grupo de edades donde aparecen los fundamentos teóricos generales que deben sustentar esta propuesta.

## ✓ **Aporte práctico de la investigación**

Radica en ofertar una programación de actividades recreativas encaminado al aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes (15 a 20 años) de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda , teniendo en cuenta la aceptación de los practicantes para desarrollarlas.

## ✓ **Novedad científica de la investigación**

Está dada en fundamentar teóricamente y poner en práctica por primera vez actividades recreativas, que contribuyan a la ocupación del tiempo libre de los jóvenes (15 a 20 años), estando encaminado a la participación de este grupo etario en este tipo de actividades y así satisfacer las necesidades de éstos.

## **Socialización**

Este trabajo ha sido presentado en eventos como: Forum Municipal Julio 2006 Dirección Municipal de Deportes, XVI Forum de Ciencia y Técnica Municipal en su 2da Etapa Julio 2007. Dirección Municipal de Deportes, Evento Ramal de Ciencias Sociales octubre del 2007 Dirección Municipal de Deportes, Fórum Ramal de Ciencia y Técnica Julio 2008 del Municipio Pinar Del Río.

Teniendo en consideración las posibilidades de aplicación de la propuesta, este trabajo se estructura de la siguiente manera:

**Capítulo 1: Marco teórico referencial.** Aquí se analizan los antecedentes de la temática investigada y el estado en que se encuentra la misma en el mundo, en nuestro país y en el municipio. Aparece además la fundamentación filosófica, Martiana y Marxista Leninista.

**Capítulo 2: Marco histórico-metodológico.** En este capítulo se recogen las concepciones metodológicas tenidas en cuenta en la realización de este



trabajo, así como los resultados obtenidos a partir de la aplicación del diagnóstico inicial efectuado.

**Capítulo 3: Análisis de los resultados y presentación de propuesta.**

Presenta los resultados y valoración en la práctica. Comprende además un conjunto de conclusiones y recomendaciones derivadas de los análisis efectuados en cada uno de los capítulos. Además de las Conclusiones, Recomendaciones, Bibliografía y anexos.

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

### Introducción

La necesidad de proporcionar una generación saludable, física, multilateral y armónicamente desarrollada, resulta cada vez más una exigencia de nuestra sociedad. Con la creación del INDER, el deporte cubano, se caracteriza por llevar la Educación Física, el Deporte y la Recreación a los más recónditos lugares del país, eliminando la concepción clasista y discriminatoria que había prevalecido en nuestra sociedad durante los diferentes regímenes hasta el año 1959, haciendo realidad, que la Cultura Física, el Deporte y la Recreación fueran derecho del pueblo.

El hombre puede trabajar y descansar después del trabajo, pero si no dispone de tiempo para incrementar sus conocimientos, para dominar la ciencia, no crece intelectualmente, es decir, que la sociedad no podría conseguir la reproducción ampliada de la fuerza espiritual, por lo que fomentar la cultura, aprovechar el tiempo libre y organizarlo racionalmente, constituye una tarea de gran trascendencia social.

#### 1.1 Antecedentes históricos

El tiempo libre constituye una condición obligatoria en la reproducción espiritual ampliada de la personalidad, por lo que organizarla racionalmente constituye una tarea de gran trascendencia social, esto demuestra que no solo resulta importante cómo se planifican las horas de estudio, sino que resulta igualmente de vital importancia una eficaz planificación del tiempo libre de los jóvenes (fundamentalmente en la edad juvenil entre 15 y 20 años), en aras de contribuir a su completo desarrollo físico, estético, en correspondencia con esto consideramos que existe una necesidad de realizar actividades recreativas organizadas por entidades responsables que contribuyan a transformar el tiempo libre de los jóvenes en un espacio ameno, no dados solo para la diversión y el entretenimiento, sino también para el enriquecimiento físico y espiritual. El hombre puede trabajar y descansar después del trabajo, pero si no dispone de tiempo para incrementar sus conocimientos, para dominar la ciencia

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

no crece intelectualmente, es decir, que la sociedad no podría conseguir la reproducción ampliada de la fuerza espiritual, por lo que fomentar la cultura, aprovechar el tiempo libre y organizarlo racionalmente, constituye una tarea de gran trascendencia social.

Entre los estudios más sobresalientes sobre el tiempo libre y la recreación a nivel mundial se destacan los realizados por:

- ✓ Federico Engels (1845): en el cual hacía un estudio detallado sobre la vida diaria de los obreros en los inicios del capitalismo en Inglaterra.
- ✓ Carlos Marx: acerca del empleo del tiempo en la producción y en la vida social.
- ✓ Frederick Taylor: acerca del empleo del tiempo laboral que tenía como objetivo fundamentar el trabajo desde un punto de vista científico. Se emplea por primera vez el registro de tiempo.
- ✓ Stanilar Stromilin (1924): estudio de gran envergadura con fines de planificación económica basándose en la utilización de 1 día completo, de 24 horas, en grupo de obreros de Moscú.

Santos Guerrero (1977)(43), nos permite enfocar la recreación en el contexto social del desarrollo histórico, a través de los diferentes regímenes sociales que han ocurrido en el país. Se muestra, cómo en las primeras sociedades las manifestaciones recreativas estaban mezcladas con las formas culturales, rituales y productivas, posteriormente al aparecer las sociedades divididas en clases la clase explotadora se apropia del trabajo generado por las fuerzas productivas. Después del triunfo revolucionario de 1959, cuando se inicia el tránsito hacia el Socialismo, esta situación cambia, pues este estado pasa a velar por los intereses espirituales del pueblo y da especial atención a la niñez a través del departamento de recreación, por lo que al pasar los medios de producción a manos de los trabajadores, se introduce el verdadero concepto de recreación para el pueblo, que antes le negaba la división de clases.

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

A partir de la creación del INDER en 1961 y la estructuración del departamento de recreación, se han desarrollado un sinnúmero de programas de actividades recreativas, en gran medida la creación de los Consejos Populares han posibilitado desde el primer momento que dicha actividad tenga un carácter organizado.

En 1966 se lleva a cabo el primer seminario internacional sobre tiempo libre y recreación lo cual originó trabajos relacionados con el tiempo libre realizado por el húngaro Alexander Szalai.

- ✓ Relacionada con el empleo del tiempo libre de la población adulta en Matanzas y Villa Clara por el doctor Aníbal Rodríguez.
- ✓ Estudio del tiempo de los estudiantes y profesores de escuelas primarias realizadas por la doctora Aleyda Coto y Raúl Gutiérrez
- ✓ Empleo del tiempo de las mujeres dirigentes de la FMC realizado por el doctor Enríquez Nezvodovit y Teresa Pérez
- ✓ Participación social de las actividades del CDR en las actividades del tiempo libre en el municipio de Regla por María T. Malvillea y Valdés Marín.

Actualmente, la Recreación en Cuba, continúa respondiendo al carácter clasista y su relación con el sistema imperante, pero en este caso es una preocupación de la sociedad, que la planifica y organiza en función de la formación y disfrute de todas las personas por igual.

Con el desarrollo alcanzado por el proceso revolucionario cubano y los incesantes esfuerzos que nuestra Revolución realiza por crear una población más culta y preparada para la vida, no podemos dejar a un lado a nuestros jóvenes los cuales son el futuro de este proceso, por lo que la planificación de actividades recreativas para ocupar su tiempo libre dentro de la comunidad pasa a ser fundamental, ya que debemos lograr que nuestros jóvenes estén el mayor tiempo posible ocupados en actividades sanas. Por lo que la comunidad

constituye el entorno social más concreto de existencia, actividad y desarrollo del hombre.

### 1.2 Fundamentos teóricos de la investigación

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, etc., de los cuales trataremos a continuación.

#### 1.2.1 Consideraciones fundamentales sobre el tiempo libre y la recreación

El **tiempo social** es la forma de existencia de los fenómenos materiales fundamentales de la sociedad que resultan una condición necesaria para el desarrollo, el cambio consecuente de las formaciones socio – económicas como proceso histórico - natural. Su estructura se presenta en dos partes fundamentales: el tiempo de trabajo y el tiempo extralaboral, que se encuentra fuera de la producción material.

Un análisis ulterior de la estructura del tiempo extralaboral condujo a los investigadores a extraer de este tiempo el propio tiempo libre, que por lo tanto constituye una parte específica del tiempo de la sociedad. ¿Qué es?; ¿Qué representa en sí?

En efecto, el **tiempo libre** es un concepto en el cual se reflejan distintos aspectos de las relaciones económicas, al margen de los procesos de producción, en combinación con otros parámetros del tiempo de la actividad vital de los hombres. Este constituye una necesidad social para el individuo, ya que en cierta medida, de su empleo racional y útil, dependerá el papel que desempeña el hombre, dentro de la sociedad en que se desarrolla.

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 plantean algunas definiciones para su mejor entendimiento: B. Grushin (1966)(45), afirma: "Por tiempo libre se entiende, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario (actividades domesticas, fisiológicas, de transporte, etc.), es decir, el tiempo libre después del cumplimiento de diversas obligaciones.

Otro de los conceptos analizados en la literatura, plantea que el tiempo libre es: "Aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no es de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico, se puede optar por una de ellas.

Los destacados sociólogos cubanos Rolando Zamora y Maritza García (1988)(85), definen teóricamente el tiempo libre como: "Aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para sí, una vez que con su trabajo (de acuerdo a la función o posición de cada uno de sus miembros) ha aportado a la colectividad, lo que ésta necesita para su reproducción material y espiritual, siendo, a su vez, premisa para una reproducción material y espiritual superior. Desde el punto de vista del individuo se traduce en un tiempo de realización de actividades de opción no obligatorio, donde interviene su propia voluntad, influida por el desarrollo espiritual de cada personalidad."

Por lo que analizando los diferentes autores, se asume por el autor: que el tiempo libre es aquel que le resta al ser humano después de haber realizado sus actividades diarias, en el cual realiza actividades de libre elección.

La utilización del tiempo libre se encuentra vinculada el desarrollo de la personalidad socialista. Lo contrario de lo que sucede en la sociedad capitalista, que por estar dividida en clases y basada en la obtención de mayores ganancia," el tiempo se convierte en un elemento más para el consumo y también en un elemento de riqueza adicional para la clase explotadora" (Rodriguez.E, 1982, p38)(75).

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

En correspondencia con lo planteado por Moreira(1979(58) podemos decir que en las condiciones del capitalismo para con el proletariado y la clase obrera de vanguardia, convierten la recreación y el tiempo libre de las personas en un elemento de lucha de clases en los distintos niveles de éstas, especialmente en lo ideológico pues aporta una conceptualización científica, materialista e histórica, imprescindible para aumentar y coordinar las formas de esta lucha , sobre todo en contra de la gran carga ideológica que las teorías burguesas introducen en los conceptos y contenidos de la recreación y el tiempo libre.

En nuestro país las investigaciones sobre el Tiempo Libre surgen, como una necesidad indispensable, a consecuencia del proceso de desarrollo económico y social, a partir del Triunfo Revolucionario y la consolidación alcanzada en estos años por las relaciones socialistas de producción. En estas condiciones, la recreación y el tiempo libre constituyen un problema práctico, concreto, tanto por las implicaciones económicas que puedan tener, por su participación en la elevación del nivel cultural, como en la elevación de la productividad en el trabajo de los individuos que la practican, todo lo cual implica que este enlace posee una connotación política e ideológica.

Es por ello que con el desarrollo alcanzado por el proceso revolucionario cubano y los incesantes esfuerzos, que nuestra Revolución realiza por crear una población más culta y preparada para la vida, no podemos dejar a un lado a nuestros jóvenes, los cuales son el futuro del proceso, por lo que la planificación de actividades recreativas para ocupar su tiempo libre dentro de la comunidad, pasa o ser un factor fundamental.

Las investigaciones en las esferas del tiempo libre y la recreación, además de las tendencias teóricas y cognoscitivas, adoptan connotaciones de índole práctica y ejecutiva y sobre todo se realizan partiendo del estudio de las particularidades de la demanda recreativa de las poblaciones, llevándose a cabo dentro de los aspectos económicos, biológicos, sociológicos y psicológicos.

En el libro “Los juegos recreativos” el autor Bartel Wolfgang (año) enfoca de manera asequible la importancia de los mismos, estableciendo lo que

representaban para los niños, jóvenes y adultos. Permite obtener una valoración objetiva de lo que reporta para la salud física y mental del hombre, así como para el desarrollo de la vida en la sociedad y la formación de la personalidad. También se da una panorámica completa y concreta de un variado número de juegos recreativos que sin dudas enriquecen el tiempo libre en la escuela, el trabajo, la casa o el campismo popular.

En el libro “La sociología marxista del tiempo libre”, los autores Zamora y García consideran a los estudios sobre el empleo de este, como parte integrante de los estudios más generales sobre el modo de vida de las formaciones económico-sociales y específicas.

Cuando hablamos de tiempo libre y práctica de ejercicios, necesariamente debemos hablar de calidad de vida, pues no es hasta hace poco tiempo que se empiezan a relacionar ejercicio físico y salud y por tanto a considerar el ejercicio habitual, como medida de prevención de enfermedades de distinta índole, además de como terapia o tratamiento de ciertas enfermedades, con el fin de que las mismas desaparezcan o al menos no progresen. Por tanto, el ejercicio físico, actividad física o deporte, son elementos condicionantes de la calidad de vida y por consiguiente de la salud y el bienestar, ya que existen suficientes datos, tanto cuantitativos como cualitativos, que concluyen que la actividad física realizada de forma regular es una conducta saludable (Powel, 1988).

Así, podemos decir que la calidad de la vida y la creación de un estilo de vida en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del tiempo libre en otras esferas de la Recreación. O. G. Petrovich (1980)(), en su libro “El tiempo libre y el desarrollo armónico de la personalidad”, consideró a éste como una riqueza social cuando se emplea en el desarrollo armónico del hombre, su capacidad y así mismo, para un aumento mayor del potencial material y espiritual de toda la sociedad.



## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

En este sentido, Marx (1971), atribuía al tiempo libre dos funciones básicas, la de ocio (a la que llamamos reproducción) y la actividad más elevada (denominada auto/desarrollo). La primera dirigida a la regeneración física de los individuos y la segunda destinada al desarrollo de las aptitudes y capacidades humanas.

Atendiendo a estas funciones, el tiempo libre se nos presenta como el conjunto de actividades recreativas que se realizan para alcanzar el desarrollo espiritual de cada individuo donde lo recreativo de la actividad no está en la actividad en sí misma, sino en cómo la emprende el individuo ya que es él quien la define según sus intereses. De ahí que cualquier actividad que se realice en el tiempo libre y aporte características positivas a la personalidad es considerado como recreativo.

La recreación como fenómeno sociocultural de amplia envergadura en las condiciones sociales actuales tiene que ser planificada ya que ella tiene que cumplir con los objetivos de la sociedad.

En nuestro país el desarrollo institucional es consecuente con el desarrollo actual lo que ha permitido esta concepción de trabajo, para la que han tenido en cuenta los objetivos del fenómeno recreativo, definido por:

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

Es por ello que el proceso de programación recreativa debe ser aplicado siguiendo una serie de etapas fundamentales y con carácter dialéctico, a las más diversas áreas de trabajo y sectores poblacionales del país, abarcando centros educacionales, empresas productivas o de servicio, áreas residenciales, comunidades rurales, centros urbanos, regiones agrícolas, asentamientos de montañas y en cualquier lugar donde se pretenda contribuir a la incorporación más plena del individuo a la sociedad.

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

Al realizarse la recreación en el tiempo libre, las funciones que ella debe cumplimentar, son las inherentes a las posibilidades que tiene en sí el tiempo en que se realizan las actividades recreativas, unido al contenido de ellas.

En este contenido se distinguen dos funciones básicas:

1. Reproducción, basada en la reposición de las energías gastadas en el reposo productivo, puestos por descansos pasivos y activos, entretenimientos, relaciones familiares y amistosas, etc.
2. Desarrollo o actividad más elevada, dado por la posibilidad personal que posee cada individuo de crearse condiciones para la participación consciente, la formación de hábitos para la formación y el entretenimiento en cualquier situación social.

En el libro “Tiempo libre y desarrollo social” el autor Grushin, O (1966)(45) nos dice que el tiempo social es la forma de existencia de los fenómenos materiales fundamentales de la sociedad que resulta una condición necesaria para el desarrollo, es el cambio consecuente de las formaciones socioeconómicas como proceso histórico natural.

Su estructura se presenta en dos partes fundamentales: el tiempo de trabajo y el tiempo extralaboral que se encuentra fuera de la producción laboral, realmente esta problemática es muy antigua describiendo una trayectoria que parte desde Aristóteles, ideólogo de la sociedad esclavista, pasando por Karl Marx hasta nuestros días en que mucho se debate y se escribe al respecto.

Al hablar de tiempo libre es preciso destacar la vinculación directa de este fenómeno con la producción social y por tanto su naturaleza económica, antes que socio- psicológica, la cual una vez evidenciada permite el estudio del mismo sobre bases rigurosas.

En efecto, el tiempo libre es un concepto en el cual se reflejan diferentes aspectos de las relaciones económicas, al margen de los procesos de producción, en combinación con los parámetros del tiempo de la actividad vital

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

de los hombres, caracteriza las condiciones de vida de la población, la reproducción de la capacidad física e intelectual, el grado de desarrollo multilateral de las personas, la actividad social y la orientación política, éste constituye una necesidad social para el individuo ya que en cierta medida, de su empleo racional y útil, dependerá el papel que desempeñe el hombre dentro de la sociedad que se desarrolle.

Mediante un uso diversificado y culto del tiempo libre, es posible lograr que los modelos de la sociedad actual se incorporen incesantemente a la conducta y al pensamiento de los hombres contemporáneos. Analizando la importancia de las actividades de tiempo libre, vemos como éstas influyen de forma positiva o negativa (o lo que es decir educativas formativas o reformativas) en el individuo durante el proceso de recreación. Las actividades de tiempo libre no transmiten conocimientos en forma expositiva y autoritaria, sino que moldean las opiniones, influyen sobre los criterios que tienen las personas respecto a la sociedad, sus problemas y sus soluciones. Es decir, ejercen una acción formativa de índole psicológica y sociológica, que opera basada en la motivación y en las necesidades culturales y recreativas de la población, en sus gustos y preferencias

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

Según Maritza García y Rolando Zamora (1988)(85), el presupuesto de tiempo de un individuo no es más que un informe de su vida cotidiana durante un período de tiempo no menor de 24 horas. Analizando este concepto vemos como el presupuesto de un grupo humano está conformado por una serie de actividades de realización cotidiana y que éstas a su vez son específicas en dependencia de su tipo. Este puede determinarse a través del autorregistro de actividades.

Los estudios del presupuesto de tiempo aportan información sobre la magnitud y algunos índices de la estructura del tiempo libre. No obstante, existen otras razones, vinculadas también a la esencia del enfoque cuantitativo del presupuesto de tiempo y a su imposibilidad de medir la dimensión (su contenido), o sea, la faceta cualitativa de su utilización.

El presupuesto de tiempo se calcula para determinados estratos sociales, trabajadores de uno u otro sexo, amas de casa, estudiantes, donde se simplifica la relación que se establece entre ellos en el empleo de su fondo de tiempo el cual implica un proceso de participación social.

### 1.3 Fundamentos Biológicos, psicológicos, sociológicos

Siguiendo las consideraciones y los criterios de A. Amador Martínez (1989) el autor realizó la caracterización de los jóvenes de 15 a 20 años y la resume en los siguientes aspectos:

- ✓ **Vocabulario:** El vocabulario en estas edades se va ampliando con la ayuda de los textos.
- ✓ **Motivación ante el estudio:** En esta etapa la motivación por aprender algo nuevo es elevada, al igual que por conocer aspectos que atañen a la vida y trabajo de los adultos.
- ✓ **Nivel de inteligencia:** En todas las comunidades existen jóvenes con diferentes índices de inteligencia. Aquellos que su desarrollo promedio son aceptables, son capaces de adaptarse a las nuevas situaciones y asimilar conocimientos complejos, más aún si están concebidos

didácticamente y van acompañados de ilustraciones que facilitan su comprensión.

- ✓ **Reacción ante estímulos morales:** Los jóvenes sienten placer cuando se les reconoce que hicieron algo bien hecho, o cuando aprenden rápidamente.
- ✓ **Reacción ante la novedad:** El nivel de reacción ante lo novedoso es alto, se motiva ante lo nuevo y lo interesante.
- ✓ **Rasgos de la personalidad:** En estas edades los jóvenes comienzan a definir rasgos importantes de su carácter y personalidad. Tienen características de ser inteligentes, perseverantes, seguros, francos y sinceros, independientes, alegres y con pensamiento lógico.
- ✓ **La memoria:** Adquiere un carácter más conciente y lógico, vinculándose cada vez más con el pensamiento, lo que hace al adolescente más apto para apropiarse de un cúmulo mayor de conocimientos usando para ello procedimientos lógicos.
- ✓ **La imaginación:** Se desarrolla considerablemente.
- ✓ **El pensamiento:** Puede alcanzar un desarrollo elevado, apareciendo el pensamiento teórico utilizando formas del pensamiento abstracto tales como símbolos, fórmulas, etc.

### Fundamentos biológicos

La recreación física cumple funciones objetivas biológicas y sociales en los jóvenes.

Entre las de marcado carácter biológico tenemos:

- ✓ Regeneración del gasto de fuerza mediante la recreación activa
- ✓ Compensación del déficit de movimiento (falta de actividad muscular dinámica), en el desarrollo normal de la vida.

- ✓ Optimización de las funciones físicas fundamentales, es decir, aumento del nivel de rendimiento físico
- ✓ Perfeccionamiento de las capacidades coordinativas y de las habilidades físico-motoras, especialmente con el fin de una utilización del tiempo libre, rica en experiencias y que promueva la salud.
- ✓ Estabilización o recuperación de la salud.

En ello se pueden observar otras particularidades anatomofisiológicas como son:

- ✓ Continúa el crecimiento corporal y óseo.
- ✓ Aumenta la musculatura y la fuerza.
- ✓ Continúa el proceso de osificación del esqueleto.
- ✓ Se normaliza la relación masa del corazón vasos sanguíneos.
- ✓ Se estabiliza la presión arterial y frecuencia del pulso.
- ✓ Concluye el desarrollo del sistema nervioso central mejorando la actividad analítica - sintética del cerebro.
- ✓ Aumenta la masa encefálica, haciendo más compleja la estructura de la misma, propiciando un perfeccionamiento de los procesos de inhibición y excitación.
- ✓ Mejora de la estabilidad analítico sintética.

### **Desarrollo motor en la juventud**

1. Receso de la alteraciones en la dinámica motriz.
2. Economía en los movimientos y esfuerzos.
3. Se acentúa la rapidez, aumenta la fuerza.

4. Mejora la coordinación de los movimientos.
5. Aumenta la presión y fluidez.
6. Aparece la especialización y el entrenamiento sistemático.
7. Se eleva la motivación por la estética y la condición física del cuerpo.
8. Es renovador, ante todo deporte extremo nuevo.
9. Se debe aprovechar la zona de desarrollo próximo para capacidades y actividades.

### **Fundamentos psicológicos**

Según la Msc. María Elisa Sánchez (2007) “La primera juventud es el periodo más colectivo, lo más importante es ser admitido por lo iguales, sentirse necesario para el grupo y tener en él un determinado prestigio y autoridad”.

### **Características psicológicas en la edad juvenil**

En la situación social del desarrollo

#### *Condiciones externas*

1. Nuevos deberes de exigencia social.
2. Participación ciudadana.
3. Incorporación a organizaciones sociales y políticas.
4. Asume las leyes del país.
5. Se acentúa la exigencia familiar.

#### *Condiciones internas*

1. En el área cognoscitiva se desarrollan los tipos de atención.
2. Se refuerza la percepción por la observación.

3. Se desarrolla el pensamiento teórico científico.
4. Motivación hacia la profesión.
5. Se regulan las emociones.
6. Aumenta las cualidades volitivas.

En estas edades aparecen nuevas formaciones psicológicas tales como:

1. Puntos de vista propios.
2. Aparecen principios.
3. Se desarrolla la autodeterminación.
4. La selección profesional.
5. Selección de la pareja.
6. Se desarrolla la autovaloración y la formación de valores.

### **Relaciones interpersonales en la juventud**

1. Se multiplican las amistades (tolerancia).
2. Se considera la amistad como el primer afecto profundo.
3. Aumenta el colectivismo.
4. Se expresan volitivamente los intereses cognoscitivos y a diferentes esferas de la vida.
5. Desarrollo de amplia participación en la vida social y política.
6. Se amplían las relaciones amorosas.
7. Se aceptan las responsabilidades en los estudios, familia y labores.

La caracterización psicológica de los jóvenes está determinada por:



- ✓ En esta etapa culmina el proceso de formación de la personalidad.
- ✓ Jerarquizan los motivos.
- ✓ Muestran una autorregulación en su comportamiento.
- ✓ Aparece un receso en las alteraciones de la dinámica motriz.
- ✓ Surge nuevamente una etapa culminante, caracterizada por la economía de los movimientos y los esfuerzos.
- ✓ Período de excelente rapidez para el aprendizaje.
- ✓ Rasgos masculinos fuertes y los femeninos suaves.
- ✓ Aumenta la fuerza muscular y la resistencia física.

### **Fundamentos sociológicos.**

Al realizar una caracterización social de los jóvenes de la circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau se pudo apreciar que tienen una marcada deformación vocacional, los rasgos de la personalidad que se manifiestan no son los más correctos, prevaleciendo la desvinculación del estudio y el trabajo, los vicios, (el robo, juegos ilícitos, desviación política).

En esta comunidad se han desplegado diversas alternativas estratégicas las que han ido encaminadas a:

Dimensión socio-sicológica (indicadores):

- ✓ Grado del cumplimiento del plan de acción de la comunidad.
- ✓ Nivel de satisfacción de las necesidades espirituales de la población.
- ✓ Grado de participación de organismos y organizaciones integradas en el cumplimiento del plan de acción.
- ✓ Nivel de empleo en la comunidad.

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

- ✓ Situaciones e indisciplinas sociales, delitos, medidas para enfrentarlos.

### Dimensión educacional (indicadores):

- ✓ Nivel de escolaridad promedio de la comunidad.
- ✓ Alumnos desvinculados del sistema nacional de enseñanza menores de 17 años.
- ✓ Vínculo de escuela-familia-comunidad.

### Dimensión salud (indicadores):

- ✓ Existencia de posta médica y/o médicos de la familia.
- ✓ Permanencia del personal de salud.
- ✓ Oferta de medicamentos en la comunidad.

### Dimensión cultural (indicadores):

- ✓ Cumplimiento de los convenios educación-cultura.
- ✓ Cumplimiento de las actividades culturales para el uso del tiempo libre y la recreación en las comunidades.

### Dimensión ambiental (indicadores):

- ✓ Numero de microvertederos.
- ✓ Existencia del servicio de recogida de desechos sólidos.
- ✓ Limpieza y embellecimiento de la comunidad.

### Dimensión defensa territorial (indicadores):

- ✓ Funcionamiento del sistema único de vigilancia y protección.
- ✓ Participación de los pobladores de la comunidad en las actividades de la defensa

Dimensión servicios (indicadores):

- ✓ Ofertas en unidades comerciales o a través de ferias en puntos móviles o fijos.
- ✓ Calidad de la oferta.

Pero en el ámbito deportivo recreativo no se han establecido parámetros bien concretos que definan los indicadores siguientes:

- ✓ Funcionamiento del consejo voluntario deportivo
- ✓ Calidad y sistematicidad de los equipos deportivos de la comunidad.
- ✓ Mantenimiento y utilización de áreas para el deporte y la recreación.
- ✓ Celebración de torneos de corta y larga duración con recursos comunitarios.
- ✓ Desarrollo de festivales deportivo-recreativos.
- ✓ Celebración de actividades propias de la idiosincrasia de la comunidad.
- ✓ Opciones para el uso del tiempo libre y la recreación de la comunidad.
- ✓ Cumplimiento del programa de recreación de la comunidad.

### **1.4 La recreación como forma de utilización del tiempo libre**

La Recreación es la disciplina que tiene como propósito utilizar las horas de descanso del hombre, al ejecutar actividades creadoras, que lo motivan y enriquecen en los dominios profesionales, culturales, artísticos, deportivos y sociales. Por lo que la recreación no es sólo la agradable forma de pasar el tiempo libre, sino el aprovechamiento del mismo de forma positiva en la sociedad, de manera que contribuya al desarrollo de su personalidad.

Si analizamos conceptualmente la recreación ésta puede ser valorada desde diferentes puntos de vista e intereses, en dependencia de quien la esté valorando y de cómo sea capaz de identificarla.

Jofre Dumazedier (1964)(25) sociólogo francés, define recreación como: “el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales”.

El profesor norteamericano Harry. A. Overtrut (1966) plantea: “la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre con tendencias a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización”. En esta definición se observa que en ella no queda explícita el autodesarrollo que la recreación propicia al individuo, donde éste pueda expresar sus sentimientos, el encuentro de su propio yo, y que propenden en última instancia a su plenitud y a su felicidad y a la participación consciente y responsable en la vida social.

Pérez A. (2003)(64), expresa: “la recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artístico- cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Valorando estas definiciones el autor considera que la recreación debe representar una fuerza activa para el desarrollo pleno de las personas, es decir, desarrollar óptimamente sus facultades, pues a través de la recreación, las personas profundizan sobre el conocimiento del mundo y su percepción para enriquecer su mundo espiritual. La recreación en la actualidad es una disciplina que declara ser formativa y enriquecedora de la vida humana.

Por lo que el autor de esta investigación asume el criterio de que **la Recreación** más que descanso y entretenimiento, es establecer comunicación entre las personas a través de cualquier actividad del tiempo libre que permita

un desarrollo de la idiosincrasia y un enfrentamiento a las circunstancias de la vida sin que para ello exista ninguna presión externa.

Si hablamos de recreación no podemos apartarnos de las **actividades físico deportivas- recreativas**, las cuales son una fuente inagotable de experiencias, enriquecedoras de salud y bienestar. Es un vehículo necesario para la comunicación entre las personas en la sociedad actual.

Al definir las actividades físico recreativas, Martínez del Castillo (1986)(55), acota que: “Son todas las actividades físicas que pueden desarrollarse en el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivas, competitivas...), sin importar el espacio en que se desarrollen, el número de participantes y el cuadro o nivel de organización”.

Las prácticas físico recreativas, son prácticas sociales que se desarrollan en la sociedad; las prácticas implican un consumo individual (material necesario para realizar actividades físicas), y uno colectivo (utilización del equipamiento). El estudio de la sociedad es, por tanto, una fuente de información abstracta para realizar el análisis de las actividades físicas. En definitiva, nos hallamos frente a una actividad como práctica social que será la expresión, materialización y producto de determinadas relaciones sociales.

El autor asume como Recreación Física: conjunto de actividades sanas que se practican en el tiempo libre, a voluntad propia del individuo, éstas pueden tener un contenido Físico- Deportivo, Turístico o Terapéutico, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

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

Por sus características de voluntariedad, de actividad que produce agrado y satisfacción, por ser básicamente una actividad grupal, es decir social; la

Recreación Física se inscribe dentro de las actividades sociales y culturales de la sociedad.

El conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos es a lo que llaman gestión de las actividades recreativas, ésta permite la satisfacción de los participantes y aunque todas deben ocupar su lugar, las mismas deben observarse de la siguiente manera:

**Gustos:** Son aquellas por las que se inclinan y optan los participantes de acuerdo a criterios individuales sin importar el grado de conocimientos, habilidades o hábitos para la práctica de las mismas.

**Intereses:** Los mismos están relacionados con los gustos, dependen de las individualidades condicionadas por las posturas de los participantes, la forma de realización, lugar de realización, el cómo realizarlas y con quienes realizarlas, las dimensiones del tiempo libre, etc.

**Preferencias:** Es el orden de ejecución que el hombre establece en relación a sus gustos y en relación directa con sus intereses

**Las necesidades:** Deben ser dosificadas en función de la edad para que surtan efecto en el organismo, en la prevención de la salud, el rendimiento físico, etc.

**Demanda:** La demanda es la que surge de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de la población de las distintas edades ya sea en la escuela, centro de trabajo, circunscripción, asentamiento, comunidad rural.

**Oferta:** Esta variable es el resultado en la toma de decisiones del sistema de la recreación ante el volumen de información que se diagnosticó para la determinación de los gustos, intereses, preferencias, etc.

La planificación y programación de estas actividades dependen en gran medida de aspectos tan importantes como: la edad de los participantes, los gustos e intereses, así como la cultura requerida para su realización.

El principio fundamental del trabajo en el Consejo Comunitario de Circunscripción es partir de los intereses y necesidades de la comunidad, para

## Capítulo I: Marco Teórico-Referencial

---

ello es esencial contar con un diagnóstico que permita detectar los principales problemas a solucionar, identificar las potencialidades y limitaciones existentes en el barrio y definir los responsables de las acciones que se deben enfrentar para transformar la realidad objetiva.

El sentido de pertenencia e identidad a la comunidad es principio esencial para el desarrollo de las actividades del Consejo Comunitario de Circunscripción, ya que sin el debido respeto a la diversidad de tradiciones, costumbres, hábitos, valores y mitos de los vecinos del barrio, no se alcanza la defensa y el arraigo a lo cotidiano. Es el que desarrolla el sentimiento de aceptación incondicional de toda la cultura material y espiritual que identifica a la comunidad. Sin identidad no existe la comunidad.

El principio de la participación consciente y el papel activo de la comunidad, es factor decisivo en la labor del Consejo Comunitario de Circunscripción, aquí se parte de la toma de conciencia de la mayoría de los vecinos y demás factores del barrio de la realidad cotidiana, de los problemas. De aquí la importancia que el Consejo Comunitario de Circunscripción trabaje para desarrollar la participación activa y consciente de los jóvenes de la comunidad en las acciones.

El Consejo Popular 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 la representa, en los Consejos Populares, los Combinados Deportivos, los cuales deben proyectar el desarrollo de la Cultura Física.

Dentro del sistema organizativo de nuestra comunidad hay que tener en cuenta los factores involucrados para la organización control y ejecución de las diferentes actividades para el trabajo con los jóvenes. Al respecto Salvador Giner (1995) define a las comunidades como "formaciones sociales de carácter emocional, basadas en el sentimiento, en el seno de las cuales cada individuo

considera al otro individuo como un fin en sí mismo, en ellas los individuos se conocen personalmente, participan mutuamente en sus vidas privadas”.

Valorando esta definición vemos cómo el autor deja explícito que para que exista una comunidad, los sentimientos deben ser primordiales para un grupo, pues dentro de él se convive, se comparten las vivencias y hasta el destino personal de sus miembros.

María Teresa Caballero Rivacoba (2004) en el libro “Intervención Comunitaria”, la comunidad se define como: los miembros que habitan en ella, comparten un espacio físico ambiental o territorio específico, su identidad e integración se basa en los intereses, de sus vecinos, por lo que muestran sentido de pertenencia, tradiciones culturales y memoria histórica e integran un sistema de interacciones de índole socio-políticas.

El autor asume el concepto de María Teresa Caballero Rivacoba, (2004) pues considera que en la comunidad se desarrolla un amplio conjunto de relaciones interpersonales. En dicha comunidad existen diferentes grupos sociales que se dividen por sus intereses y necesidades.

Los autores M. Sánchez y E. Wiendsefeld (1977)(78) plantean: que una comunidad se caracteriza por:

- a. Ser un grupo de personas, un agregado social, con un determinado grado de interacción social.
- b. Compartir intereses, sentimientos, creencias, actitudes.
- c. Residir en un territorio específico.
- d. Poseer un determinado grado de organización.

### **1.5 La Programación Recreativa**

Lo más importante dentro de la programación recreativa es el participante, que en este caso es el joven, ya que en él debe estar centrada toda la atención. La programación recreativa debe partir del conocimiento de las necesidades e intereses recreativos, condicionadas por factores determinantes, entre los que se encuentran el socio-económico, demográfico, psicológico, médico, biológico y naturales. En ellos se incluyen otros más específicos como el nivel



profesional de la población, la edad, sexo, tradiciones, siendo éstas necesidades dialécticas y dinámicas.

Los principios dentro de una programación se basan en los hechos que se derivan del estudio del comportamiento humano y de la naturaleza de la sociedad en la cual vivimos, e incluye las experiencias y las soluciones que los dirigentes han enfrentado y solucionado ante problemas y situaciones diferentes.

La idea del diseño de esta programación es realizarla con los jóvenes y no para el adolescente por lo que queda claro que esta propuesta de programación sale de los instrumentos aplicados a partir de los gustos y preferencias de los mismos, por lo que la programación vuelve a los jóvenes una vez confeccionada garantizando así una correcta recreación y ocupación de su tiempo libre.

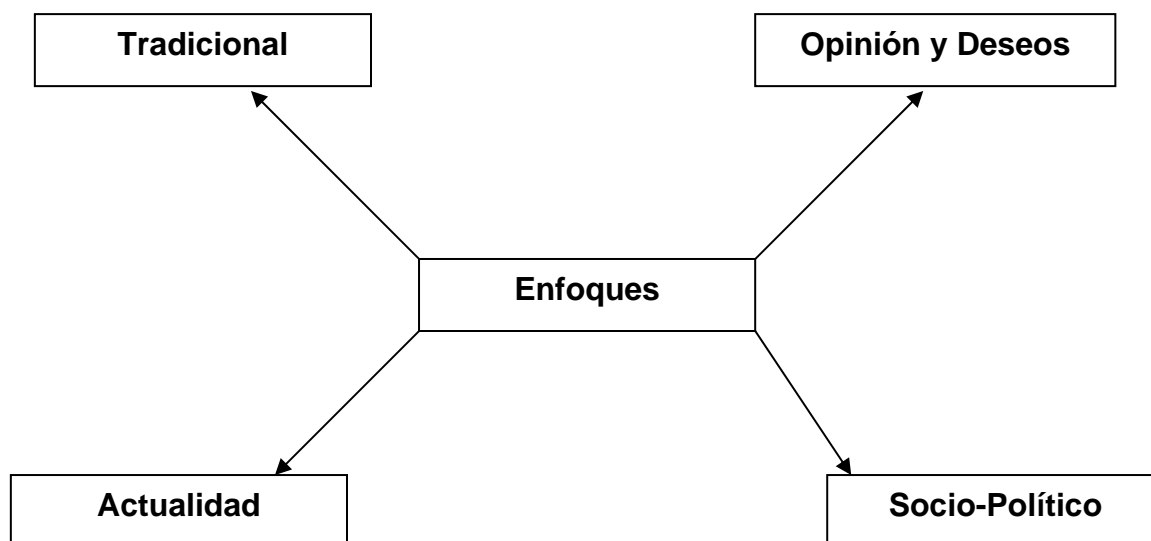
Por lo que el autor asume que una programación debe ser lo más abarcadora posible, como para que aborde un campo amplio de opciones para todos los jóvenes, ampliando los intereses de los mismos y orientándolos a experiencias positivas que permitan desarrollar su cultura personal.

El programa de recreación es el resultado de la programación y de él se derivan los proyectos y actividades.

### **Enfoques básicos en que se basa la Programación**

Con las actividades seleccionadas, teniendo en cuenta la anterior valoración, y las condiciones objetivas de la infraestructura existente, el autor asume, para la elaboración de la propuesta (contenida en el capítulo III), los enfoques que da Aldo Pérez (2003)(64), ya que un programa de recreación debe contener éstos, para ser considerado equilibrado e integral.

Fig. 1 Relación entre los enfoques que sustentan la programación propuesta.



A partir de estos enfoques el autor asume también las características que debe reunir una Programación Recreativa planteado por Fullea (2000)(34). “PORQUE JUGAR... ES COSA DE JUEGO”.

Fig. 2 Características fundamentales que sustentan la programación propuesta.



Las actividades que componen una programación deben tener muy claras las diferentes características de los jóvenes en su desarrollo endogenético, deben ser proyectadas de tal forma que las habilidades adquiridas puedan acompañar a las personas en el transcurso de su vida, sin que esto se constituya en tomar partido por un solo tipo de actividades, sino que debe haber equilibrio entre lo actual y lo futuro.

La aspiración del autor es la de propiciar la salud, el bienestar físico y mental, el desarrollo multilateral de la personalidad de los individuos en el tiempo. A tono con esto, la distribución y utilización del tiempo, es la forma básica en la que el hombre manifiesta sus capacidades, y es el indicador más importante que caracteriza la actividad y desarrollo de su personalidad.

Según Pérez (2003)(64), para el análisis de esta problemática, son utilizados los estudios de presupuestos de tiempo, los cuales permiten obtener información acerca de la distribución temporal de las actividades cotidianas de la población, y por lo tanto son, fuente de valiosas informaciones para los estudios de los servicios vinculados al tiempo libre.

Al respecto de este planteamiento, se asume este estudio en la investigación, pues a partir de él se valora la ocupación del tiempo libre de los jóvenes, teniéndose en cuenta al elaborar la propuesta del programa, las actividades recreativas a realizar a partir de los gustos, intereses, preferencias y necesidades.

Según el propio autor, la programación se divide en diferentes etapas que son de obligatorio tratamiento para realizar un proyecto recreativo en la comunidad:

**Etapas de Diagnóstico:** El Diagnóstico, es una forma de investigación en que se describen y explican los problemas, con el fin de comprenderlos. Está basado en el principio de “comprender para resolver”. Se parte de hechos concretos en la realidad y paulatinamente se van relacionando con las situaciones más generales y las estructuras de la sociedad. Este se apoya en la teoría: En el proceso de diagnóstico juegan un papel importante los conocimientos teóricos sobre la realidad. En esta etapa no solo se puede obtener información descriptiva, sino que también permite precisar las causas específicas de los fenómenos y procesos sociales, partiendo de los estudios de presupuesto de tiempo y el conocimiento de la estructura y el contenido del tiempo libre, para esto se estudian las necesidades, las motivaciones y los gustos, así como otros factores de tipo psicosocial, como los hábitos y las

tradiciones, la valoración social y grupal de las actividades, la influencia de los diferentes grupos etarios.

**Etapa determinación de objetivos:** Los objetivos de un programa pueden definirse como los resultados esperados o como los propósitos que se desean alcanzar dentro de un período determinado a través de la realización de determinadas acciones articuladas (Ander – Eng, E.1989)(3).

A menos que los objetivos de un programa o proyecto estén muy claramente definidos, no es posible programar un conjunto de actividades coherentemente estructuradas entre sí. Por esta razón definir y enunciar claramente los objetivos y metas es la condición esencial y básica para la elaboración de programas y proyectos. Sin embargo, aun teniendo objetivos formulados de una manera concreta e inequívoca, éstos pueden quedar en simples enunciados. Hay que establecer de una manera concreta y precisa cuanto se quiere para alcanzar los objetivos propuestos.

Según Fuente: Ander – Eng, E. (1989)(3) Entre el objetivo general y las metas, suelen darse objetivos específicos. Ahora bien, cada una de las metas debe estar asimilada, articulada al objetivo específico. Y cada uno de los objetivos específicos, el objetivo general, como mostramos gráficamente a continuación.

Valorando esta etapa el autor considera que la misma es determinante para llevar a cabo la programación puesto que **querer hacer** y **cómo hacer** no basta para proponer un objetivo, sino que también hay que tener en cuenta cómo lograr que el mismo sea viable y que sea aceptado por los grupos sociales donde se va a realizar la propuesta.

Por lo que tener concebido los objetivos de la programación, permite seleccionar las actividades recreativas que se ofertarán, considerando las necesidades e intereses.

Una programación de recreación debe contener todas las áreas de expresión de las actividades recreativas, para ser considerada integral, sin

embargo, y de acuerdo con los intereses de la población, habrá que seleccionar aquellas áreas y actividades que mejor sean aceptadas.

**Instrumentación y Aplicación de la Programación:** La instrumentación de la programación implica proveerle de condiciones (espacios donde se desarrollen la programación y recursos necesarios para su ejecución, que es donde se lleva a cabo la programación). Esto se hace por medio del grupo de promotores, profesores, animadores y líderes o activistas, quienes ponen en práctica su capacidad de organización y habilidades para animar y dirigir actividades y los propios participantes. La instrumentación exige una gran dedicación y esfuerzo por parte del grupo de recreación encargado de la programación.

La oferta recreativa en el proceso de programación debe ser movilizativa, aceptada, educativa y creativa sobre la base de las demandas sociales.

**Etapas de evaluación:** Debe buscar la participación activa, de todos los responsables de las distintas áreas de la programación. Sin control es imposible el desarrollo del proceso y sin evaluación es imposible conocer la efectividad y el cumplimiento de los objetivos propuestos.

La evaluación según Monserrat Colomer (citada por Cervantes, 1992)(15) es “un proceso crítico referido a acciones pasadas, con la finalidad de constatar en términos de aprobación o desaprobación, los progresos alcanzados en el programa propuesto y hacer en consecuencia las modificaciones necesarias respecto a las actividades futuras”.

Se puede afirmar que la evaluación es la valorización y medición de las actividades realizadas para la ejecución de lo planificado con él, fin de detectar las deficiencias y poder aplicar las medias y reajustes necesarios. Para realizar los ajustes y disponer de nuevas alternativas a la ejecución de la programación se requiere tener la información necesaria proporcionada por el control y la evaluación ejercida en todas las etapas del proceso de programación recreativa.

### Conclusiones Parciales del Capítulo I

En este capítulo se estableció el marco teórico-conceptual que sirve de base para este trabajo, para ello se abordan las diferentes definiciones sobre recreación, tiempo libre, actividad física recreativas, grupo pequeño, comunidad, características psicológicas de los jóvenes y otros, permitiendo llegar a valoraciones conceptuales que él autor asume o propone a partir del estudio bibliográfico.

La determinación de los fundamentos científicos metodológicos nos permitirán estructurar una programación para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau, que contribuya a la formación de valores desde una recreación sana.

En el estudio de este problema se comprobó que en la actualidad existen múltiples obstáculos objetivos y subjetivos que constituyen barreras para lograr una adecuada integración entre los diferentes factores que interactúan en la comunidad.

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

### Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

#### Introducción

El presente Capítulo tiene como objetivo brindar una panorámica acerca de la concepción metodológica que se ha seguido en el desarrollo del proceso de investigación que ha conllevado a la realización de este trabajo.

Al estudiar los aspectos que tienen que ver con la Recreación Comunitaria, tener mayor claridad en su teoría y seleccionar los métodos de investigación a aplicar, queda aplicarlos y valorar el cumplimiento de estos dentro de la enseñanza.

Comenzaremos realizando una caracterización breve de la comunidad y la muestra objeto de estudio, en la que se determina el presupuesto tiempo y el tiempo libre, a partir de cuyos datos se fundamenta la propuesta de una programación de recreación para los jóvenes de (15-20 años) de la circunscripción # 77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau.

#### Universo, Muestra y Decisión muestral

Para la realización de la investigación el autor consideró un universo de 120 jóvenes de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda de edades comprendidas entre los 15 y 20 años tomando como muestra 50, lo que representa un 41,6 %, el muestreo es aleatorio, simple, probabilístico, los datos son cualitativos y la escala de medición es la de proporción.

#### Definición de términos relacionados con la investigación.

1. **Comunidad:** es una unidad social constituida por grupos que se sitúan en lo que podríamos llamar la base de la organización social vinculado a los problemas de la vida cotidiana con relación a los intereses y necesidades comunes, alimentación ,vivienda, ropa, calzado, trabajo, servicios y tiempo libre, costumbres, tradiciones, hábitos, creencias,

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

cultura, valores, ocupa una zona geográfica con límites más o menos precisos cuya pluralidad de personas interactúan más entre sí que en otro contexto de la misma índole, de lo anterior se derivan tareas y acciones que van acompañadas de una conciencia y un sentido de pertenencia muy relacionado con la historia y la cultura de la comunidad.

2. **Actividades físico-recreativas:** son aquellas que se realizan dirigidas al trabajo del desarrollo tanto de habilidades como de capacidades físicas, para lograr objetivos encaminados a mejorar el nivel de vida de las personas. Es la facultad de moverse, obrar, trabajar o realizar una acción.
3. **Actividades Recreativas:** Conjunto de actividades que se aplican para recrear.
4. **Tiempo libre:** Es aquella parte del tiempo libre que queda después de descartar la relación de actividades laborales, domésticas, fisiológicas y de transportación donde se realizan actividades por libre opción, no obligatorias, a voluntad propia de los individuos.
5. **Recreación:** son actividades sanas que se realizan en el tiempo libre, a voluntad propia, en pleno contacto con la naturaleza y nos brinda una satisfacción inmediata.
6. **Jóvenes:** es una etapa compleja y dentro de ese rango cronológico el desarrollo es diferente en cada individuo, por lo que son significativamente marcadas las diferencias biológicas y psicológicas.
7. **Juegos tradicionales:** son juegos que a pesar del tiempo transcurrido siguen perdurando, transcurriendo de generación en generación manteniendo su esencia y que guardan la producción oral del pueblo. A través de ello se desarrollan capacidades motrices como la rapidez, la fuerza, etc.



## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

8. **Juego:** acción y efecto de jugar. Ejercicio recreativo sometido a reglas y en el cual se gana o se pierde. Habilidad o astucia para conseguir algo. modo de proceder dos o más personas que aspiran al logro de un fin, estando de acuerdo y aparentando lo contrario.

### 2.1 Caracterización de la Comunidad

El contexto social objeto de investigación lo constituye la circunscripción # 77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau, del municipio de Bahía Honda. El mismo está compuesto por 125 CDR, contando con una población total de 8245 habitantes, 16 circunscripciones, tiene 10 escuelas, de ellas 1 secundaria, 1 politécnico y 8 primarias. Además cuenta con 12 asociaciones de combatientes de la Revolución Cubana. Limita al sur con San Diego de Núñez, al este con Silvio Caro y al oeste con Blanca Arena.

En la parte cultural contamos con 1 sala de video y 1 discoteca.

Por la parte del INDER contamos con 1 Combinado Deportivo, 1 terreno de béisbol. 1 cancha de baloncesto y 1 sala polivalente.

En cuanto al área de salud contamos con 1 policlínico comunitario, 1 sala de rehabilitación y 11 consultorios médicos.

En lo referente al comercio este organismo cuenta con 4 unidades comerciales, 2 carnicerías, 1 mercado agropecuario y mercado industrial.

Y la esfera de la gastronomía cuenta con 2 cafeterías, 1 panadería y 1 dulcería.

En la zona industrial contamos con 1 fábrica de hielo.

En esta comunidad existen diferentes grupos sociales, diferenciados por sus intereses y necesidades.

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

### 2.2 Aplicación para el diagnóstico comunitario de la matriz DAFO

La matriz de impactos cruzados es una técnica de diagnóstico que nos permite conocer la situación actual de los factores internos (debilidades y fortalezas) y factores externos (amenazas y oportunidades) y la forma en que interactúan unos con otros, permite utilizar mecanismos para transformar la situación, la lluvia de ideas fue tomada en el forum comunitario a los habitantes y en el Combinado Deportivo a los directivos del mismo.

#### **Matriz DAFO**

##### **FORTALEZAS (F):**

1. Suficiente fuerza técnica para desarrollar el trabajo.
2. Activistas en función de la recreación.
3. Sistema de trabajo educativo en la comunidad.
4. Comunidad cerca del perímetro urbano.

##### **AMENAZAS (A):**

1. Preferencia por otras actividades que no son las que se ofertan.
2. Falta de acción sobre la comunidad.
3. Inclemencias del tiempo.
4. Efectos del bloqueo económico.
5. Presencia de focos religiosos

##### **OPORTUNIDADES (O):**

1. Existencia de personal calificado.
2. El consejo popular bien estructurado.
3. En el municipio existe programa de recreación
4. Revitalización del trabajo comunitario.

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

5. Cuenta con áreas deportivas y recreativas.

### **DEBILIDADES (D):**

1. Tendencia a disminuir la práctica de actividades físicas.
2. Falta de iluminación en las áreas deportivas.
3. Insuficientes medios.
4. Baja participación de los jóvenes.
5. Horario de los profesores

### **Cuadrantes:**

		1	2	3	4	1	2	3	4
F	1	2	2	2	2	1	2	0	2
	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	3	2	2	2	2	0	2	0	0
	4	0	2	2	2	2	2	0	0
						3 0			
D	1	0	0	2	2	2	2	2	2
	2	2	0	2	1	2	2	2	2
	3	2	1	2	1	2	2	2	2
	4	0	0	2	2	2	2	2	2
						19			

**Impacto Grande:** 2ptos

**Impacto Medio:** 1pto

**No Impacta:** 0

Mediante este diagnóstico se pudo determinar cuál es la fortaleza más

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

grande para nuestro trabajo, en este caso es contar con la fuerza técnica especializada, por otra parte la influencia de la mayor amenaza que es la preferencia de los jóvenes por otras actividades que no son las que se ofertan.

Obteniendo como resultados:

<b>Cuadrantes</b>	<b>Oportunidades</b>	<b>Amenazas</b>
<b>F</b>	Ofensiva 30	Defensiva 19
<b>D</b>	Adaptación 19	supervivencia 32

Estrategia de supervivencia, porque todo lo que predominan son elementos, negativos, debilidades y amenazas, por este motivo tramamos un plan de actividades para revertir la situación y ocupar de forma sana el tiempo libre de los jóvenes.

### 2.3 Características y estructura del grupo de jóvenes motivo de investigación

La muestra escogida corresponde a 120 jóvenes representativos de la circunscripción # 77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau, los cuales oscilan entre las edades de 15 a 20 años (40 del sexo femenino y 80 del masculino), predominando la raza blanca; su desarrollo físico esta en correspondencia con la edad, así como su estado de salud y su higiene personal.

Este grupo de jóvenes, se caracteriza por poseer una gran energía, realizando las actividades con una alta intensidad. Manifiestan una gran independencia de sus padres, lo que los hace tener una cierta tendencia hacia la adultez, son vulnerables al peligro pues no le temen a éste. En su mayoría poseen parejas, no específicamente de su edad y poco estables, lo que los hace vulnerables a contraer enfermedades. En este grupo predominan los jóvenes de temperamento sanguíneo, aunque algunos son flemáticos.

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

Su nivel de pensamiento en cuanto a la actividad física es mostrarse con gran rivalidad con sus contrarios, se muestran cohesionados cuando están realizando las actividades, tanto físicas, como recreativas, se motivan con las actividades que se le orientan, son fieles a sus líderes. Un gran porcentaje de las actividades que realizan es de organización individual (espontáneas).

### 2.4 Resultados de las Observaciones (Anexo No.1)

Después aplicar la observación a 5 actividades organizadas para los jóvenes en la circunscripción, en el período Marzo- Diciembre de 2008, se valoró que las mismas se enmarcaban en actividades ya tradicionales como 1 Festival Deportivo Recreativo (de ellas la que más diversidad y participación ofrece), un torneo popular de fútbol (con participación limitada, pues participa solo un equipo de la circunscripción) y tres actividades recreativas pasivas, consistentes en una simultánea de Ajedrez y dos torneos relámpagos de juegos de mesa y tablero. Excepto dos de las actividades pasivas que se realizaron en la sesión de la tarde, día entre semana, el resto se efectuaron el fin de semana (sábado o domingo), en la sesión de la mañana, no realizándose ninguna en el horario nocturno, o con otro tipo de enfoque (cultural, social, medioambiental, etc.), lo que se convierte en una necesidad para la comunidad.

Se apreció además, como se refleja en la tabla No.1, que la idoneidad del lugar, la participación, la calidad y el nivel de satisfacción de las actividades de los jóvenes fue de regular, aflorando que la mayoría de las áreas, son improvisadas, no reuniendo las condiciones óptimas, siendo baja la participación y el grado de motivación de los participantes. Así mismo la calidad de estas actividades se ve afectada por algunas insuficiencias en la divulgación y organización de las mismas.

Divulgación y organización de las mismas.

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

**TABLA 1. RESUMEN GENERAL DE LAS OBSERVACIONES REALIZADAS.**

Actividades observadas	Elementos observados	Parámetros Evaluativos					
<b>4</b>	a- Idoneidad de lugar		5		0		5
	b- Participación		5		5		0
	c- Calidad		0		5		5
	d- Aceptación		5		0		5

### 2.5 Resultados de la Encuesta a los jóvenes (Anexo No.2)

La encuesta realizada a los jóvenes pertenecientes a la circunscripción tomados como muestra arrojó los siguientes resultados:

En cuanto a la pregunta #1 referida a que si se ofertan actividades recreativas 37 jóvenes que representan el 74 % responden de manera insatisfactoria, el 100% plantea que se realiza con carácter mensual, 39 jóvenes que representan el 78% responden que las actividades que se desarrollan tienen un carácter pasivo lo que evidencia la poca motivación de las mismas, 45 jóvenes que representan el 90% desconocen la existencia de programa de actividades recreativas, 39 jóvenes que representan el 78% responden de manera negativa a la pregunta si se tienen en cuenta los gustos y preferencias, 40 jóvenes que representan el 80% manifiestan no participar en las actividades programada en la circunscripción y por último 43 jóvenes que

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

representan el 86% consideran entre regular y mal el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes.

### 2.6 Resultados de la Entrevista a los factores de la circunscripción (Anexo No. 3)

A continuación se reflejan los resultados de la entrevista a los factores vinculados de una forma u otra al desarrollo de la recreación en la circunscripción #77, arrojó información complementaria relacionada con la organización y oferta de actividades recreativas en dicha comunidad, entre las que se destacan diferentes opiniones como:

- ✓ Aun existiendo áreas y locales propicios para la ejecución de estas actividades no se explotan las potencialidades de los mismos, lo que nos hizo reflexionar que éstas tienen un carácter espontáneo y no son planificadas.
- ✓ No se domina el programa de recreación existente, reconociendo que poseen poca información sobre la planificación establecida al respecto.
- ✓ No se establecen las coordinaciones necesarias con los organismos responsables de la actividad, siendo insuficiente la divulgación por parte de los promotores y activistas del área.
- ✓ Las personas involucradas con el desarrollo de estas actividades, a la hora de planificarlas tienen en cuenta fundamentalmente la conmemoración de fechas históricas.
- ✓ Se determinó que el grupo más necesitado de un proyecto de intervención comunitaria en esta comunidad son los jóvenes ya que son los que mayor insatisfacción manifiestan con relación a los espacios para canalizar sus necesidades y preferencias recreativas.

De forma general, aflora la existencia de obstáculos objetivos y subjetivos que constituyen barreras para lograr un adecuado desarrollo de la recreación en la comunidad.

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

### 2.7 Análisis del programa de la comunidad

El Combinado Deportivo en que se enmarca esta circunscripción cuenta actualmente como un proyecto integrador para el desarrollo de la recreación y aprovechamiento del tiempo libre en la misma, el cual se deriva del programa estratégico del Departamento de Cultura Física y Recreación de la Dirección Municipal de Deportes en Bahía Honda.

Partiendo de este programa estratégico dicho proyecto integrador se ajusta a las características de la comunidad, contando además con el diagnóstico específico de ésta, con un plan de acción y un cronograma general de actividades a desarrollar, el cual ha tenido sus desaciertos en cuanto a su cumplimiento.

Los objetivos de este proyecto integrador, así como las actividades que en él se muestran son muy generales, de las que algunos no están en correspondencia con los gustos y preferencias de los jóvenes.

Partiendo del análisis de dicho programa se denota una programación de actividades con un carácter general, pero queda en duda la concreción en la práctica de las mismas, pues no se desglosan estas actividades y no aparecen las formas en que se concretarán. Además, no están diferenciadas acorde a los diferentes grupos etáreos, atendiendo a sus preferencias y sus necesidades, adoleciendo de orientaciones metodológicas que puedan contribuir a la auto preparación de los especialistas.

Por otra parte, no existen actividades diversas tales como físicas, culturales, medioambientales que contribuyan a elevación de una cultura general integral.

### 2.8 Estudio del Presupuesto de Tiempo

El estudio sobre el presupuesto tiempo realizado a la muestra seleccionada, arrojó, en primer lugar la distribución de tiempo que como promedio dedican estos jóvenes, los días entre semana, en cada uno de los rubros o actividades globales, tal y como se puede apreciar en la tabla 5. Aquí llama la atención el bajo tiempo en las actividades de transportación (0,32



## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

minutos), dado porque los dos objetivos fundamentales hacia los que se desplazan estas personas (la escuela y las Instalaciones culturales, sociales y deportivas), les quedan relativamente cerca de sus hogares, siendo pequeño el tiempo empleado para desplazarse a las mismas, que no dependen de tomar ningún medio de transporte. La no existencia de un tiempo dedicado a las actividades de compromiso social, es comprensible en estas edades, donde aún no existen compromisos o responsabilidades importantes con la sociedad. Todo ello da lugar a la presencia de un considerable volumen de tiempo libre, como promedio que resulta ser de 6 horas, 32 minutos.

**TABLA NO. 5- 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
50	Trabajo o Estudio	6:45
	Transportación	0:32
	Necesidades Biofisiológicas	8:15
	Tareas Domésticas	1:56
	Actividades de Compromiso Social	1:25
	Tiempo Libre	6:32

Valorando las actividades que los jóvenes realizan, como promedio, en esas 6 horas, 32 minutos de tiempo libre, de acuerdo con lo que se refleja en la tabla 6, se observa un buen número de ellas, sin embargo, en casi su totalidad constituyen actividades de realización individual, perteneciendo, con la excepción de practicar deportes, al grupo de actividades pasivas.

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

**TABLA NO.6- PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL TIEMPO LIBRE (SEGÚN RESULTADOS DEL AUTO REGISTRO DE ACTIVIDADES).**

MUESTRA	ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE	TIEMPO PROMEDIO
50	Ver Televisión	1:12
	Ir a fiestas	1:52
	Escuchar música	0:40
	Estudiar	0:56
	Practicar deportes	0:43
	Pasear	0:35
	Conversar	1:04
	Juegos de Mesa	1:28
	OTRAS	0:32
	<b>TOTAL</b>	<b>7:02</b>

### 2.9 Análisis de la Aplicación de las Técnicas de Intervención Comunitaria.

**Reunión Comunitaria:** Se realizó una asamblea abierta con todos los miembros de la comunidad que deseaban participar sin distinguir sexo ni edad, en esta reunión se realizó un debate sobre las necesidades de la práctica o realización de las actividades recreativas de la circunscripción sobre todo para la muestra investigada (los jóvenes de 15 -20 años), la objetividad de esta asamblea se cumplió porque se logró sensibilizar a la población, a través del debate abierto sobre las necesidades que tienen la ejecución de esta actividad para los jóvenes, a través de ésta se crearon grupos de trabajo que accionaron conjuntamente con los entes de la circunscripción en el apoyo a la investigación y planteamientos de las actividades más asequibles y de la

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

preferencia de los jóvenes . En la medida que se argumentó en los debates, aparecían nuevas vías y opiniones que ayudaron a la creación de las nuevas opciones, en esta técnica no se desechó ninguna valoración o exposición, sino que todas contribuyeron a la organización y al accionar de nuevos grupos de trabajo.

Otra de las técnicas participativas utilizadas en esta investigación fue la de **Informantes claves** considerándose a personas que conocen la situación de la comunidad en este aspecto, además del problema objeto de estudio, constituidos por: los dirigentes de organizaciones populares (CDR ;FMC; PCC y delegados de circunscripciones y del Poder Popular).

Estos informantes ejercieron su función en la búsqueda de información con otras personas, referente a datos valiosos, ayudando a irradiar en la comunidad vías y formas para hacer llegar la información de los horarios de realización de estas actividades. Todas estas personas tienen las mejores relaciones y conocen la vía para llegar a todos los sectores y personas de la comunidad.

Además, su utilización facilitó la convocatoria de expertos profesionales y líderes populares que aportaron con sus conocimientos gran cantidad de información y orientación, tanto en la investigación como en la posterior aplicación de las actividades recreativas para los jóvenes.

Los instrumentos aplicados comprueban que no se buscan alternativas para ocupar de manera eficiente el tiempo libre de los jóvenes, una de ellas podemos encontrarlas en la recreación, vía eficiente para propiciar la formación de valores en nuestra sociedad.

### **2.10 Procedimientos que sustentan la propuesta**

Una vez confeccionados los diferentes grupos, se utilizaron diferentes técnicas participativas para conocer opiniones de los jóvenes sobre las diferentes actividades que les gustaría realizar, como por ejemplo: la lluvia de ideas, donde el profesor a partir de la exposición de actividades recreativas a

## Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados

---

realizar, anotaba las sugeridas por los participantes, teniéndose en cuenta al confeccionar los diferentes juegos a programar. Además se utilizó el grupo de discusión donde el profesor introducía el tema, actuando como facilitador, pero sin interferir ningún planteamiento.

Para controlar la rivalidad entre los grupos de participantes, ya que todos no pertenecían al mismo CDR, se incluyó la compatibilidad psicológica. Con la aplicación de estos modelos pudimos confeccionar cuatro grupos de trabajo, logrando la mayor afinidad entre sus participantes.

Las relaciones sociales de estos jóvenes, están dadas por la educación brindada por sus padres y la escuela, las cuales son las mejores: existe tendencia al colectivismo, también se observan algunos que hacen su vida completamente aislada motivado esto por el modo de educación.

Se le hizo referencia a los integrantes del grupo de las diferentes actividades recreativas que se realizarán, se escucharon y valoraron sus criterios en los reajustes que deben hacer para que organicen mentalmente la distribución del tiempo libre y su estrategia para el cumplimiento de cada tarea.

A partir de la observación se pudo constatar el comportamiento de los jóvenes y con los datos obtenidos se pudieron confeccionar actividades sencillas, de fácil comprensión, incluso con los jóvenes de menor capacidad de asimilación y bajos resultados académicos. En general, estaban encaminadas a: actuar según la actividad a realizar, lograr el nivel óptimo de excitación, el control de su conducta y su equilibrio emocional, la correcta utilización de su energía positiva y negativa, la concentración de la atención en determinadas actividades, sacrificarse para obtener resultados satisfactorios. Todo ello a partir del reconocimiento, de la importancia que tiene la actividad recreativa en el buen aprovechamiento del tiempo libre.

Además se realizaron varias actividades con intervención de los mayores, logrando que las diferentes instituciones interactúen organizadamente con estos grupos, propiciando la ocurrencia de transformaciones en el resto de los jóvenes de la comunidad.

### Conclusiones Parciales del Capítulo II

Valorando los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial, se aprecia que la programación que se lleva a cabo en la comunidad es insuficiente, el proceso de articulación de sus objetivos y métodos, ya que no se parte de las especificidades de esta, lo que provoca una reducción de la efectividad y eficiencia de la recreación en la misma.

La información recopilada revela la necesidad de buscar alternativas, a partir de las realidades de la comunidad, que promuevan la motivación y participación activa de los jóvenes, a partir de sus necesidades, gustos y preferencias para una recreación más sana, culta y diversa.

## **Capítulo III: Programación recreativa para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes**

### **3.1 Principios en los que se sustenta la Propuesta para la Circunscripción #77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau**

En las condiciones actuales se impone hacer cambios en la recreación de los jóvenes para poder contribuir a su formación como individuos de la sociedad.

El programa de recreación a nivel nacional, provincial y el proyecto comunitario, deben tributar a la satisfacción recreativa de los habitantes de la comunidad, en correspondencia con sus gustos y preferencias para mejorar la calidad de vida de los mismos.

Los objetivos han sido formulados, teniendo en cuenta las cualidades de la personalidad que se quiere contribuir a formar en los jóvenes, desde la ocupación de su tiempo libre, reflejando sentimientos y permitiéndoles un conocimiento amplio en el desarrollo de su personalidad, que posibilitan el cumplimiento de las acciones que se necesitan para llevar a cabo su recreación, de acuerdo a la postura recreativa que pueden asumir.

La programación de recreación diseñada para los jóvenes cumple una función cultural, histórica, ecológica, social, cognoscitiva y formativa que se manifiesta en las habilidades y valores que deben servir de base a los jóvenes en su comportamiento en la sociedad.

La programación se sustenta en tres principios fundamentales, que le permiten una fundamentación científica a la recreación como proceso, desde la base de la pedagogía como ciencia, viendo su objeto como el proceso formativo de la personalidad. Estos son:

1. **Dinámico, participativo, colaborativo y dialéctico:** Este principio permite que el programa esté en constante cambio, transformación y hace que el mismo sea flexible y que se pueda adecuar en dependencia de cómo marche el mismo.
2. **Atención Diferenciada:** Se tienen en cuenta las características particulares de los jóvenes, además de la adquisición de los conocimientos necesarios para el autodesarrollo de los mismos.
3. **Principio de la Actividad:** Cualquier tipo de actividad (proceso consciente) que se analice por su contenido y procedimiento de realización es producto del desarrollo histórico-social del hombre. En este caso los jóvenes deberán realizar las actividades planificadas en el programa, no viéndose la actividad como la suma de acciones o movimientos aislados, sino que estarán interrelacionadas, ordenadas y estructuradas teniendo en cuenta el carácter prolongado, diario y sistemático de las mismas, garantizándose así el carácter creador que cada adolescente le imprima a la ejecución de la actividad.

### 3.2 Propuesta de una programación recreativa para los jóvenes del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau

Este proyecto de Programación que se plantea propicia el desarrollo socio cultural y educativo, promueve el auto desarrollo de la circunscripción, dando pasos positivos y mancomunados con la aplicación de un conjunto de actividades recreativas variadas.

El mismo está estructurado en el empeño de crear una oferta recreativa movilizativa, acertada, educativa y creativa, pero no sobre la base de la demanda irracional, sino con la utilización del desarrollo endógeno de la circunscripción, objetivo y existente, puesta a máxima explotación por las capacidades creadas de un personal técnico y de servicio, en condiciones de dar cumplimiento a los objetivos sociales de la recreación, en las condiciones concretas del desarrollo en nuestro país, asumiendo los criterios del Dr. Aldo Pérez (2003).

### Objetivos Generales:

Garantizar la satisfacción de las necesidades recreativas de los jóvenes, a partir de la diversificación de ofertas según sus gustos y preferencias, incrementando los niveles de participación y contribuyendo a la elevación de la calidad de vida y ocupación sana del tiempo libre de éstos.

### Objetivos Específicos

1. Dar respuesta a las potencialidades recreativas del territorio, con un diseño propio, incrementando las opciones, y servicios educativos de la recreación, con actividades destinadas a la sana ocupación del tiempo libre y la formación de la cultura recreativa de los jóvenes.
2. Diversificar la práctica de las actividades en el tiempo libre en relación con las manifestaciones de la recreación física y las posturas que asumen los jóvenes en cada una de las zonas de la circunscripción.
3. Propiciar una mayor incorporación de los jóvenes de la circunscripción a la práctica de las actividades de tiempo libre.
4. Lograr una explotación óptima de los recursos, áreas e instalaciones de la comunidad.
5. Fomentar la cultura recreativa de los jóvenes, a través de la formación de valores.

Los indicadores que se consideraron en esta propuesta fueron los siguientes: Culturales, Sociales, Históricos, Cognoscitivos, Económicos y Ecológicos.

El **Cultural** contribuye a una formación integral de su universo.

El **Social** está encaminado a suplir necesidades sociales de la comunidad.

El **Histórico** se relaciona principalmente con las fechas alegóricas del año para elaborar las actividades planteadas por los jóvenes, permitiendo fomentar en los jóvenes determinados conocimientos con la historia.



### Capítulo III: Programación recreativa para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes

El **Cognoscitivo** está vinculado fundamentalmente a desarrollar en ellos habilidades que contribuyan a la integración de sus conocimientos con el desarrollo de las mismas.

No	Actividades	Fecha	Hora	Lugar	Responsable
1	Programa a jugar	8/07/08	9:00 a.m.	Parque	Profesor
2	Juegos populares de salón	18/07/08	9:00 a.m.	Batey	Profesor
3	Carnaval Acuático	23/06/08	T/D	San Pedro	Profesor
4	Competencia de Mini-Fútbol	2 -14 /8	9:00 a.m.	Batey	Profesor
5	Competencia de Béisbol	2 -14 /8	9:00 a.m.	Terreno	Profesor
6	Competencia de Beisbolito	2 -14/8	9:00 a.m.	Terreno	Profesor
7	Festival de gimnasia con el niño	31/07/08	9:00 a.m.	Parque	Profesor
8	Plan de la Calle	12/06/08	9:00 a.m.	Parque	Profesor
9	Maratones	26/07/08	9:00 a.m.	Batey	Profesor

## Capítulo III: Programación recreativa para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes

---

10	Simultánea de Ajedrez	26/06/08	9:00 a.m.	Parque	Profesor
11	Triatlón recreativo	05/06/08	9:00 a.m.	Playa	Profesor
12	Festivales deportivos	1-3 /6	T/D	Batey	Profesor
13	Juegos Tradicionales	13/08/08	T/D	Parque	Profesor

El **Económico** está estrechamente relacionado con la importancia que pueden tener para ellos los diferentes procesos que ocurren en los organismos de dicha comunidad.

El **Ecológico** permite poner a los jóvenes en contacto con los problemas medioambientales que inciden en la comunidad.

El desarrollo de la programación se realiza de manera independiente para cada uno de los indicadores, exponiéndose los aspectos más significativos a partir de las bases sobre las cuales se concibe y posteriormente se relata la oferta de actividades dirigidas a los jóvenes, además se dan las orientaciones para realizar las mismas.

### 3.3 Indicaciones Metodológicas u Organizativas

- ✓ Para la puesta en práctica de dicha programación se hace necesario una adecuada coordinación y apoyo de los factores en la circunscripción.
- ✓ Una vez coordinadas y aseguradas las actividades a desarrollar en cada caso (tipo de actividad, fecha, hora, lugar, responsables) se hace imprescindible la amplia divulgación de las mismas. Deberá hacerse utilizando la mayor variedad de vías posibles tales como: murales o

carteles informativos, carteles promocionales e información directa, tanto por los activistas como por los demás factores.

- ✓ Cada actividad general a desarrollar deberá tener un nombre alegórico, en relación con el carácter y objetivo de la misma, lo cual le dará mayor connotación e interés. Además deberá contar con una planificación específica para su feliz realización. contemplar un conjunto de aspectos organizativos, tales como: nombre de la actividad, fecha, hora y lugar de realización, actividades a desarrollar, materiales, recursos e implementos necesarios, personal de apoyo, entre otros.

### 3.4 Plan de Actividades Fundamentales

#### Orientaciones Metodológicas por actividades

##### Descripción del programa( A Jugar)

- ✓ Escoger en cada barrio una instalación deportiva u otro lugar apropiado donde no existan obstáculos que ofrezcan peligro
- ✓ Se competirá cada vez en seis (6) o más juegos donde el equipo que resulte ganador, ganará 10 puntos, el segundo 8 y el tercero 6 en cada juego, sumando el acumulado final para determinar el equipo ganador.
- ✓ Los juegos que tengan puntos adicionales se suman conjuntamente con los puntos acumulados en dependencia del lugar obtenido
- ✓ Se organizará un calendario de competencia dándose a conocer a todos los factores, entre los barrios y las zonas.
- ✓ Se le dará un nombre a cada equipo con el fin de identificarlo con el barrio y hacer la divulgación de esta actividad
- ✓ Se creará un plan de estímulo con los propios ganadores.

##### Estructura

- ✓ Se constituirá un jurado completo por una cifra impar (3 ó 5) integrantes que deben ser profesores de educación física, guías de pioneros o compañeros destacados de los distintos organismos, así como pioneros destacados.

## Capítulo III: Programación recreativa para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes

---

- ✓ Los juegos deben ser tres (3) por cada equipo, situados en la arrancada, en el recorrido y al final, y un juez principal que será el encargado de dar salida y de informar el lugar en que entran los equipos.
- ✓ Se debe crear una comisión donde se discuta la organización general, el asesoramiento de cada programa así como velar porque todos los equipos dominen el reglamento de los juegos.

### **Los juegos son:**

1. Cámbiate de lugar
2. Leones y Leopardos
3. Al rescate
4. Cambio de objeto
5. La Pañoleta
6. Juegos de relevos.

### **Juegos populares de salón**

**Objetivo:** Mantener activos aquellos juegos de preferencia de los jóvenes en esta comunidad.

#### **Desarrollo:**

Entre los juegos populares de salón podemos desarrollar actividades con los propios recursos con que cuentan los participantes y los que la creatividad de los mismos puedan confeccionar. Se utilizaran los propios recursos de que dispone la población aparte de los que se cuentan para su realización.

#### **Organización**

Se organizarán competencias de los distintos juegos, sacando los ganadores a competir con otros barrios de la circunscripción, de ser posible organizar topes entre los ganadores de los Consejos Populares.

También estas actividades podrán desarrollarse libremente a nivel de barrio con la organización que ellos entiendan.

### Entre estos juegos tenemos:

1. Dominó (Se utiliza como medio el propio Dominó que generalmente puede ser hasta el doble 9 o doble 6. Una mesa con una superficie lisa sobre cuatro patas y cuatro asientos. Se puede jugar preferentemente en parejas masculinos, femeninos o mixtos, de 3 a ganar 2, la duración del partido puede ser a 100, 150 o 200 tantos. El primer pase de la data es a 25 y la primera vale doble.)
2. Dama (Lograr hacer la mayor captura de fichas del contrario o bloquearlas de forma tal que no pueda realizar algún movimiento. El ganador tiene 1 punto y el perdedor 0).
3. Parchís
4. Palitos Chinos
5. Dama China
6. Cubilete
7. Barajas
8. Magazines
9. Ajedrez (Las figuras se podrán hacer pintadas en rueditas de cartón diferenciando las blancas y las negras se puede jugar por el sistema de 3 a ganar 2)
10. Béisbol –Dar
11. Tres Fichas en Línea (Para realizar este juego es suficiente tener un trozo de cartón o de papel de unos 15 cm<sup>2</sup>, se trazará un cuadrado con sus dos diagonales y su perpendicular y horizontalmente por sus mitades, cada uno desplazará sus fichas en el sentido que prefiera. El primero que pueda colocar sus ficha en una sola línea será el ganador)
12. La Solterona (Se podrá confeccionar con recortes de cartulina o de cartón a modo de barajas pintándoles o pegándoles figuras por parejas y situando una figura que sea sola, que es la que hace perder al quedarse con ella)

### **Competencia de Minifútbol, Beisbolito y Béisbol**

**Objetivo:** Brindar a los jóvenes diferentes juegos recreativo-físicos en el marco extraescolar, estimulando la competencia participativa.

#### **Desarrollo:**

Esta competencia se desarrolla entre los equipos pertenecientes a los CDR # 1 y 2 de la circunscripción # 77.

Cantidad de equipos participantes: 6

Cantidad total de juegos a efectuar: 15

Cantidad de juegos cada equipo: 5

Fecha: 2 al 14 de abril

Horario de competencias: 4:20 a 6 PM

Días de competencias: miércoles: 2 y 9

Viernes: 4 y 11

Lunes: 7 y 14

Cantidad de juegos diarios: 3

Equipos:

1. Azucareros
2. Granjeros
3. Tabacaleros
4. Agricultores
5. Cañeros
6. Mineros.

### **Festival de gimnasia con el niño**

**Objetivo:** Brindar a los jóvenes diferentes juegos recreativo-físicos en el marco extraescolar, estimulando la competencia participativa.

Esta actividad tiene como objetivo lograr que todos los niños menores de 5 años tengan la oportunidad, conjuntamente con el adulto mayor, de recibir la influencia positiva y necesaria del ejercicio físico como factor de educación, salud y bienestar.

Esta actividad está dirigida a la realización de ejercicios físicos por los niños comprendidos en las edades de 3 a 5 años., debe tener una duración aproximada entre 45 y 50 minutos en correspondencia con la edad del pequeño. Se sugiere que de 2 a 3 años no más de 45 minutos y de 3 a 5 años no más de 50 minutos.

La organización de la actividad se divide en cuatro partes fundamentales.

**Primera parte:** ejercicios de organización y control

**Segunda parte:** ejercicios físicos para el desarrollo físico general.

- ✓ Ejercicios principales
- ✓ Juegos de movimiento

**Tercera parte:**

- ✓ Marcha de orientación
- ✓ Recogida de materiales

**Cuarta parte:**

En esta parte de la actividad se realizarán juegos educativos de:

1. Nociones elementales de matemáticas
2. Desarrollo del lenguaje
3. Dibujo.

### **Maratones populares**

**Objetivo:** Mejorar las relaciones interpersonales entre los jóvenes, así como poner en práctica el aprendizaje de las habilidades de este deporte.

A pesar de que los mismos suelen organizarse para las personas que corren por sus propios medios, el enunciado se refiere a aquellos maratones donde el medio de transporte sea por intermedio de vehículos de condición humana ya sean bicicletas, velocípedos, carriolas, patines, etc.

En el caso de los maratones populares tradicionales, se podrá introducir la bicicleta y otros medios, siempre que las condiciones y las medidas de seguridad lo permitan, las distancias y la reglamentación correrá a cargo de los organizadores.

Se correrán todos los meses en saludo a fechas significativas, siempre premiando a los tres primeros lugares.

### **Juegos tradicionales y populares**

**Objetivo:** Mantener activos aquellos juegos de preferencia de los jóvenes en esta comunidad.

Para el desarrollo de éstos se han tomado algunos juegos de este tipo, respetando los nombres y las reglas con que se conocen en cada territorio.

- a) El pon
- b) El pegadito
- c) Los zapaticos
- d) Marcapié
- e) El Rondón
- f) Las candelitas
- g) Arroz con leche
- h) Las Viandas



### Festivales de deporte y recreación para todos

**Objetivo:** Mantener activos aquellos juegos de preferencia de los jóvenes en esta comunidad.

Los festivales de deporte y recreación para todos se organizarán en el territorio, incorporando al mismo algunas de las actividades que se señalan.

Se tendrán presentes las posibilidades materiales con que se cuenta y la cantidad de personal para trabajar en su ejecución.

Igualmente se tendrá presente el área o instalación donde se realizará a los efectos de la distribución de las actividades seleccionadas

Se procurará que las actividades que se seleccionen satisfagan los gustos e intereses de los participante: entre éstos pudieran ser, por ejemplo:

- ✓ Juegos tradicionales y populares (El Pon, El Pegadito, Los Zapaticos, el Rondón, Marcapié, Las Candelitas, Arroz con Leche, Las Viandas)
- ✓ Juegos- pre-deportivos con reglas especiales (En todos los deportes con pelotas fundamentalmente se pueden organizar, de forma recreativa, juegos adaptados a las características de la zona y a las posibilidades físicas de los participantes)
- ✓ Béisbol: Con lanzamientos al flojo, con dos bases.
- ✓ Voleibol: Partidos a un solo tiempo, con participación de 3 contra 3 y 4 contra 4.
- ✓ Baloncesto: Jugando a las 21 canasta encestadas a medio terreno de 3 contra 3 o 4 contra 4.
- ✓ Fútbol: En terrenos reducidos de tamaño, de baloncesto por ejemplo y con menos cantidad de jugadores y a 11 ó 15 minutos cada mitad del partido.
- ✓ Deporte canino (Se realiza con perros y guías, miembros de los círculos de deporte canino, además de otros aficionados cuyos animales estén adiestrados. El área debe ser despejada, de suelo blando, preferiblemente y nunca menos de 15 m<sup>2</sup>, se coloca tras la

### Capítulo III: Programación recreativa para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes

---

línea de salida y a la orden salen hacia la meta que puedan estar a 50 ó 100 m. gana aquel que llegue primero y sin soltar la trailla del perro, se sitúan dos jueces, uno en la salida y otro en la meta)

- ✓ Exhibiciones y topes de deporte
- ✓ Papalotes (Cada niño, joven o adulto de cualquier sexo participa con un papalote construido por él a una altura mínima, máxima o indeterminada según se acuerde por los jueces (2), se podrá competir por modalidades, técnicas de vuelo, creatividad, alegría, mayor o menor promedio de edad, y en cualquiera de las dos variantes de este juguete (Papalotes, Picúas, Papajuapos, Cubanitos, Coroneles, Chiringas, etc.))
- ✓ Ofertas recreativas y culturales
- ✓ Otras ofertas según posibilidades (Además se pueden organizar otras actividades en forma de competencia, donde los implementos los ponga la propia población como son: carrera de velocípedo, carrera de bicicletas, carreras de carriola, carreras de caballo y carreras de chivichanas)

Los torneos competitivos se podrán desarrollar fundamentalmente para la realización de los juegos interbarrios en diferentes disciplinas deportivas y deportes recreativos, estableciendo un calendario para su realización.

**Triatlón recreativo** (Consta de tres pruebas, cada participante deberá realizar las tres pruebas, en el caso de barrios que no tengan playas o piscinas se sustituirá esta prueba por carreras en saco. Cada una deberá tener como mínimo 100 m en su ejecución. Se nadará una distancia determinada en el estilo que el participante desee, al concluir esta etapa se dirigirá rápidamente a buscar la bicicleta que estará situada en un lugar previamente fijado y efectuará el recorrido indicado, al terminar situará la bicicleta en el lugar de origen y pasarán al tercer evento que es vencer una carrera de 100 m planos, al llegar a la meta se parará el reloj y el que al concluir haya hecho menor tiempo es el ganador)

- ✓ Natación.
- ✓ Ciclismo.
- ✓ Atletismo.

#### **Control del plan de actividades físico - recreativas.**

El control del plan de actividades físico - recreativas nos permite determinar el impacto del mismo sobre los jóvenes de 15 a 20 años a los cuales se les aplicará el mismo.

El control que proponemos consta de:

- Encuestas y observación de satisfacción a los jóvenes de 15 a 20 años.
- Entrevistas a los factores implicados.
- Visitas evaluativas del metodólogo municipal de recreación.

### Conclusiones Parciales del Capítulo III

La estructuración de las actividades integradoras dadas en la propuesta de programación para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes de la circunscripción 77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio de Bahía Honda se realizó sobre la base de los tres principios que se abordaron anteriormente los que determinarán el uso la recreación de una forma sana sobre la base de sus necesidades gustos y preferencias.

La programación diseñada para los jóvenes de la circunscripción 77 del Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio de Bahía Honda cumple una función social, histórica, ecológica, cognitiva y formativa que se manifiesta en las actividades integradoras propuestas.

### Conclusiones Generales

1. Del análisis derivado de los diversos documentos y fuentes bibliográficas consultadas, se constata la gran connotación y atención hacia el tiempo libre y su ocupación a través de actividades recreativas, especialmente las de carácter formativo, adquiriendo singular importancia el proceso de programación, en el que se destaca como elemento indispensable la canalización de las necesidades, intereses, gustos y preferencias de la población, en dependencia de grupo etáreo al que pertenezcan.
2. El diagnóstico realizado evidenció, que las ofertas recreativas para los jóvenes de 15 a 20 años de la circunscripción #77 perteneciente al Consejo Popular Pablo de la Torriente Brau del municipio Bahía Honda son limitadas y poco variadas, lo cual incide directamente en la baja participación de éstos en las actividades realizadas y la insatisfacción recreativa de los mismos.
3. La programación de actividades recreativas elaborada para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes parte de las necesidades e intereses de los mismos, sobre la base de la flexibilidad y variedad.

### Recomendaciones

1. Proponer con sus particularidades a las comunidades, para hacer de la recreación un proceso cada vez más particularizado.
2. Valorar con especialistas para la posterior puesta en práctica los resultados de la investigación y la continuidad de la misma.

### Anexos

#### Anexo 1

##### Guía de Observación

**Objetivo:** Diagnosticar la calidad y aceptación así como el grado de preparación de las actividades recreativas que se realizan en la circunscripción # 77.

Idoneidad del lugar para la realización de las actividades recreativas.

Nivel de participación de los jóvenes

Calidad de las actividades realizadas.

Grado de aceptación de las mismas.

### Anexo 2

Encuesta a los jóvenes tomados como muestra de la Circunscripción #77:

**Objetivo:** Diagnosticar cómo se manifiesta el grado de aceptación de las actividades recreativas en los jóvenes de la circunscripción #77.

Estimados jóvenes estamos realizando una investigación para determinar el grado de aceptación y calidad de las actividades recreativas que se desarrollan en la comunidad, por lo que necesitamos su ayuda y honestidad al responder. GRACIAS

Sexo M: \_\_\_ F: \_\_\_

1. ¿Se ofertan actividades físico-recreativas y deportivas para los jóvenes de la circunscripción #77?

Si \_\_\_ No \_\_\_ A veces \_\_\_

2. ¿Con qué frecuencia se realizan?

Semanal \_\_\_ Mensual \_\_\_ Semestral \_\_\_ Anual \_\_\_ Ocasional \_\_\_

3. ¿Qué actividades físico-recreativas deportivas se le ofertan a los jóvenes de la circunscripción #77?

JRP \_\_\_ FDR \_\_\_ JP \_\_\_ Otras \_\_\_

Simbología JRP: Juegos recreativos populares, FDR: Festivales deportivos recreativos, JP: juegos pasivos.

4. ¿Es de su conocimiento la existencia en la circunscripción #77 de un programa de actividades físico-recreativas y deportivas?

Si \_\_\_ No \_\_\_

5. ¿Se tienen en cuenta los gustos y preferencias a la hora de programar y ofertar las actividades físico-recreativas y deportivas?

Si \_\_\_ No \_\_\_ A veces \_\_\_.



6. ¿Participa usted en las actividades físico-recreativas y deportivas programadas en su circunscripción?

Si \_\_\_\_

No \_\_\_\_

A veces \_\_\_\_

7. ¿Cómo usted considera el aprovechamiento del tiempo libre por los jóvenes?

B \_\_\_\_

R \_\_\_\_

M \_\_\_\_

### Anexo 3

#### Entrevista a los factores de la comunidad

Función: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: M\_\_\_\_\_ F\_\_\_\_\_

1. ¿Qué actividades se les ofertan a los jóvenes de su circunscripción?

---

---

2. Cree usted que las condiciones de los lugares donde se realizan las actividades recreativas son las más idóneas.

SI\_\_\_ NO\_\_\_, en caso de seleccionar NO argumente

---

---

3. ¿Con que frecuencia las realizan?

Semanal\_\_\_ Mensual\_\_\_ Quincenal\_\_\_

Ocasional\_\_\_ No se realizan\_\_\_

4. ¿Domina usted el programa de actividades de recreación para la circunscripción?

Si\_\_\_ No\_\_\_

5. ¿Qué causas impiden el desarrollo de las actividades recreativas en la circunscripción?

---

---

6. ¿Qué elementos se tienen en cuenta a la hora de programar y ofertar las actividades recreativas?

---

---

7. ¿Qué actividades predominan? Recreativas físicas, culturales o recreativas pasivas.

---

---

### Anexo 4

Encuesta final a los jóvenes tomados como muestra de la Circunscripción #77:

**Objetivo:** Diagnosticar cómo se manifiesta el grado de aceptación de las actividades recreativas en los jóvenes de la circunscripción #77.

Estimados jóvenes estamos realizando una investigación para determinar el grado de aceptación y calidad de las actividades recreativas que se desarrolla en la comunidad, por lo que necesitamos su ayuda y honestidad al responder. GRACIAS

1- ¿Contribuyen las actividades programadas a tu desarrollo físico e intelectual?

Si\_\_\_ No\_\_\_

2- ¿Te posibilitan las actividades programadas interactuar con tus compañeros?

Si\_\_\_ No\_\_\_

3- ¿Responden dichas actividades a tus expectativas?

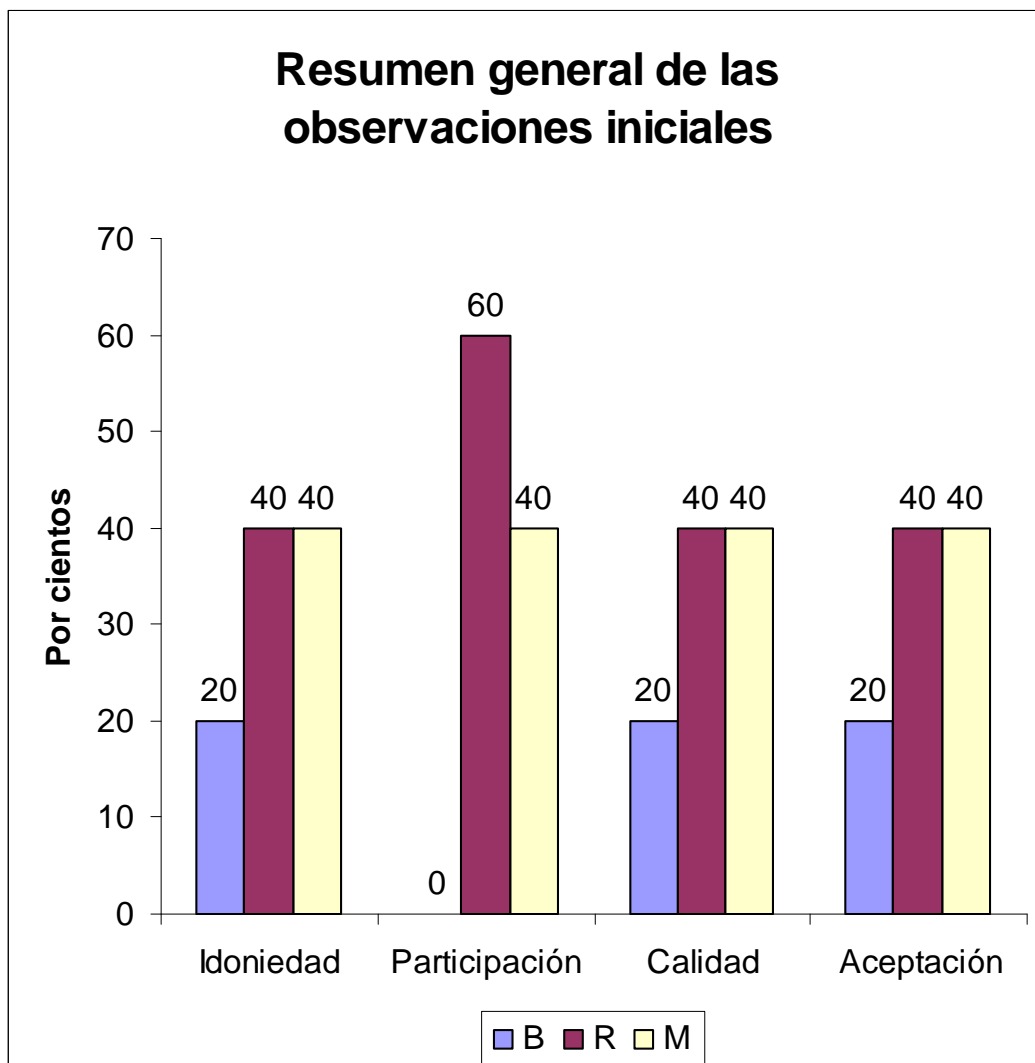
Si\_\_\_ No\_\_\_

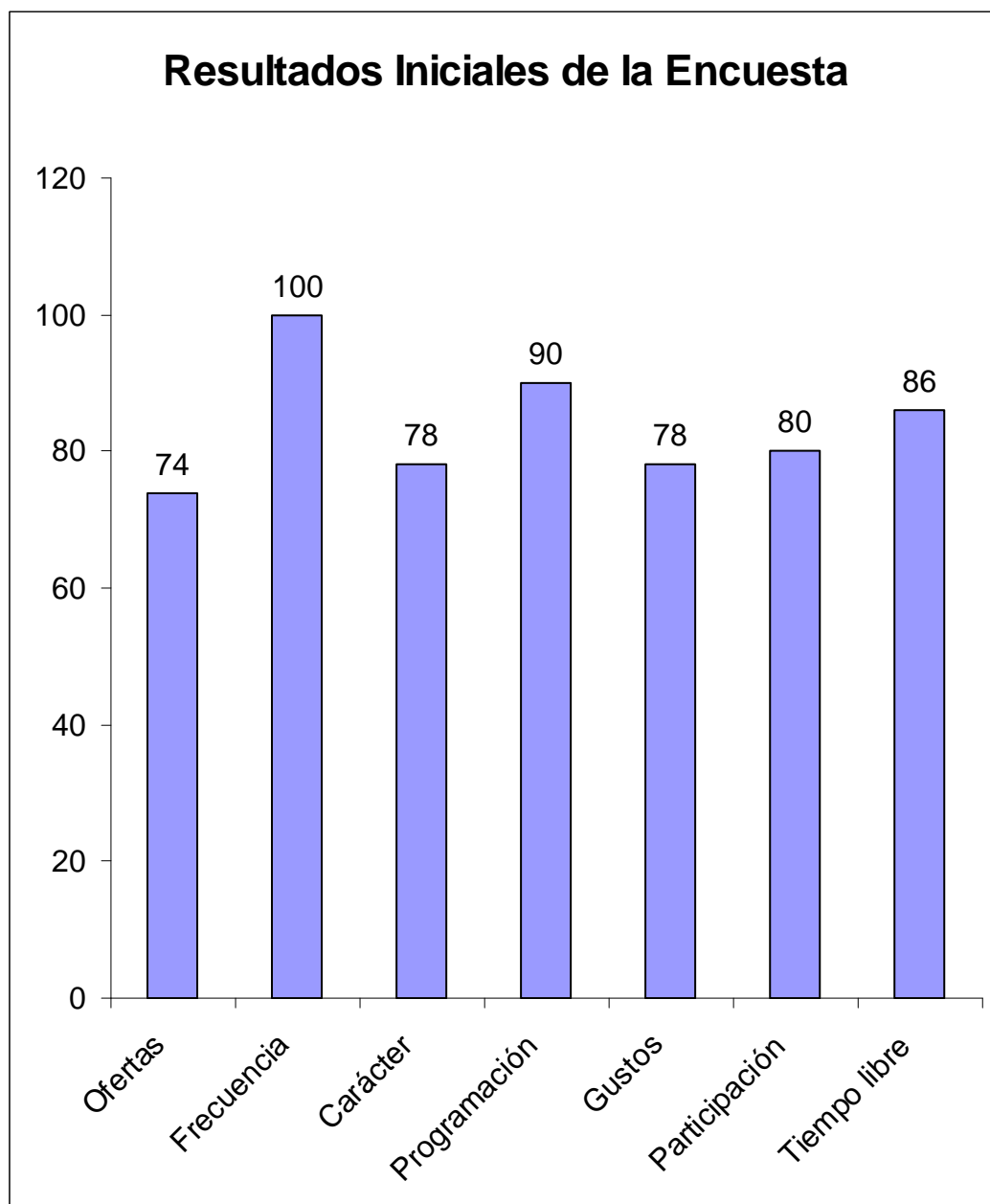
4- ¿Te sientes motivado por las mismas?

Si \_\_\_ No\_\_\_

5- ¿Consideras que las actividades desarrolladas tienen un carácter amplio?

Si\_\_\_ No\_\_\_





## Bibliografía

1. Aisanuk, L. (2000). Gestión de tiempo libre. Barcelona: INDE Publicaciones. Álvarez de Zayas, C.M. La pedagogía como ciencia. 1995.
2. Alvarez de Zayas, C.M. La escuela de excelencia. MS. La Habana. Cuba. 1994.
3. Ander-Egg, E. (1989). La animación y los animadores. Editorial Narcea, Madrid.
4. Arnold, A. (1986). Como jugar con su hijo. Editorial Kapeluz. Buenos Aires.
5. Bally, G. (1986). El Juego como expresión de libertad. Ed. Fondo de Cultura
6. Económica, México.
7. Bengtsson, A. (1992) El juego algo más que Educación Física. Comisión Nacional del Deporte. Ciudad de México.
8. Blázquez, D. (1982a). "Elección de un método en Educación Física: las situaciones problema". En Apuntes d'educació física i medicina esportiva, vol. XIX junio nº 74: 91-99.Barcelona INEF.- (1991)"La investigación acción y Técnicas de investigación cualitativa
9. Brancher, H. (1977) Recreación. Rusell Sage Foundation. New York.
10. Boullon, R. (1983) Las actividades turísticas y recreacionales. Ed. Trillas, México.
11. Butler, G. (1963). Principios y métodos de Recreación para la comunidad. Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires,.
12. Cajigal, J. M. (1987). Cultura Física y Cultura Intelectual. Ed. Kapeluz. Buenos Aires.
13. \_\_\_\_\_. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". Citius, Altius, Fortius.-Tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
14. Camerino Foguet, O. Y Cartañer Balcells, M. (1991). 1001 ejercicios juegos de recreación. Editorial Paidotribo, Barcelona
15. Cervantes, J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Ed. Mungía y Hnos., México.
16. Coldeportes, Funlibre, Colectivo de autores (2003) "PLAN NACIONAL DE RECREACION" (Bogotá, Colombia).

17. Contreras, O. (1993). "Formas de organización y Estilos de Enseñanza" En AA.VV: a Educación Física y su didáctica" Madrid. Publicaciones I.C.C.E.
18. Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de Deusto.
19. Cutrera, J. C. (1987). Técnicas de Recreación. Ed. Stadium. Buenos Aires.
20. Danfor, H. (1966). Planes de Recreación para la comunidad moderna. Ed. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
21. Davis, M. (1971) Teoría de Juego. Ed. Alianza. Madrid.
22. Davilona, N. A. (1979) La Naturaleza y nuestra salud. Ed. Misk. Moscú.
23. Diekert, J.; Kreis, F. Y H. Musel. (1988). Gimnasia, deporte y juego. Ed. Kapeluz, Buenos Aires.
24. Dirección Nacional Recreación del INDER (2003) "Documentos rectores de la recreación física en cuba" La Habana, Editorial Deportes
25. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona. Editorial Estela
26. \_\_\_\_\_. (1971). Realidades del ocio e ideologías. Barcelona, Fontanella.
27. \_\_\_\_\_. (1988) Revolution culturelle du temps libre. París, Meridiens Klincksieck.
28. Franch, J. Y Martinell, A. (1995) "Animar un proyecto de educación social. Laintervención en el tiempo libre". Editorial Paidós, Barcelona.
29. Fraile Aranda, A. (1995) "La investigación – acción, instrumento de formación para el profesorado de educación física" en Apuntes No. 42, 1995, Barcelona.
30. Francia, A. Y Martinez, O. ( 1999). Educar en valores con juegos y dinámicas. Editorial San Pablo, Madrid.
31. Ferry, H. (1982). El trabajo en grupo. Ed. Paídos, Buenos Aires.
32. Flosdorf Y Rieder. (1975). Deportes y juegos en grupos. Ed. Kopeluz, Buenos Aires.
33. Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital Educación Física y Deportes.
34. Fullea Bandera, Pedro (2000) "PORQUE JUGAR... ES COSA DE JUEGO" La Habana



35. \_\_\_\_\_ (1998). Recreación comunitaria. Ciudad de La Habana. Dirección Nacional de Recreación del INDER.
36. Fungerman, K. (1983). El juego y sus proyecciones sociales, Ed. Fondo de Cultura Económica, México.
37. Gabuelsen, A. Y C. Holtzer. (1971). Educación al aire libre. Ed. Troquel, Buenos Aires.
38. García Antolín, Roberto J. y María Elena García Montes. (2000) <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - N° 23 - Julio SITIO: <http://www.campogrupal.com/comunidad.html>.
39. García Montes, María Elena. (1996). Planificación de actividades para el recreo y el ocio (apuntes de la asignatura). Granada (inédito).
40. García Montes, María Elena, A. Irene Hernández Rodríguez (2003) Didáctica de las actividades físico -recreativas para el tiempo libre y el ocio. La Habana, Editorial Deportes.
41. 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. La Habana, Editorial Orbe.
42. Gutemberg, E. (1994). Planificación social y gestión de la comunidad. Madrid: Ed. Popular.
43. Guerrero gutierrez,santos. Algunos aspectos de la historicidad de la recreacion en cuba. – la habana; direccion nacional de recreacion, s.a.
44. Gutiérrez, R. ( 1997). El juego como elemento educativo. Editorial CCS. Madrid.
45. Grushin, O (1966). Tiempo libre y desarrollo social. Ciudad de La Habana, Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico Técnico.
46. Hernández Vázquez, M. Y Gallardo L. (1994). “Marco conceptual: Las Actividades deportivo-recreativas” En Apuntes 'Educación Física. 37: 58-67 Barcelona. INEFC
47. Huisinga, J. (1957). Homo Ludens. Ed. Emece, Buenos Aires.
48. Krispskeen, V. M. (1978). Fundamentos socio-fisiológicos de la organización de las actividades recreativas. Ed. Minsk.

49. Kotronitski, A. (1977). Enfoque sistémico de los estudios de la recreación. Ed. Progreso, Moscú.
50. Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
51. Listello, A. y Otros. (1988). Recreación y Educación Física Deportiva. Ed. Kapeluz, Buenos Aires.
52. Lorda, R. (1990). Educación Física y Recreación para la tercera edad. Ed. México Sport, Montevideo.
53. Louglin, A. J. (1971). Recreodinámica del adolescente. Ed. Librería del Colegio, Buenos Aires.
54. Martínez del Castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación; nuevas necesidades, nuevas políticas" En: Apuntes de Educación Física. 4: 9-17 Barcelona. INEFC.
55. 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". Barcelona, Inefc
56. Martínez Gámez, 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.
57. Mironenko, N. S. Y I. T. Tvesdoilebon. (1984). Geografía Recreativa. Ed. Vnestorjizdat, Moscú.
58. Moreira, R. (1979). La Recreación un fenómeno socio-cultural. La Habana, Impresora José A. Huelga.
59. Moreira barahona, ramon. la recreacion un fenomeno socio cultural.—la habana. direccion nacional de recreacion, 1977
60. Munne, F. (1980). Psico-sociología del tiempo libre; un enfoque crítico. Ed. Trillas, México.
61. Oliveras, R. (1996) "El planeamiento comunitario. Metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.
62. Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. FUNLIBRE, Colombia.

63. Pérez Serrano, G. (1990) "Investigación – acción aplicada al campo educativo". Editorial Dyckinson, Madrid.
64. Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (1997). Recreación.; fundamentos teóricos metodológicos. La Habana, Editorial Deportes
65. Perov, O.B. (1986) "Problemas actuales del desarrollo de las investigaciones sociales concretas". Ciencias Sociales, La Habana.
66. Pieron M. (1988). "Didáctica de las actividades físicas y deportivas". Madrid: Gymnos.
67. Petrorski, A. V. (1980) Psicología, pedagogía y de las edades. La Habana, Editorial Pueblo y Educación
68. Puig Rovira, J. M. Y Trilla, J. (1985). "La pedagogía del ocio". Barcelona: CEAC.
69. QUINTANA, J.M. (1993). Los ámbitos profesionales de la animación. Editorial Narcea, Madrid.
70. Ramos, Rodríguez, A. (2001). Las Necesidades recreativo físicas en los consejos populares norte y sur del municipio San José de las Lajas. Ciudad de La Habana, UNAH. Informe Taller Nacional Gestión Tecnológica Medioambiental Municipal.
71. Recursos Técnicas - Operativos para la administración de Programas,
72. Recreacion: colectivo de autores – pinar del rio: s.e,s.a.
73. CONADE, México, 1989.
74. Rico, Carlos A (1998). V congreso nacional de recreación; gestión, recreación y desarrollo humano; la búsqueda de nuevas alternativas lúdico - RECREATIVO–ESPACIALES.3 al 8 de Noviembre. Manizales, Colombia.
75. Rodríguez, E. 1982. Tiempo Libre y personalidad. La Habana. Editorial ciencias sociales.
76. Roque, R. Y V. C. Bobes. (1988). Una fuente crítica o crítica de una fuente. EnTemas No. 14 y 15, La Habana.
77. Ruiz, J. M.E. García Y I. Hernandez. (2000). Organización de jornadas lúdicas en espacios no convencionales. Universidad de Almería, España.
78. Sánchez M. S. Guerrero, Caballero. (1977). Los 100 juegos del plan de la calle; algunas teorías sobre juegos. La Habana, Editorial Orbe.

79. Sánchez M. S. Guerrero Y L. Caballero. (1977). Los 100 juegos del Plan de la Calle. Algunas teorías sobre juegos. Editorial Orbe, la Habana.
80. Tabares, J. F. (2001). El desarrollo humano como marco del análisis del ocio en la actualidad. FUNLIBRE, Colombia.
81. Thelen, H. A. (1974). Dinámica de los grupos en acción. Editorial Escuela, Buenos Aires.
82. Villaverde, E. (1982). Dinámica de grupos y educación. Editorial Paídos, Buenos Aires.
83. Waichman, P. (1993) "Tiempo libre y recreación, un desafío pedagógico". Editorial PW, Buenos Aires.
84. Weber, E. (1969). El problema del tiempo libre. Madrid, Editorial Nacional.
85. Zamora, R. y M. García. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.



## Modelo para Evaluación

Luego de estudiada la exposición del diplomante Lic. Sergio Rodríguez Gutiérrez, así como la opinión del tutor y el oponente del presente trabajo de diploma, el tribunal emite la calificación de \_\_\_\_ puntos.

-----

Presidente del Tribunal

-----

Secretario

-----

Vocal

-----

Tutor

Dado en la facultad de Cultura Física “Nancy Uranga Romagoza” a los \_\_\_\_\_ días del mes de \_\_\_\_\_ del 2009.

Año del 50 Aniversario del triunfo de la Revolución.