

UNIVERSIDAD DE LAS CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL
DEPORTE,
"MANUEL FAJARDO".
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
"NANCY URANGA ROMAGOZA".

***Tesis en opción al título académico de Máster
en Ciencias en Actividad Física en la
Comunidad.***

Título: Plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.

Autor: Lic. William Reyes Pimentel.

Tutores: Dr. Iván Paneque Torres. Prof. Auxiliar.

MSc. Isidro Miravet Infante. Prof. Asistente.

MSc. Naidelys Cruz Piñera. Prof. Instructor.

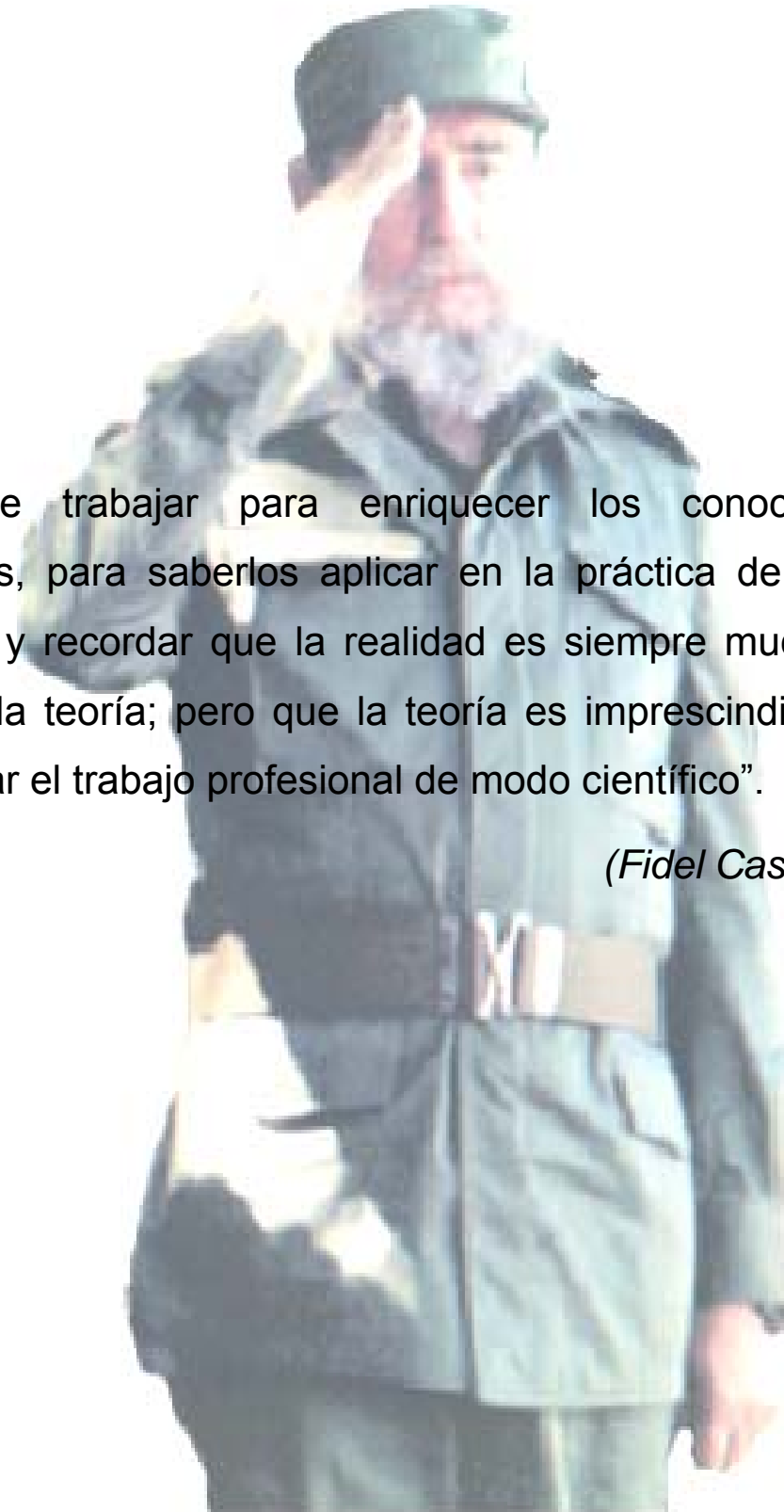
Pinar del Río, 2011

“Año 53 de La Revolución”.

Pensamiento.

“Hay que trabajar para enriquecer los conocimientos adquiridos, para saberlos aplicar en la práctica de manera creadora y recordar que la realidad es siempre mucho más rica que la teoría; pero que la teoría es imprescindible para desarrollar el trabajo profesional de modo científico”.

(Fidel Castro Ruz).



Dedicatoria.

A mi adorada hija que ha sido el mejor regalo que me ha dado la vida, por la que viviría siempre para llenarla de amor, paz y felicidad.

A mi esposa que ha estado a mi lado brindándome la fuerza necesaria para seguir siempre adelante.

A mis padres, a quienes les debo mi existir y que tanto apoyo me han brindado.

A mi hermana una de las personas más importantes en mi vida.

A nuestro comandante, Fidel, ejemplo vivo de tesón, audacia y fortaleza.

A la Revolución, a quien le debo hoy todo lo que soy y por quien daría sin vacilación todo lo que tengo.

A todos mis familiares, compañeros y amigos que de forma desinteresada han brindado su apoyo para la culminación de este sueño.

William Reyes Pimentel.

Agradecimiento.

A mis tutores (Dr. Iván Paneque Torres. Prof. Auxiliar; MSc. Isidro Miravet Infante. Prof. Asistente y MSc. Naidelys Cruz Piñera. Prof. Instructor) por todas sus ayudas y enseñanzas, que con muchísima modestia, creatividad y disposición me han brindado, además del aliento, seguridad y confianza en los momentos más difíciles.

A mi hija y esposa, por su ayuda espiritual y comprensión, sin la cual no hubiese sido posible la realización de esta investigación.

A mis compañeros y amigos que de una forma u otra me han brindado su apoyo y han hecho que mis sueños se hagan realidad.

Gracias eternamente al colectivo de trabajadores de mi centro laboral, por brindarme confianza infinita, a nuestro invencible comandante en jefe Fidel Castro Ruz y a nuestra Revolución.

¡Mil Gracias a Todos!

Resumen.

Las investigaciones actuales en nuestro país relacionadas con la Cultura Física y el Deporte, enfatizan con gran aceptación lo concerniente con el tiempo libre y la recreación en las comunidades, jugando un papel importante en las tareas del desarrollo económico y del bienestar social. Esta importancia radica en el reconocimiento al fenómeno recreativo como una función de reproducción y autodesarrollo, lo que permite elevar el nivel cultural, así como la calidad de vida de la población. El presente estudio se inició con un diagnóstico en la circunscripción #7, del Municipio La Palma, el mismo contempló un grupo de aspectos como: datos demográficos y generales de la población, los individuos desvinculados con el estudio y el trabajo, ofertas recreativas existentes, así como sus necesidades e intereses. Conociéndose esto a través de la observación diaria de lo que se realiza en el horario del tiempo libre, se hace necesario implementar un grupo de acciones encaminadas a transformar aquellas conductas que son proclives para un buen desarrollo humano, por lo que se propone un plan de actividades físico-recreativas para aprovechar el tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.

Índice.

Contenido.	Pág.
Introducción.	1
Capítulo I: Marco Teórico-Referencial.	10
1.1.- Antecedentes teóricos e históricos del empleo del tiempo libre.	11
1.2.- Fundamentos teóricos de la investigación del sistema de actividades físico-recreativas para los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	14
1.2.1.- Consideraciones fundamentales sobre el tiempo libre y la recreación de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	15
1.3.- Fundamentos biológicos, psicológicos, sociológicos de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	21
1.3.1.- Fundamentos biológicos de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	22
1.3.1.1.- Desarrollo motor en la juventud.	23
1.3.2. <i>Fundamentos psicológicos de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.</i>	24
1.3.2.1.- Características psicológicas en la edad juvenil.	24
1.3.2.2.- Relaciones interpersonales en la juventud.	25
1.3.3.- Fundamentos sociológicos de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	25
1.4.- La recreación como forma de utilización del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	27
1.5.- La Planificación recreativa en los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	32
1.5.1.- Enfoques básicos en que se basa la planificación de actividades recreativas con los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	33
Capítulo II: Valoración de los resultados arrojados por los instrumentos aplicados.	37
2.1.- Caracterización de la Comunidad.	37
2.2.- Aplicación del diagnóstico comunitario (Matriz DAFO).	38
2.3.- Características y estructura del grupo de jóvenes motivo de investigación.	39
2.4.- Resultados de las observaciones.	40
2.5.- Resultados de la encuesta a los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7.	41

2.6.- Resultados de la entrevista a los factores de la circunscripción #7.	42
2.7.- Análisis del sistema de actividades físico-recreativas de la comunidad.	43
2.8.- Estudio del presupuesto de tiempo en los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	44
2.9.- Análisis de la aplicación de las técnicas de intervención comunitaria con los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	46
2.10.- Procedimientos que sustentan la propuesta del plan de actividades físico-recreativas de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	47
Capítulo III.- Plan de actividades físicos-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.	49
3.1.- Principios en los que se sustenta la propuesta del plan de actividades para la circunscripción #7 del municipio de La Palma.	49
3.2.- Propuesta de un plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7 del municipio de La Palma.	50
3.3.- Indicaciones Metodológicas u Organizativas.	53
3.4.- Estructuración del plan de actividades.	53
3.5.- Valoración del plan de actividades físico-recreativas. Utilizando criterios de especialistas.	58
3.5.1. Valoración práctica de la propuesta.	59
Conclusiones.	62
Recomendaciones.	63
Bibliografías.	
Anexos.	

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 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, aún cuando en los trabajos mencionados se encuentran antecedentes que aportan elementos para una teoría general de la recreación.

En nuestro país al triunfo de la revolución se acometen importantes transformaciones en el ámbito político, social y económico, para las cuales nuestro pueblo tuvo que cumplir disímiles tareas las que podemos denominarlas como grandes hazañas logradas porque contaron con la amplia participación de nuestro pueblo, pudiendo mencionar: en primer lugar la constitución de un gobierno democrático que se gestó con el triunfo revolucionario del 59, la campaña de alfabetización en el año 1961, llevada a cabo por la juventud cubana de la cual podemos decir que constituye el cimiento de todos los logros alcanzados por el país en materia de educación, ciencia y deporte, la limpia del Escambray, la victoria de Playa Girón, las campañas de vacunación, la lucha contra el *Aedes Aegypti*, construcción de viviendas y grandes obras como respuesta a los daños causados por los huracanes que han azotado a nuestro país, zafras azucareras y movilizaciones agrícolas variadas, conmemoraciones políticas e históricas, apoyo masivo a decisiones importantes del Gobierno revolucionario y en la defensa de la patria socialista, la creación de las Milicias Nacionales Revolucionarias, los Comités de Defensa de la Revolución y la Federación de Mujeres Cubanas, la instauración de los órganos del poder popular, la universalización de la

enseñanza, cristalizada con las Sedes Universitarias Municipales, además de la creación de la cátedra del adulto mayor, hechos que demuestran la participación democrática del pueblo.

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 está realizando una labor sin precedentes para lograr un desarrollo nunca visto por sociedad alguna en el ámbito de la cultura, ideológico, artístico, deportivo y de educación en general. Ocupar el tiempo libre mediante actividades físico-recreativas contribuye a formar personas multilateralmente desarrolladas, además de prevenir males que dañan la sociedad.

Atendiendo a lo antes planteado podemos afirmar que la recreación constituye uno de los medios que coadyuva a 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 se correspondan con la demanda de la sociedad en nuestros días.

El tiempo libre y la recreación, sin dudas constituyen uno de los principales desafíos de nuestros tiempos, ya que de su correcto uso se tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales, culturales, económicas y políticas de la sociedad. La utilización adecuada del tiempo libre incide directamente en el fomento y calidad de un estilo de vida de la población, ya que la práctica sistemática de variadas actividades físico-recreativas fortalece la salud física y mental a la vez que prepara al individuo para el pleno disfrute de la vida.

Durante la elaboración de nuestro trabajo, realizamos un enfoque de esta actividad como un fenómeno socio-cultural en estrecha concatenación con el desarrollo histórico a través de las diferentes características sociales que han

tenido lugar en nuestra zona, conociendo que trabajamos por eliminar las grandes diferencias entre la ciudad y el campo.

Para nosotros la recreación es un fenómeno social que la hace dependiente del grado de desarrollo alcanzado por las fuerzas productivas y del carácter de las relaciones de producción. Constituyendo estas circunstancias, un motivo de análisis de la recreación, hemos podido apreciar objetivamente esta situación como un hecho real que se ha manifestado en cada una de las estructuras de nuestro municipio hasta la actualidad.

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 a esto, es evidente que las actividades de la recreación física necesitan de una planificación que responda a los intereses recreativos, puesto que estos implican una forma de recreación activa y sana, que tiene como finalidad satisfacer las necesidades de movimientos del hombre.

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, para un desarrollo óptimo de sus planes de actividades físico-recreativas.

La planificación de estas actividades debe estar en correspondencia con las preferencias expresadas en el diagnóstico por parte de los jóvenes que forman 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 joven, puesto que por un lado, la realización de adecuadas actividades físico-recreativas, fortalecen la salud y lo preparan para el pleno disfrute de la vida y por otra parte cumplen funciones educativas en estrecha vinculación con la vida social.

Todo lo antes expuesto, unido a la observación de las actividades físico-recreativas que se realizaban en la circunscripción, los resultados del diagnóstico,

las encuestas a los jóvenes y las entrevistas a los factores donde se pudo constatar que se realizan pocas actividades físico-recreativas sin tener en consideración los gustos y preferencias de los participantes, prevaleciendo el carácter pasivo en las mismas donde no se explotan al máximo las potencialidades de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, lo que incide en la disminución de la frecuencia de participación en las actividades, a esto sumamos la insuficiente planificación y variedad de actividades encaminadas a la ocupación del tiempo libre de estos jóvenes, esto nos motivó a investigar sobre el tema, tomando como centro a los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma, de la provincia de Pinar de Río.

Por consiguiente el **problema de investigación es**: La necesidad de ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.

El **objeto de estudio**: el proceso de recreación comunitaria.

Campo de acción: la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

Siendo el **objetivo**: Proponer un plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.

Para darle solución a esta problemática se formularon las siguientes **preguntas científicas**:

1. ¿Qué antecedentes teóricos e históricos se conocen sobre la importancia de la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en el mundo y en Cuba?
2. ¿Qué situación presenta la ocupación del tiempo libre en los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma?
3. ¿Cuál es el plan de actividades físico-recreativas para contribuir a la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma?

4. ¿Cuál es la efectividad del plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma?

Para darle solución a estas preguntas nos trazamos las siguientes **tareas investigativas**:

1. Fundamentación de los antecedentes teóricos e históricos que sustentan la importancia de la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en el mundo y en Cuba.
2. Diagnóstico de la situación actual de la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.
3. Confección del plan de actividades físico-recreativas para contribuir a la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.
4. Valoración del plan de actividades físico-recreativas para contribuir a la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.

Población y muestra.

En la investigación la población la conforman los 12 jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma, mientras que la muestra coincide con la población (los mismos 12 jóvenes) representando el 100% de la población. Del total de ellos 8 son varones, 2 tienen menos de 9^{no} grado y 6 tienen el 9^{no} grado aprobado, los 4 restantes son del sexo femenino las que tienen el 6^{to} grado vencido, pero abandonaron o no comenzaron los estudios secundarios por problemas de creencias religiosas que le impedían continuarlos, además de 2 especialistas (1 Técnico de la Cultura Física y 1 promotor de recreación), los cuales se consideran muestra secundaria o auxiliar.

Tabla 1. Población y Muestra.

	Cantidad.
Población	12 (JDET).
Muestra	12 (JDET).
Muestra Auxiliar.	2 (1 TCF; 1 PR)

(JDET): Jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

(TCF): Técnico de la Cultura Física.

(PR): Promotor de recreación.

El tipo de muestreo que se empleó fue el intencional no probabilístico.

La metodología utilizada se fundamenta bajo la concepción Dialéctico-Materialista que permitió establecer la integración de los métodos teóricos y empíricos conducente en su aplicación sistémica a la transformación del objeto de estudio de la investigación, el cual permitió revelar las relaciones causales y funcionales que interactúan en el objeto de estudio, así como penetrar en su dinámica para descubrir los nexos que se establecen en su funcionamiento.

Dentro de los **Métodos Teóricos:**

Histórico–Lógico: permitió el estudio de las tendencias internacionales y nacionales que prevalecen en diferentes investigaciones sobre el aprovechamiento del tiempo libre.

Análisis–Síntesis: permitió realizar la descomposición de los elementos que se incluyen en el proceso de desarrollo de la ocupación del tiempo libre, y los aspectos que permiten caracterizar a los jóvenes desvinculados desde el punto de vista psicosocial, relacionándolos con el sistema de actividades físico-recreativo propuesto.

Inductivo–Deductivo: permitió determinar las inferencias del papel del plan de actividades físico-recreativo propuesto para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, de forma general, además de su tratamiento.

Dentro de los **Empíricos:**

Observación: se realizó sobre la base de nuestra práctica utilizando la vía encubierta, permitiéndonos valorar las actividades desarrolladas, jugó un papel fundamental en la obtención de la información sobre métodos para el trabajo con

jóvenes desvinculados, así como su concatenación con las actividades físico-recreativas y su incidencia en la inserción de estos a la práctica de los mismos, se aplicó a las sesiones de trabajo de los especialistas de cultura física (se incluye el promotor de recreación) que atiende la zona de estudio.

Encuesta: es muy frecuente en la práctica investigativa con vista a reunir datos sobre opiniones, actitudes e ideas. En la constatación del nivel de conocimientos acerca de la práctica de ejercicios físicos-recreativos, y de la aceptación del plan de actividades físico-recreativas, aplicada a los jóvenes incluidos en el trabajo.

Entrevista: se aplicó con el objetivo de recoger informaciones del nivel de conocimientos de la práctica de ejercicios físicos-recreativos y la aceptación de las mismas por los sujetos investigados y fue utilizada sobre todo con los especialistas de cultura física así como con los padres de los jóvenes muestra del proceso investigativo.

Pre-experimento: es el método que permitió realizar la comparación entre la práctica de ejercicios físicos-recreativos antes y después de sometida la muestra al plan de actividades físicos-recreativos que se plantea en la investigación.

Análisis-documental: es el método a través del cual se somete a una amplia revisión bibliográfica para conformar el marco teórico conceptual de la investigación, nos permite una profundización sobre el tema de la ocupación del tiempo libre a través de actividades físico-recreativas.

Método Estadístico-Matemático: estadística descriptiva: Se emplea en el análisis porcentual. Con la utilización de este método vamos procesando los resultados obtenidos en la aplicación de los métodos empíricos tanto en el estudio preliminar como en la comparación posterior a la aplicación del plan.

Dócima de proporciones, para comparar los resultados y apoyar la cientificidad de la investigación.

El método diferencial: se aplicó como técnica de medida de cambios de actitudes, por parte de los jóvenes de la muestra.

Métodos de Intervención Comunitarios.

Investigación-acción participativa.

En la búsqueda de los intereses y necesidades sociales de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma, como inicio de las acciones para determinar y transformar la realidad social de los pobladores de la zona.

Estudio del presupuesto tiempo en los jóvenes desvinculados años.

Realizado a partir de la información arrojada por un auto registro de actividades, aplicado a la muestra de 12 jóvenes, permitiendo analizar, el tiempo promedio dedicado a las actividades principales, días entre semanas, así como la magnitud promedio de tiempo libre y algunas de las actividades que realizan.

Fórum comunitario.

Realizado con los jóvenes desvinculados en forma de intercambio, con el propósito de conocer de forma general, las principales deficiencias que existen en cuanto al desarrollo de las actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre.

Aporte teórico de la investigación.

El mismo está constituido por el plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio de La Palma, donde aparecen los fundamentos teóricos generales que deben sustentar el mismo.

Aporte práctico de la investigación.

Lo constituye el plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio de La Palma, teniendo en cuenta la preferencia y aceptación de los practicantes para desarrollar las mismas.

Novedad científica de la investigación.

Está fundamentada teóricamente por la puesta en práctica por primera vez de un plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la zona de estudio, encaminado a la satisfacción de las necesidades sociales de este grupo.

Definición de términos relacionados con la investigación.

Plan de actividades: Conjunto de elementos relacionados entre sí que constituyen una determinada formación, integración, donde el individuo va respondiendo a sus necesidades, se relaciona con los objetivos de la realidad adoptando determinada actitud hacia ellos.

Actividades físico-recreativas: Son aquellas que se realizan dirigida al trabajo del desarrollo tanto de habilidades como de capacidades físicas, para lograr objetivos encaminados a mejorar el nivel de vida de las personas. Es la facultad de moverse, obrar, trabajar o realizar una acción.

Actividades-recreativas: Conjunto de actividades que se aplican para recrear.

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.

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 ellos se desarrollan capacidades motrices como la rapidez, la fuerza, resistencia y las que se derivan de estas.

Tiempo libre: Es aquella parte del tiempo libre que queda después de descontar la relación de actividades laborales, domésticas, fisiológicas y de transportación donde se realizan actividades por libre opción no obligatoria, a voluntad propia de los individuos.

Capítulo I: Marco Teórico-Referencial.

1.- Introducción.

La formación de una generación saludable, física, multilateral y armónicamente desarrollada, constituye una necesidad de nuestra sociedad socialista. Con el triunfo de la revolución el primero de enero de 1959, el gobierno revolucionario desarrolló urgentes transformaciones, dentro de las cuales podemos mencionar: la creación del INDER, organización que ha influido decisivamente en el deporte cubano, caracterizándose por llevar la Educación Física, el Deporte y la Recreación a todo el país, incluyendo a los lugares más recónditos, eliminando la concepción discriminatoria que había prevalecido en nuestra sociedad durante los diferentes gobiernos hasta el año 1959, haciendo realidad que la Cultura Física, el Deporte y la Recreación, constituyan un derecho del pueblo.

La Recreación física es disfrutada hoy en cualquier parte, por la variedad de su contenido que permite que la identifique de diferentes maneras, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses en el mundo moderno.

Es por eso que muchas veces encontramos que lo que para unos es recreación, para otros no lo es.

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

Recreación es un término al que se le da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamó recreo al lapso entre dos materias u horas de clases, en el que se permitía a los alumnos jugar o descansar, reponiéndose del esfuerzo de concentración requerida por el estudio. Para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso. La recreación está vinculada de forma general con las actividades de la vida, por lo que en la actualidad es una disciplina formativa y enriquecedora de la vida humana, es necesario precisar mejor su alcance, aceptando que, siendo más joven que la educación, resulta aún más difícil de definir.

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

El ser humano puede trabajar, estudiar y descansar después de la jornada laboral o lectiva, pero si no destina tiempo para incrementar sus conocimientos, para dominar la ciencia, no crece intelectualmente, es decir que la sociedad no podría alcanzar la reproducción ampliada de la fuerza productiva, con el mayor disfrute de lo espiritual, por lo que fomentar la cultura, aprovechar el tiempo libre y organizarlo racionalmente, constituye una tarea de gran trascendencia social.

1.1.- Antecedentes teóricos e históricos del empleo del tiempo libre.

El tiempo libre constituye una necesidad impostergable en la reproducción espiritual ampliada del hombre, por lo que organizarla racionalmente constituye una tarea de gran trascendencia social, esto demuestra que no solo resulta importante como se planifican las horas de trabajo y estudio, sino que resulta igualmente de vital importancia una eficaz planificación del tiempo libre de los jóvenes, en aras de contribuir a su armónico desarrollo físico y 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.

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 grupos de obreros de Moscú.

Santos Guerrero (1977), 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, como 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 la clase trabajadora, se introduce el verdadero concepto de recreación para el pueblo, que antes le negaba la sociedad dividida en clases.

Con la constitución del INDER en 1961 y la estructuración del departamento de recreación, se han desarrollado diversos programas de actividades físico-recreativas, influyendo en gran medida la creación de los consejos populares que han posibilitado desde el primer momento, que estas actividades tengan un carácter organizado, donde se cumplimentan funciones formativas.

En nuestro país, la práctica del deporte, la cultura física y la recreación tiene a nuestro juicio un importante rol que cumplir, debiendo asumir entre otras tareas, las de propiciar las condiciones y facilidades para la utilización por parte de la población de su tiempo libre, de forma sana contribuyendo a elevar su calidad y estilo de vida.

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

La planificación de las actividades recreativas debe ser de la preferencia de la sociedad a fin de que responda a los intereses tanto individuales como de la comunidad, lo cual tributa a la conservación del carácter motivacional y recreativo de las actividades. Cabe señalar que las instituciones culturales y deportivas, incluyendo la UJC, han tenido a su cargo acciones destinadas a la recreación sobre todo para la juventud de la zona, aunque aún falta lograr una integración sólida entre los diferentes sectores involucrados y un aprovechamiento mucho mayor de los espacios físicos con los que cuenta nuestro territorio, en función de promover hábitos de vida y de recreación saludables entre los niños, adolescentes y jóvenes para que se promuevan así nuestros valores patrimoniales, históricos y culturales, a partir de los problemas detectados en el estudio y las necesidades sentidas de sus pobladores.

Basados en el criterio de la recreación como necesidad y derecho del pueblo, es que se estudia toda una serie de opciones, preferencias y necesidades de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la Circunscripción # 7 del municipio La Palma, para poner en práctica en la comunidad según concepto de Rappaport (1980) un plan de actividades físico-recreativas en esa localidad específica, que tiene una herencia cultural e histórica común y comparten características e intereses comunes, con el propósito de formar un grupo social que interactúen mutuamente, de modo que cada persona influya en todas las demás y es influida por ellas.

El primer seminario internacional sobre tiempo libre y recreación se lleva a cabo en 1966, lo cual originó trabajos relacionados con esta temática, 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 físico-recreativas para ocupar su tiempo libre dentro de la comunidad pasa a ser fundamental, ya que debemos lograr que los mismos 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 del sistema de actividades físico-recreativas para los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

Con el propósito de alcanzar 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 de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

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.

El análisis de la estructura del tiempo extralaboral condujo a los investigadores a extraer de este, el tiempo libre, constituyendo una parte específica del tiempo de la sociedad. ¿Cuál es su esencia?

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.

El concepto de tiempo libre, hoy en día aún se plantean interrogantes que no están solucionadas totalmente, por lo que los especialistas sobre el tema, mantienen discusiones y debates desde sus ciencias respectivas; no obstante, se plantean algunas definiciones para su mejor entendimiento: B. Grushin (1966), 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 domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.), es decir, el tiempo libre después del cumplimiento de diversas obligaciones.

Los destacados sociólogos cubanos Rolando Zamora y Maritza García (1988), 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 esta 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.”

Analizando las definiciones de los diferentes autores consultados, se asume por el autor: que el tiempo libre es aquel que le resta a las personas después de haber realizado sus actividades diarias en las que pueden ser contempladas las de estudio o trabajo y las de carácter personal que constituyen una necesidad, el tiempo restante en el cual se realizan actividades de libre elección, para nuestro criterio constituye el tiempo libre. Lo que para una persona puede constituir una recreación para otros es una obligación y viceversa.

La utilización del tiempo libre se encuentra vinculada al 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 ganancias,” el tiempo se convierte en un elemento más para el consumo y también en un elemento de riqueza adicional para la clase explotadora” (Rodríguez, E. 1982, p38).

En correspondencia con lo planteado por Moreira (1979) 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 formar 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 a 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 juegos recreativos, estableciendo lo que representa 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, desde hace tiempo se relaciona el 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 este 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.

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 mismo, 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 y formativo.

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 se corresponde con el desarrollo alcanzado por la sociedad en todas las esferas de la vida social, lo que ha permitido esta concepción de trabajo teniendo 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.

El proceso de planificación 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 servicios, 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, encaminando los esfuerzos a disminuir las grandes diferencias entre la ciudad y el campo.

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

En este contenido se distinguen dos funciones básicas:

1. Reproducción, su esencia viene determinada por la reposición de las energías gastadas en el reposo productivo, compuestos por descansos pasivos y activos, entretenimientos, relaciones familiares y amistosas, actividades sociales, etc.
2. Actividad más elevada, dado por la posibilidad personal que posee cada individuo de crearse condiciones favorables para la participación consciente, la formación de hábitos, habilidades y capacidades para el disfrute y el entretenimiento en cualquier situación social.

En el libro “Tiempo libre y desarrollo social” el autor Grushin, O (1966) nos plantea “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 muchos autores emiten sus puntos de vistas mediante el debate abierto y publicado en diferentes materiales relacionado con el tema.

Cuando hablamos de tiempo libre, es preciso destacar la vinculación directa de este fenómeno con la vida en sociedad, donde se incluye la producción con su naturaleza económica, con los efectos sico-sociales que permite el estudio del mismo sobre bases rigurosas.

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 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.

El tiempo libre es 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.

El 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 estas tienen influencia positiva o negativa (o lo que es decir, educativas-formativas o deformativas) en el individuo durante el proceso de recreación. En las actividades de tiempo libre, no se adquieren conocimientos mediante una exposición directa o impuesta, 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 los motivos e intereses según las necesidades culturales y recreativas de la población, de sus gustos y preferencias. Cuando hablamos de la formación cultural, física, ideológica y creativa que se realiza en el tiempo libre, podemos considerarla como profunda e influyente en la psiquis y en los rasgos de la personalidad. La formación en el tiempo libre prepara a las jóvenes generaciones para el futuro inmediato; 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 de habilidades y capacidades individuales; no tiene fronteras de tiempo o espacio: se lleva a cabo en las distintas esferas de la vida social y económica y múltiples medios en la sociedad.

Según Maritza García y Rolando Zamora (1988), 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 estas a su vez son específicas en dependencia de su tipo. Este puede determinarse a través del auto registro 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 de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

Teniendo en consideración los criterios de A. Amador Martínez (1989), se realizó la caracterización de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, resumiéndolas 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 consciente 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.

1.3.1.- Fundamentos biológicos de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

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.

1.3.1.1.- Desarrollo motor en la juventud.

1. Receso de las 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.

1.3.2. Fundamentos psicológicos de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

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

1.3.2.1.- 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.

1.3.2.2.- 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.

1.3.3.- Fundamentos sociológicos de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

Al realizar una caracterización social de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7 del municipio La Palma, se pudo apreciar que tienen una marcada deformación en cuanto a la orientación y formación vocacional y profesional, los rasgos de la personalidad que se manifiestan no son los más adecuados, en los casos donde prevalece la desvinculación del estudio y el

trabajo los vicios son más acentuados, entre los cuales encontramos la adición por el alcoholismo y el mal hábito de fumar, (hurtos, juegos ilícitos, deficiente identificación política).

En esta comunidad se han desplegado diversas alternativas y estrategias, las que han ido encaminadas a resolver esta problemática, para ello en esta investigación se trazó como habilidad la elaboración de un grupo de dimensiones cada una con sus indicadores para facilitar el trabajo en la misma:

Dimensión I. Socio-psicológica-cultural.

Indicadores:

- Cumplimiento de las actividades culturales para el uso del tiempo libre y la recreación en las comunidades.
- Nivel de satisfacción de las necesidades espirituales de la población.
- Nivel de empleo en la comunidad.
- Situaciones e indisciplinas sociales, delitos, medidas para enfrentarlos.
- Alumnos desvinculados del sistema nacional de enseñanza menores de 17 años.
- Vínculo de escuela-familia-comunidad.

Dimensión II. Salud- ambiental.

Indicadores:

- Existencia de posta médica y/o médicos de la familia.
- Número de microvertederos.
- Limpieza y embellecimiento de la comunidad.

Dimensión III. Defensa territorial- servicios.

Indicadores:

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

- Ofertas en unidades comerciales o a través de ferias en puntos móviles o fijos, y calidad de la oferta.

1.4.- La recreación como forma de utilización del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

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 esta 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 (1971) 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 este 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), 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”.

Considerando estas definiciones el autor entiende que la recreación debe representar una fuerza activa para el empleo del tiempo libre en el disfrute individual y colectivo en la medida que garantiza un desarrollo armónico de las personas que se entregan espontáneamente a la realización de alguna manifestación recreativa, lo que permite desarrollar óptimamente sus facultades, pueden mediante las diferentes actividades descubrir sus facultades, pues a través de la recreación, las personas profundizan sobre el conocimiento del mundo y su percepción para enriquecer su ámbito espiritual. La recreación en la actualidad es una disciplina que se considera ser formativa y enriquecedora de la vida humana.

Por lo que el autor de esta investigación asume el criterio de que la recreación constituye un proceso voluntario de entregarse a diferentes acciones físicas y mentales donde pueden tener cierta renovación de habilidades, capacidades físicas y la formación de valores a través de acciones elegidas con libertad donde prevalezcan el descanso, disfrute y entretenimiento, es establecer formas de comunicación entre las personas, a través de cualquier actividad del tiempo libre que permita un intercambio donde no se refleje menoscabo para ninguna de las partes y se establezcan condiciones favorables para el fomento y desarrollo de la idiosincrasia y un enfrentamiento a las circunstancias de la vida, sin que para ello exista ninguna fuerza exterior.

Si hablamos de recreación no podemos apartarnos de las actividades físico-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), 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, se desarrollan en la sociedad, 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: Las actividades en el ámbito de la recreación donde prevalezcan las acciones lúdico-recreativas de diferentes deportes en las que podemos incluir el espectáculo de la competencia y la competición con un sentido sano del empleo del tiempo libre de las personas que se ejercitan o entregan a voluntad propia, las cuales pueden tener un contenido físico-deportivo, turístico o terapéutico, para el descanso activo, el esparcimiento y el desarrollo individual.

La recreación física no es una forma de llenar el tiempo libre de un determinado grupo social, esta no asume características discriminatorias en sus diferentes manifestaciones, ni puede considerarse una mercancía que se vende a los más acaudalados, la misma es considerada una actividad básica con el objetivo de alcanzar el desarrollo educativo y la autoeducación con un sentido 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.

La gestión de las actividades recreativas debe corresponderse con el conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos, ésta permite la satisfacción de los participantes y aunque todas deben ocupar su lugar, las mismas deben observarse de la siguiente manera:

Gustos: Son los aspectos por los que se inclinan para su selección los participantes en correspondencia con sus criterios individuales sin tener en consideración el nivel de conocimientos, habilidades, capacidades y hábitos para la ejecución práctica de las acciones recreativas.

Intereses: Los mismos mantienen relación con los gustos, en dependencia de las individualidades preestablecidas por las posturas de los participantes, la forma y

lugar donde se realice, además de cómo y quienes la realizan considerando las dimensiones del tiempo libre entre otras cuestiones. etc.

Preferencias: Es el orden que las personas establecen en correspondencia a sus gustos y en estrecha relación con sus intereses

Las necesidades: Estas deben ser programadas y dosificadas en función de la edad y el sexo para que influyan en el organismo favorablemente, en la prevención de la salud, el rendimiento físico, equilibrio emocional etc.

Demanda: Tiene su origen en los gustos, preferencias, intereses y necesidades en las personas de las diferentes edades ya sea en la escuela, centro de trabajo, circunscripción, asentamiento, barrio y comunidad rural.

Oferta: Esta variable constituye el resultado en la toma de decisiones de la planificación recreativa ante el volumen de información que se diagnosticó para la determinación de los gustos, intereses, preferencias, etc.

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

En el trabajo del Consejo Comunitario de Circunscripción debemos tener presente los principios de la recreación, para lo cual debemos partir de los intereses y necesidades de los jóvenes, apoyándose en los resultados del diagnóstico que permita detectar los principales problemas a solucionar, identificar las potencialidades y limitaciones existentes en el área y determinar a los responsables de las acciones que se deben enfrentar para transformar el entorno en correspondencia con las aspiraciones.

Durante el desarrollo de actividades del Consejo Comunitario de Circunscripción, el sentido de pertenencia e identidad de las personas hacia la comunidad constituye un principio esencial, para lo cual debemos respetar a la diversidad de tradiciones, costumbres, hábitos, valores y criterios de los vecinos del barrio, sin lo cual no se alcanza la defensa y el arraigo a lo cotidiano, siendo estos elementos los que tributan al desarrollo del sentimiento de aceptación incondicional de toda la cultura material y espiritual que identifica a la comunidad. Sin identidad no es

posible hablar de comunidad. La preocupación y ocupación por el entorno debe constituir un modo de actuación presente en todos los participantes durante el desarrollo de cualquier actividad que pueda incidir de forma desfavorable en el ecosistema de la zona, que el disfrute no ocasione alteraciones del medio.

El principio de la participación consciente y el papel activo de las personas de la comunidad, es factor decisivo en la labor del Consejo Comunitario de Circunscripción, para lo cual constituye un factor decisivo la toma de conciencia de la mayoría de los vecinos y las diferentes entidades del barrio donde se palpe con claridad la realidad objetiva de los problemas. De aquí la importancia que el Consejo Comunitario de Circunscripción encamine sus esfuerzos para desarrollar la participación activa y consciente de los jóvenes.

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 se representa en los Consejos Populares, por los Combinados Deportivos, los cuales deben proyectar el desarrollo de las actividades deportivas y recreativas.

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 como el autor deja explícito que para que exista una comunidad, los sentimientos deben ser afines para un grupo, pues dentro de él se convive en interrelación con los demás integrantes, 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 acata la definición de María Teresa Caballero Rivacoba, (2004) considerando que es en la comunidad donde se desarrolla una gama de relaciones interpersonales, existiendo diferentes grupos sociales que se aglutinan por sus intereses y necesidades.

Los autores E. Sánchez y E. Wiendsefeld (1994) 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 Planificación recreativa en los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

La planificación recreativa deben partir del conocimiento de las necesidades e intereses recreativos, constituyendo lo más importante el participante, que en este caso es el joven en el cual debe estar centrada la mayor atención, 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 estas necesidades dialécticas y dinámicas.

Los principios dentro de una planificación constituyen postulados de obligatorio cumplimiento que debemos concebirlo en sistema, basado en los hechos que se derivan del estudio del comportamiento humano y de la naturaleza de la sociedad en la cual vivimos, incluye las experiencias y las soluciones que los dirigentes han enfrentado y solucionado ante problemas y situaciones diferentes para garantizar el éxito de la tarea.

Esta planificación está concebida realizarla con los jóvenes teniendo en consideración los resultados del diagnóstico, los motivos e intereses, por lo que entendemos oportuno aclarar que esta propuesta se basa en los instrumentos aplicados a partir de los gustos y preferencias de los mismos, por lo que la planificación retorna a los jóvenes una vez confeccionada, garantizando de esta forma una adecuada recreación y ocupación de su tiempo libre, en aras del desarrollo integral de la misma.

Apoyado en los argumentos anteriores el autor asume que una planificación recreativa debe ser lo suficientemente abarcadora como para que aborde un campo de variadas opciones para todos los jóvenes, ampliando los intereses de los mismos y orientándolos a experiencias positivas que permitan fomentar su cultura general.

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

1.5.1.- Enfoques básicos en que se basa la planificación de actividades recreativas con los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

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

Enfoques:

1. Tradicional.
2. Opinión y deseos.
3. Actualidad.
4. Socio-Político.

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

Una actividad física que se basa en la diversidad, equilibrio, flexibilidad y variedad.

En una planificación la composición de las actividades deben tener muy bien definidas las diferentes características de los jóvenes en su desarrollo endogenético, estas deben ser proyectadas de tal forma que las habilidades adquiridas puedan acompañar a las personas en el transcurso de su vida, sin que esto constituya la única forma de acogerse por un solo tipo de actividades, sino que pueda comprobarse el equilibrio existente entre las necesidades actuales y las futuras. Se tiene la noble aspiración de propiciar la salud, bienestar físico y mental y el desarrollo multilateral de la personalidad de los individuos mediante el empleo correcto del tiempo libre, a tono con esto la distribución y utilización del mismo, es la forma básica en la que el hombre manifiesta sus capacidades, sistema de habilidades y constituyen indicadores importantes que caracterizan las actividades y el desarrollo de la personalidad.

Según Pérez (2003), 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.

Relacionado con este planteamiento, se asume este estudio en la investigación, pues a partir de él se valora la ocupación del tiempo libre de los jóvenes, teniendo en consideración al elaborar la planificación de las actividades recreativas a realizar sean a partir de los gustos, intereses, preferencias y necesidades de los jóvenes. Según el propio autor, la planificación se divide en diferentes etapas que son de obligatorio tratamiento para realizar un proyecto recreativo en la comunidad:

Etapas de diagnóstico: Es una forma de investigación en que se describen y explican los problemas, con el fin de comprenderlos. El mismo está basado en el principio de “comprender para resolver”. Se parte de hechos concretos en la realidad circundante 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 etareos.

Etapas de determinación de los objetivos: Los objetivos de una planificación pueden definirse como los resultados esperados o como los propósitos que se desean alcanzar dentro de un periodo determinado, a través de la realización de determinadas acciones articuladas (Ander – Eng, 1992).

A menos que los objetivos de una planificación o proyecto estén muy claramente definidos, no es posible planificar 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 planificación. Sin embargo, aun teniendo objetivos formulados de una manera concreta e inequívoca, estos 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. (1994) 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 al objetivo general.

La valoración de la etapa es considerada por el autor como determinante para llevar a cabo la planificación de las actividades recreativas, debido a que no es suficiente solo el deseo de querer hacer y el cómo hacer para proponer un objetivo, es necesario tener presente también cómo lograr que el mismo sea viable, medible y que sea aceptado por los integrantes de los grupos sociales donde se va a realizar la propuesta. Por lo tanto tener concebido los objetivos de la planificación, permite seleccionar las actividades recreativas que se ofertarán, considerando las necesidades e intereses.

Para una planificación de recreación efectiva debe contener todas las áreas de expresión de las actividades recreativas, para que pueda ser considerado

integral, sin embargo de acuerdo con los intereses de la población, habrá que seleccionar aquellas áreas y actividades que sean mejor acogidas, teniendo en consideración el criterio de tratar de introducir paulatinamente aquellas áreas que tributen de forma directa al desarrollo de la personalidad.

Instrumentación y aplicación de la planificación para los jóvenes:

La instrumentación de la planificación implica proveerlo de condiciones, es decir espacios donde se desarrolle la planificación y se tenga en consideración los recursos necesarios para su ejecución, que es realmente donde se lleva a cabo la planificación. 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 planificación.

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

Etapas de evaluación: Debe ser concebida como un proceso buscando la participación activa de todos los responsables de las diferentes áreas de la planificación. El control nos permite el desarrollo del proceso y la evaluación de conocer la efectividad y el cumplimiento de los objetivos propuestos. La evaluación según Monserrat Colomer (citada por Cervantes, 1992) 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 inferir que la evaluación es un proceso que nos permite la valorización y medición de las actividades realizadas que sirven de base para la planificación con el fin de detectar las deficiencias y poder aplicar las medidas y reajustes necesarios, para esto es necesario realizar ajustes y disponer de nuevas alternativas a la ejecución de la planificación, se requiere tener la información necesaria relacionada con el control y la evaluación ejercida en todas las etapas del proceso de planificación recreativa.

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 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 de tiempo y el tiempo libre, a partir de cuyos datos se fundamenta la propuesta del plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma.

2.1.- Caracterización de la Comunidad.

El contexto social objeto de investigación lo constituye la circunscripción # 7 del Consejo Popular San Andrés, del municipio de La Palma. El mismo está compuesto por 37 CDR, contando con una población total de 7232 habitantes, 7 circunscripciones, tiene 5 escuelas primarias, 1 círculo infantil y una Facultad Universitaria. Además cuenta con 2 asociaciones de combatientes de la Revolución Cubana. Limita al norte con Guacamaya, al sur con Consolación del Sur, al este con La Palma y al oeste con Viñales.

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 Voleibol.

En cuanto al área de salud contamos con 1 policlínico comunitario y 4 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 cafetería, 1 panadería y 1 dulcería.

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

2.2.- Aplicación del diagnóstico comunitario (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, nos 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 de la misma.

Matriz DAFO.

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

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

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 y de la FAMSA.

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.
5. Cuenta con áreas deportivas y recreativas.

Mediante este diagnóstico se pudo determinar cuál es la fortaleza más 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:

Tabla # 1.- Resultados de la matriz DAFO.

Cuadrantes	Oportunidades	Amenazas
F	Ofensiva 30	Defensiva 20
D	Adaptación 20	supervivencia 30

Estrategia de supervivencia, porque todo lo que predominan son elementos, negativos, debilidades y amenazas, por este motivo trazamos 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 12 jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo representativos de la circunscripción # 7 del Consejo Popular San Andrés, del municipio de La Palma, los cuales oscilan entre las edades de 12 a 18 años (8 del sexo femenino y 4 del masculino), predominando la raza blanca; su desarrollo físico está 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 alta intensidad. Manifiestan independencia de sus padres, lo que los hace tener una cierta tendencia hacia la adultez, son vulnerables al peligro pues no le temen a este. 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.

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.

Posteriormente a aplicar la observación (Anexo No. 1) a 6 actividades organizadas para los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en la circunscripción # 7, en el período Marzo-Diciembre de 2010, coincidiendo las mismas con las planificadas para todos los demás jóvenes, se valoró que estas 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.2, 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.

Tabla 2.- Resumen general de las observaciones realizadas.

Actividades observadas	Elementos observados	Parámetros Evaluativos					
		B	%	R	%	M	%
6	a- Idoneidad de lugar.	2	33.3	3	50	1	16.7
	b- Participación.	1	16.7	3	30	2	33.3
	c- Calidad.	2	33.3	3	20	1	16.7
	d- Aceptación.	1	16.7	3	50	2	33.3

2.5.- Resultados de la encuesta a los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7.

La encuesta (Anexo No.2), realizada a los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo 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 8 jóvenes que representan el 66.7 % responden de manera insatisfactoria, el 100 % plantea que se realiza con carácter mensual, 8 jóvenes que representan el 66.7 % responden que las actividades que se desarrollan tienen un carácter pasivo lo que evidencia la poca motivación de las mismas, 10 jóvenes que representan el 83.3 % desconocen la existencia del plan de actividades físico-recreativas, 8 jóvenes que representan el 66.7 % responden de manera negativa a la pregunta si se tienen en cuenta los gustos y preferencias, 10 jóvenes que representan el 83.3 % manifiestan no participar en las actividades planificadas en la circunscripción y por último, 10 jóvenes que representan el 83.3 % consideran entre regular y mal el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

2.6.- Resultados de la entrevista a los factores de la circunscripción #7.

A continuación se reflejan los resultados de la entrevista (Anexo III) a los factores vinculados de una forma u otra al desarrollo de la recreación en la circunscripción #7, arrojando información complementaria relacionada con la organización y oferta del plan de actividades recreativas en dicha comunidad, entre las que se destacan diferentes opiniones como:

- Existen áreas y locales propicios para la ejecución de actividades físico-recreativas, pero no se explotan al máximo las potencialidades de los mismos, lo que nos hizo reflexionar que estas tienen un carácter espontáneo y no son planificadas.
- No se conoce el plan de actividades de recreación en su totalidad, 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.

Tabla 3- Resultados del diagnóstico inicial.

Dimensiones.	Indicadores.	Resultados DI.
Socio-psicológica-cultural.	Cumplimiento de las actividades culturales para el uso del tiempo libre y la recreación en las comunidades.	33.33 %.
	Jóvenes desvinculados del sistema nacional de enseñanza menores de 17 años.	100 %.
	Nivel de empleo en la comunidad.	33.33 %.
	Situaciones e indisciplinas sociales, delitos, medidas para enfrentarlos.	25 %.
	Nivel de satisfacción de las necesidades espirituales de la población.	25 %.
	Vínculo de escuela-familia-comunidad.	33.33 %.
Salud- ambiental.	Existencia de posta médica y/o médicos de la familia.	16.67 %.
	Número de micro vertederos.	16.67 %.
	Limpieza y embellecimiento de la comunidad.	33.33 %.
Defensa territorial y servicios.	Funcionamiento del sistema único de vigilancia y protección.	83.3 %.
	Participación de los pobladores de la comunidad en las actividades de la defensa	41.67 %.
	Ofertas en unidades comerciales o a través de ferias en puntos móviles o fijos, y calidad de la oferta.	83.3 %.

2.7.- Análisis del sistema de actividades físico-recreativas de la comunidad.

El Combinado Deportivo en que se enmarca esta circunscripción cuenta actualmente con un proyecto integrador para el desarrollo de la recreación y ocupación del tiempo libre en la misma, el cual se deriva del plan estratégico del Departamento de Cultura Física y Recreación de la Dirección Municipal de Deportes en La Palma.

Partiendo de este plan estratégico dicho proyecto integrador se adecua a las características de la comunidad, contando además con el diagnóstico específico de esta, 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 son muy generales, así como las actividades que en él se muestran, de las que algunas no están en correspondencia con los gustos y preferencias de los jóvenes.

Partiendo del análisis de dicho plan se denota que las actividades tienen 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 como medio de auto preparación de los especialistas.

2.8.- Estudio del presupuesto de tiempo en los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

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 una de las actividades globales, tal y como se puede apreciar en la tabla 4. Aquí llama la atención el bajo tiempo en las actividades de transportación (0,30 minutos), dado porque los dos objetivos fundamentales hacia los que se desplazan estas personas (la bodega 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 12 horas, 30 minutos.

Tabla 4- 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
12	Trabajo o Estudio.	0
	Transportación.	0:30
	Necesidades Biofisiológicas.	5:30
	Tareas Domésticas.	3:45
	Actividades de Compromiso Social.	1:45
	Tiempo Libre.	12:30

Valorando las actividades que los jóvenes realizan, como promedio, en esas 12 horas, 30 minutos de tiempo libre, de acuerdo con lo que se refleja en la tabla 5, se observa un buen número de ellas, sin embargo, en casi su totalidad constituyen actividades de realización individual, con la excepción de practicar deportes, las demás pertenecen a las actividades pasivas.

Tabla 5- Principales actividades realizadas en el tiempo libre (Según resultados del auto registro de actividades).

MUESTRA	ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE EN 24 HORAS.	TIEMPO PROMEDIO EN 24 HORAS.
12	Ver Televisión.	1:30
	Ir a fiestas.	1:30
	Escuchar música.	0:30
	Estudiar.	0
	Practicar deportes y Juegos de Mesa.	2:30
	Pasear.	2:30
	Conversar.	2:00
	OTRAS.	1:30
	TOTAL.	12:30

2.9.- Análisis de la aplicación de las técnicas de intervención comunitaria con los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

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 desvinculados del estudio y el trabajo), 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 estas actividades para la salud, creando 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 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 del plan de actividades físico-recreativas de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

Una vez confeccionados los diferentes grupos, se utilizaron técnicas participativas para conocer opiniones de los jóvenes sobre las actividades que les gustaría realizar, como por ejemplo: la lluvia de ideas, donde el profesor a partir de la exposición de actividades recreativas a realizar, anotaba las sugeridas por los participantes, teniéndose en cuenta al planificar los juegos. 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 buenas: existe tendencia al colectivismo, también se observan algunos que hacen su vida completamente aislada motivado esto por el modo de educación.

Se 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 se organicen racionalmente 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 confeccionaron 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 físico-recreativa como vía del aprovechamiento del tiempo libre. Además se realizaron varias actividades con intervención de los mayores, para motivar al grupo y mejorar la cohesión y la compatibilidad, logrando que las 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.

1. Valorando estos resultados, podemos apreciar cómo en la planificación que se lleva a cabo en la comunidad, está deficiente el proceso de articulación de sus objetivos y métodos, para llevar a finalidad el mismo, partiendo de las especificidades de esta comunidad y del carácter poco diferenciado de las actividades físico-recreativas, lo que provoca una reducción de la efectividad y eficiencia de la recreación en la misma.
2. 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 desvinculados del estudio y el trabajo, a partir de sus necesidades, gustos y preferencias para una recreación más sana, culta y diversa.

Capítulo III.- Plan de actividades físicos-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

Introducción.

El plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en la Circunscripción # 7, se confeccionó en correspondencia con los resultados del diagnóstico, así como teniendo en consideración principios en los cuales se sustenta la propuesta, tributando al desarrollo sociocultural y educativo de los jóvenes, se hace una descripción de las actividades que consideramos pudieran tener mayor dificultad en su comprensión.

3.1.- Principios en los que se sustenta la propuesta del plan de actividades para la circunscripción #7 del municipio de La Palma.

El plan 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:

- 1. Dinámico, participativo, colaborativo y dialéctico:** Este principio permite que el plan este 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 la programación, no viéndose la actividad como la suma de acciones o movimientos aislados, si no 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 individuo le imprima a la ejecución de la actividad.

3.2.- Propuesta de un plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7 del municipio de La Palma.

Este proyecto de plan de actividades recreativas que se plantea, propicia el desarrollo socio cultural y educativo, promueve el autodesarrollo de los jóvenes, dando pasos positivos y mancomunados con la aplicación del mismo.

El mismo, está estructurado con 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, objetiva 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).

Objetivo General.

Garantizar la satisfacción de las necesidades recreativas de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo a partir de la diversificación de ofertas según sus gustos y preferencias, contribuyendo a la ocupación sana del tiempo libre de estos.

Objetivos Específicos.

1. Ofrecer respuesta a las potencialidades recreativas de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo del territorio, con un diseño adecuado, aumentando 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. Adecuar la práctica de las actividades en el tiempo libre en relación a las manifestaciones de la recreación física y las posturas que asumen los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en cada una de las zonas de la circunscripción.

3. Incentivar la incorporación de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción a la práctica de actividades recreativas en su tiempo libre.
4. Fomentar una explotación óptima de los recursos, áreas e instalaciones de la comunidad.
5. Consolidar la cultura recreativa de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, 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.

Cultural: contribuye a una formación multilateral de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en el contexto social.

Social: está encaminado a comprender y convivir dando respuestas positivas a las necesidades sociales de la comunidad.

Histórico: se relaciona fundamentalmente con las efemérides del año, para la elaboración del plan de actividades recreativas planteadas para los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, permitiendo en los mismos determinados conocimientos de la historia, donde se incluye la comunidad.

Cognoscitivo: está relacionado fundamentalmente a desarrollar en los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo un plan de habilidades y capacidades, las cuales tributen a la integración de sus conocimientos.

Económico: está vinculado con los diferentes procesos y servicios en las empresas y organismos y la importancia que pueden tener para la población de la comunidad.

Ecológico: permite poner a los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en contacto con los diferentes ecosistemas y la incidencia de estos en la comunidad.

El desarrollo del plan de actividades físico-recreativa se realiza de forma independiente para cada uno de los indicadores, destacando los aspectos más significativos a partir de las bases sobre las cuales se concibe y posteriormente se conforma las ofertas dirigidas a los jóvenes, además se dan las orientaciones para realizar las mismas, a continuación se presenta de forma tabulada en la tabla # 6 la propuesta del plan de actividades.

Tabla 6.- Plan de actividades físicos-recreativas.

	Actividades	Fecha	Hora	Lugar	Responsable
1	Programa a jugar.	15/07/10	10:00 a.m.	Estadio de béisbol.	Profesor y Técnico de CF.
2	Juegos populares de salón.	19/08/10	10:00 a.m.	Área de festejos.	Profesor y Técnico de CF.
3	Maratón recreativo.	14/10/10	T/D	Campismo Popular.	Profesor y Técnico de CF.
4	Competencia de Mini-Fútbol.	2/10/10 al 2/11/10	10:00 a.m.	Área de festejos.	Profesor y Técnico de CF.
5	Competencia de Béisbol.	2-14/11 /10	10:00 a.m.	Estadio de béisbol.	Profesor y Técnico de CF.
6	Planes de la Calle.	12/12/10	10:00 a.m.	Área de festejos.	Profesor y Técnico de CF.
7	Maratones.	19/12/10	10:00 a.m.	Campismo Popular.	Profesor y Técnico de CF.
8	Simultánea de Ajedrez.	26/12/10	10:00 a.m.	Área de festejos.	Profesor y Técnico de CF.
9	Juegos Tradicionales.	13/1/11	T/D.	Área de festejos.	Profesor y Técnico de CF.
10	Festivales deportivos.	1-3/2/11	T/D.	Campismo Popular.	Profesor y Técnico de CF.

3.3.- Indicaciones Metodológicas u Organizativas.

- Para la puesta en práctica de dicho plan de actividades 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 divulgación de las mismas. Esta deberá hacerse utilizando la mayor variedad de vías posibles tales como: murales, 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 eficaz 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.- Estructuración del plan de actividades

Orientaciones Metodológicas por actividades.

Descripción del programa (A Jugar).

- Acondicionar las instalaciones de la comunidad apropiadas para este evento, donde no existan obstáculos que ofrezcan peligro
- Se competirá cada vez en seis (6) o mas 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 integrado 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.
- 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. Mudarse de posición.
2. Caballos y Camellos.
3. Salvamento.
4. Intercambio de cosas.
5. El pañuelo.
6. Juegos de relevos.

Juegos populares de salón:

Objetivo: Mantener activos aquellos juegos de preferencias 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.

Organización.

Las competencias serán organizadas con la familia o grupos de amigos, sacando los ganadores a competir con otros barrios de la circunscripción, de ser posible pudiéndose 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. 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. Bolos.
7. Barajas.
8. 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).
9. Béisbol–Dar
10. Tres Fichas en Línea (Para realizar este juego es suficiente tener un trozo de cartón o de papel de unos 15 cm², 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 fichas en una sola línea será el ganador).
11. 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).

Maratones Recreativos.

Objetivo: Mejorar las habilidades y las relaciones interpersonales entre los jóvenes.

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 conducción sobre la base del esfuerzo humano 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. Estos se correrán todos los meses en saludo a fechas significativas, premiando a los tres primeros lugares y un premio especial.

Competencia de mini fútbol y Béisbol.

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

Desarrollo:

Esta competencia se desarrollara entre los equipos pertenecientes a los CDR # 1 y 2 de la circunscripción # 7.

Cantidad de equipos participantes: 6

Cantidad total de juegos a efectuar: 15

Cantidad de juegos cada equipo: 5

Fecha: 1 al 14 de abril

Horario de competencias: 4:20 a 6 PM

Días de competencias: miércoles: 1 y 8

Viernes: 3 y 10

Lunes: 6 y 13

Cantidad de juegos diarios: 3

Equipos:

1. Forestales.
2. Citricultores.
3. Tabacaleros.
4. Agricultores.
5. Cafetaleros.
6. Ganaderos.

Juegos tradicionales y populares.

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

Para el desarrollo de estos 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.
- i) Flechita negra.
- j) Los escondidos.

Festivales de deporte y recreación para todos.

Objetivo: Mantener activos los jóvenes mediante juegos de preferencias 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 participantes: 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 canastas encestandas 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 o 15 minutos cada mitad del partido.
- Exhibiciones y topes de deportes.
- 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.

3.5.- Valoración del plan de actividades físico-recreativas. Utilizando criterios de especialistas.

Para la valoración teórica del plan de actividades físico-recreativa a instrumentar fueron consultados un total de 10 informantes claves y 5 especialistas, todos con una experiencia que oscila en un rango de 25 a 30 años en el ejercicio de la actividad, teniendo en cuenta la relación necesidad-satisfacción.

El 100% de ellos pronosticó el éxito del plan propuesto, teniendo en cuenta los cuatro indicadores (efecto, aplicabilidad, viabilidad y relevancia).

En sentido general, coinciden en que la estructuración, organización y contenido del plan propicia el cumplimiento de sus objetivos y la obtención de los resultados previstos, siendo posible su aplicación y generalización a otras zonas o territorios (en correspondencia con las particularidades de los mismos), permitiendo además, debido a su flexibilidad, su corrección y perfeccionamiento, retroalimentándose de las experiencias de su implementación práctica, incluyendo los aportes de los propios participantes.

Todo ello le imprime una notable relevancia y significación, en una esfera joven que se comienza a explorar y profundizar en el país como lo constituye la ocupación y aprovechamiento del tiempo libre y la recreación en el marco del trabajo comunitario, resaltando lo novedoso de la propuesta en comparación con planes anteriores, teniendo en cuenta el carácter integrador de las actividades que la conforman, contribuyendo no solo al desarrollo de habilidades motoras o capacidades físicas, sino al auto desarrollo de la comunidad y de la cultura general integral de sus portadores.

Además constituye un aporte teórico importante a la preparación teórica y práctica de los especialistas en esta esfera de actuación, brindando una guía para el trabajo con el grupo seleccionado en los marcos de la comunidad. No necesita de recursos económicos que puedan implicar gastos para el organismo, planteando soluciones concretas con el menor de los costos.

3.5.1. Valoración práctica de la propuesta.

Con la puesta en práctica de forma paulatina del plan de actividades físico-recreativas, para los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7, pudimos apreciar la aceptación y el aumento en la participación, ya que las actividades ofertadas tuvieron gran influencia en la motivación de ellos, al ser las mismas de sus gustos y preferencias, logrando con el accionar de estas, erradicar las conductas incorrectas.

Después de un período de cinco meses le fue aplicado un instrumento a la muestra de estos jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo entre cuyos resultados generales arrojó:

- Que las actividades ofertadas han tenido gran variedad, la divulgación ha mejorado, en cuanto al conocimiento de los encuentros deportivos, festivales deportivos, maratones populares y otras, pero consideramos que puede ser mejor.
- Las actividades más gustadas: los festivales deportivos, torneos relámpagos de béisbol, fútbol y baloncesto.
- La implementación de esta propuesta ha permitido incorporar además de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, a todos los miembros de la comunidad, existiendo gran alegría y cohesión en la misma, dando lugar a que otros miembros del Consejo Popular se incorporen, irradiando de forma general un alto nivel de participación.
- La motivación de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo en la realización de las actividades implementadas ha permitido protagonismo de estos, incluso su efecto en ellos se manifiesta, entre otros ejemplos, en como el total de los desvinculados ya se han incorporado a la sociedad a partir de la puesta en práctica de este plan de actividades.

En la tabla 7 se muestran los resultados del diagnóstico final, en los que se evidencian el cumplimiento de los indicadores, que a su vez dan respuestas a las tres dimensiones propuestas por el investigador para este trabajo. Por lo que se consideró válida la propuesta ya que se evidencia una tasa de avance en los resultados finales, comparados estos con los iniciales como se observa en la tabla.

Tabla 7- Resultados del diagnóstico final.

Dimensiones.	Indicadores.	Resultados DF.
Socio-psicológica-cultural.	Cumplimiento de las actividades culturales para el uso del tiempo libre y la recreación en las comunidades.	66.67 %.
	Jóvenes desvinculados del sistema nacional de enseñanza menores de 17 años.	0 %.
	Nivel de empleo en la comunidad.	66.67 %.
	Situaciones e indisciplinas sociales, delitos, medidas para enfrentarlos.	16.67 %.
	Nivel de satisfacción de las necesidades espirituales de la población.	75 %.
	Vínculo de escuela-familia-comunidad.	66.67 %.
Salud- ambiental.	Existencia de posta médica y/o médicos de la familia.	83.3 %.
	Número de micro vertederos.	41.67 %.
	Limpieza y embellecimiento de la comunidad.	66.67 %.
Defensa territorial y servicios.	Funcionamiento del sistema único de vigilancia y protección.	100 %.
	Participación de los pobladores de la comunidad en las actividades de la defensa	83.3 %.
	Ofertas en unidades comerciales o a través de ferias en puntos móviles o fijos, y calidad de la oferta.	91.7 %.

Conclusiones Parciales del Capítulo III.

1. La configuración de las actividades integradoras dadas en la propuesta del plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7 del municipio La Palma, se realizó teniendo en cuenta los principios que determinarán la recreación de una forma sana sobre la base de sus necesidades, gustos y preferencias.
2. El plan de actividades diseñado para los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7 del municipio La Palma, cumple una función social, histórica, ecológica, cognitiva y formativa que se manifiesta en las actividades integradoras propuestas.

Conclusiones Generales.

- Con el análisis de los documentos y fuentes bibliográficas consultadas, se constata la significación y atención hacia el empleo del tiempo libre y su ocupación a través de actividades recreativas, especialmente las de carácter formativo, apoyados en la importancia del plan de actividades, destacándose como elemento indispensable la canalización de las necesidades, intereses, gustos y preferencias de la población, en dependencia del grupo etáreo al que pertenezcan.
- Existe una desocupación del tiempo libre por parte los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción # 7 del municipio La Palma, avalado por los resultados del diagnóstico inicial aplicado a la muestra objeto de investigación.
- El plan de actividades físico-recreativa elaborada para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, parte de las necesidades e intereses de los mismos, sobre la base de la flexibilidad y variedad.
- El plan de actividades físico-recreativa para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7 del Municipio La Palma, nos demuestra la efectividad de la propuesta, teniendo en consideración la participación de estos en las distintas actividades planificadas, además lograr vincular a 10 de ellos al estudio o el trabajo.

Recomendaciones.

- A los especialistas de recreación y deporte que trabajan directamente con estos jóvenes, que profundicen en el estudio de esta temática con el propósito de brindar otras formas de combatir esta problemática.
- Generalizar la investigación realizada en todo el municipio y provincia.

Bibliografía.

1. Alvarez de Zayas, C.M. La escuela de excelencia. MS. La Habana. Cuba. 1994.
2. Ander-Egg, E. (1989). La animación y los animadores. Editorial Narcea, Madrid.
3. Bally, G. (1986). El Juego como expresión de libertad. Ed. Fondo de Cultura Económica, México.
4. Butler, G. (1963). Principios y métodos de Recreación para la comunidad. Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires.
5. Caballero Rivacoba, Mirtha J. Yordi García, (2004). El trabajo Comunitario. Una alternativa al desarrollo social. Ed. Acana, Camaguey
6. Cajigal, J. M. (1987). Cultura Física y Cultura Intelectual. Ed. Kapeluz. Buenos Aires.
7. _____. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". Citius, Altius, Fortius.-Tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
8. Cervantes, J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Ed. Mungía y Hnos., México.
9. Castro, Ruz. Fidel (1981). Acto de graduación de los más de 11 000 alumnos de los Institutos Superiores Pedagógicos y los primeros Licenciados en Enseñanza Primaria, 7 de julio 1981.
10. Coldeportes, Funlibre, Colectivo de autores (2003) "PLAN NACIONAL DE RECREACION" (Bogotá, Colombia).
11. Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de Deusto.
12. Danfor, H. (1966). Planes de Recreación para la comunidad moderna. Ed. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
13. Davis, M. (1971) Teoría de Juego. Ed. Alianza. Madrid.
14. Dirección Nacional Recreación del INDER (2003) "Documentos rectores de la recreación física en Cuba" La Habana, Editorial Deportes
15. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona. Editorial Estela
16. _____. (1971). Realidades del ocio e ideologías. Barcelona, Fontanella.

- 17._____. (1988) Revolution culturelle du temps libre. París, Meridiens Klincksieck.
- 18.Francia, A. Y Martinez, O. (1999). Educar en valores con juegos y dinámicas. Editorial San Pablo, Madrid.
- 19.Freund, John.E.(2006). Estadística Elemental Moderna. Editorial Félix Varela, La Habana.
- 20.Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital Educación Física y Deportes.
- 21.Fullea Bandera, Pedro (2000) “PORQUE JUGAR... ES COSA DE JUEGO” La Habana
- 22._____ (1998). Recreación comunitaria. Ciudad de La Habana.Dirección Nacional de Recreación del INDER.
- 23.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>.
- 24.García Montes, María Elena. (1996). Planificación de actividades para el recreo y el ocio (apuntes de la asignatura). Granada (inédito).
- 25.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.
- 26.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.
- 27.Guerra Bustillo, Caridad W y otros (1987) Estadística. La Habana . Editorial Pueblo y Educación.
- 28.Guerrero Gutiérrez, santos. Algunos aspectos de la historicidad de la recreación en cuba. – la habana; dirección nacional de recreación, s.a.
- 29.Gutiérrez, R. (1997). El juego como elemento educativo. Editorial CCS. Madrid.
- 30.Grushin, O (1966). Tiempo libre y desarrollo social. Ciudad de La Habana, Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico Técnico.

- 31.** Hernández Vázquez, M. Y Gallardo L. (1994). "Marco conceptual: Las Actividades deportivo-recreativas" En Apuntes 'Educación Física. 37: 58-67 Barcelona. INEFC.
- 32.** Krispskeen, V. M. (1978). Fundamentos socio-fisiológicos de la organización de las actividades recreativas. Ed. Minsk.
- 33.** Kotronitski, A. (1977). Enfoque sistémico de los estudios de la recreación. Ed. Progreso, Moscú.
- 34.** Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
- 35.** Listello, A. y Otros. (1988). Recreación y Educación Física Deportiva. Ed. Kapeluz, Buenos Aires.
- 36.** Louglin, A. J. (1971). Recreodinámica del adolescente. Ed. Librería del Colegio, Buenos Aires.
- 37.** Martínez del Castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación; nuevas necesidades, nuevas políticas" En: Apuntes de Educación Física. 4: 9-17 Barcelona. INEFC.
- 38.** 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
- 39.** Martínez Gómez, 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.
- 40.** Miravet Infante, I. (2011). "Plan de actividades físico-recreativas para mejorar el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes con edades entre 15 a 20 años de la circunscripción # 4 del Consejo Popular San Andrés del municipio La Palma". "Tesis en opción al título académico de Máster en Ciencias en Cultura Física en la Comunidad".
- 41.** Moreira, R. (1979). La Recreación un fenómeno socio-cultural. La Habana, Impresora José A. Huelga.
- 42.** Moreira Barahona, Ramón. La recreación un fenómeno socio cultural.—La Habana dirección nacional de recreación, 1977

- 43.** Munne, F. (1980). Psico-sociología del tiempo libre; un enfoque crítico. Ed. Trillas, México.
- 44.** Oliveras, R. (1996) "El planeamiento comunitario. Metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.
- 45.** Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. FUNLIBRE, Colombia.
- 46.** Pérez Serrano, G. (1990) "Investigación – acción aplicada al campo educativo". Editorial Dyckinson, Madrid.
- 47.** Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (1997). Recreación.; fundamentos teóricos metodológicos. La Habana, Editorial Deportes.
- 48.** Petrowski, A. V. (1980) Psicología, pedagogía y de las edades. La Habana, Editorial Pueblo y Educación
- 49.** Puig Rovira, J. M. Y Trilla, J. (1985). "La pedagogía del ocio". Barcelona: CEAC.
- 50.** Quintana, J. M. (1993). Los ámbitos profesionales de la animación. Editorial Narcea, Madrid.
- 51.** 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.
- 52.** Recreación: colectivo de autores – Pinar del Río: S.E,S.A.
- 53.** CONADE, México, 1989.
- 54.** 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.
- 55.** Rodríguez, E. Tiempo Libre y personalidad. La Habana. Editorial ciencias sociales. 1982.
- 56.** Ruiz, J. M.E. García Y I. Hernández. (2000). Organización de jornadas lúdicas en espacios no convencionales. Universidad de Almería, España.
- 57.** Sánchez M. S. Guerrero Y L. Caballero. (1977). Los 100 juegos del Plan de la Calle. Algunas teorías sobre juegos. Editorial Orbe, La Habana.

- 58.** Tabares, J. F. (2001). El desarrollo humano como marco del análisis del ocio en la actualidad. FUNLIBRE, Colombia.
- 59.** Thelen, H. A. (1974). Dinámica de los grupos en acción. Editorial Escuela, Buenos Aires.
- 60.** Villaverde, E. (1982). Dinámica de grupos y educación. Editorial Paídos, Buenos Aires.
- 61.** WEBER, E. (1969). El problema del tiempo libre. Editorial Nacional, Madrid.
- Waichman, P. (1993) "Tiempo libre y recreación, un desafío pedagógico". Editorial PW, Buenos Aires.
- 62.** Vigotsky L. S (1987): Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Editorial Científico-Técnica, La Habana.
- 63.** Zamora, R. y M. García. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.

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 # 7.

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 desvinculados del estudio y el trabajo tomados como muestra de la circunscripción #7.

Objetivo:

Diagnosticar como se manifiesta el grado de aceptación de las actividades recreativas en los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7.

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

Sexo M: ___ F: ___

1. ¿Se ofertan actividades físico-recreativas y deportivas para los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7?

Si ___ No ___ A veces ___

2. ¿Con que frecuencia se realizan?

Semanal ___ Mensual ___ Semestral ___ Anual ___ Ocasional ___

3. ¿Qué actividades físico-recreativas deportivas se le ofertan a los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo de la circunscripción #7?

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 #7 de un sistema de actividades físico-recreativas y deportivas? Si ___ No ___

5. ¿Se tiene en cuenta los gustos y preferencias a la hora de planificar y ofertar las actividades físico-recreativas y deportivas? Si ___ No ___ A veces ___.

6. ¿Participa usted en las actividades físico-recreativas y deportivas planificadas en su circunscripción? Si ___ No ___ A veces ___

7. ¿Cómo usted considera el aprovechamiento del tiempo libre por los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo? 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 desvinculados del estudio y el trabajo 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 sistema de actividades físico-recreativa de la circunscripción?

Si____ No____

5. ¿Qué causas impiden el desarrollo del sistema de actividades físico-recreativa en la circunscripción?

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

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

Anexo 4.

Datos de los Especialistas Consultados.

Nombre del especialista	Años de experiencia en la recreación	Graduado en	Ocupación actual
Raúl González Pérez.	30	FCF Nancy Uranga.	Met Provincial de recreación.
Luís Alberto Cuesta.	26	FCF Nancy Uranga.	Jefe de la disciplina de recreación.
Luís Hernández Portal.	36	FCF Nancy Uranga.	Met Provincial de recreación.
Jesús O Pelier.	34	Tec. Medio	Met Municipal de recreación.
Luís A Moreno.	27	FCF Nancy Uranga.	Especialista en recreación.

Siendo sus criterios personales anexados y las regularidades las siguientes:

- El 100% de los especialistas coincide en que la propuesta valorada presenta una notable variedad y diversidad de actividades en correspondencia con los intereses de este grupo poblacional, lo que predice su aceptación y el cumplimiento de los objetivos propuestos, partiendo de la factibilidad de su aplicación.
- La misma constituye una oferta novedosa por cuanto contempla detalladamente las vías para la concreción de cada una de las actividades, combinando la satisfacción de las necesidades recreativas con el desarrollo de hábitos y valores positivos en la formación de estos jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.
- Se ha ido aplicando gradualmente, logrando una mayor sistematicidad en las actividades, aumento progresivo en la participación de los jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo.

Anexo # 5. Comparación de los diagnósticos I y F.

Dimensiones.	Indicadores.	Inicial	Final
Socio-psicológica-cultural.	Cumplimiento de las actividades culturales para el uso del tiempo libre y la recreación en las comunidades.	33.33 %.	66.67 %.
	Jóvenes desvinculados del sistema nacional de enseñanza menores de 17 años.	100 %.	0 %.
	Nivel de empleo en la comunidad.	33.33 %.	66.67 %.
	Situaciones e indisciplinas sociales, delitos, medidas para enfrentarlos.	25 %.	16.67 %.
	Nivel de satisfacción de las necesidades espirituales de la población.	25 %.	75 %.
	Vínculo de escuela-familia-comunidad.	33.33 %.	66.67 %.
Salud-ambiental.	Existencia de posta médica y/o médicos de la familia.	16.67 %.	83.3 %.
	Número de micro vertederos.	16.67 %.	41.67 %.
	Limpieza y embellecimiento de la comunidad.	33.33 %.	66.67 %.
Defensa territorial y servicios.	Funcionamiento del sistema único de vigilancia y protección.	83.3 %.	100 %.
	Participación de los pobladores de la comunidad en las actividades de la defensa	41.67 %.	83.3 %.
	Ofertas en unidades comerciales o a través de ferias en puntos móviles o fijos, y calidad de la oferta.	83.3 %.	91.7 %.

Anexo 6.- Resultados del análisis estadístico.

Resultados numéricos de los diagnósticos inicial y final

Método estadístico de prueba de hipótesis entre dos proporciones muestrales para muestras grandes.

Fórmulas y Algoritmo de trabajo.

$$Z = \frac{\frac{X_1}{n_1} - \frac{X_2}{n_2}}{\sqrt{p(1-p) \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Descripción de los términos de la fórmula de prueba de hipótesis entre dos proporciones muestrales en muestras grandes.

Z resultado calculado en el análisis= 1.14

X₁=Sucesos favorables =12

X₂=Sucesos favorables= 10

n₁=Tamaño de la muestra 1=12

n₂=Tamaño de la muestra 2=12

p= Probabilidad favorable=0,17

(1-p)= Probabilidad desfavorable= 0.83

Z Tabulada para 0.05

$$(-1.96 \leq Z \leq 1.96)$$

Como la Z calculada es= 1.14 con lo que cae en los intervalos de aceptación de la Z tabulada para un 5 %, existe diferencia muy significativa entre los resultados del diagnóstico Inicial y los resultados del diagnóstico final.