

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



**TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER
EN ACTIVIDAD FÍSICA COMUNITARIA**

**TÍTULO: Programación Recreativa una opción para la ocupación del
tiempo libre en los adolescentes del Consejo Popular Capitán
San Luís Pinar del Río .**

AUTORA: Lic. Yaima Fernández Izquierdo

**TUTORAS: MSc. Ana Belkys Amador Cabrera
MSc. Lourdes González Núñez**

Consultantes: Lic. Luís A. Cuesta Martínez

**Pinar del Río, Febrero del 2009
“Año del 50 Aniversario del Triunfo de la Revolución”**

PENSAMIENTO

“Los pueblos, lo mismo que los niños, necesitan de tiempo en tiempo algo así como correr mucho, reírse mucho, y dar gritos y saltos. Es que en la vida no se puede hacer todo lo que se quiere y lo que se va quedando sin hacer sale así, de tiempo en tiempo, como una locura”.

José Martí.

AGRADECIMIENTOS

❖ Mi principal agradecimiento a mi abuela que me supo guiar y proteger en esta vida tan difícil.

❖ Deseo dar las gracias a las personas que con tanto esfuerzo facilitaron la realización de esta investigación, en primer lugar a mis Tutoras Msc. Ana Belkys Amador y Msc. Lourdes González, cuya contribución fue decisiva para la realización de esta investigación.

❖ A, Luís A. Cuesta Martínez que con tanta dedicación ayudo en nuestra investigación.

❖ A mi querida familia especialmente a mis hijos y comprensión de mi esposo que sin el esto no seria posibles.

❖ A mis amigos más queridos que siempre me han ayudado y que siguen tratando de ayudarme toda la vida.

❖ En fin aquellas personas que de una forma u otra hicieron posible la realización del trabajo.

Muchas gracias.

INDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I. LA RECREACIÓN EN FUNCIÓN DEL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL MARCO DE LA COMUNIDAD.	
1.1 El tiempo libre en la sociedad actual	12
1.1.1 El tiempo libre como parte del tiempo social.....	13
1.1.2 Valor social y uso del tiempo libre	17
1.1.3 Presupuesto de tiempo y tiempo libre.....	18
1.2. La recreación como forma de utilización en el tiempo libre.	19
1.2.1 Antecedente de la recreación en Cuba	21
1.2.2 Las actividades físicas recreativas	22
1.2.3 Recreación física en el ámbito de circunscripción... ..	25
1.2.4 La Recreación física en el Consejo Popular	26
1.3. Manifestaciones psicológicas de los adolescentes en la ocupación del tiempo libre para su recreación.....	28
1.4. La Programación Recreativa.....	30
1.4.1 Enfoques básicos en que se basa la Programación.....	31
Conclusiones	
CAPITULO II . VALORACIÓN DE LOS RESULTADOS ARROJADOS POR LOS INSTRUMENTOS APLICADOS.....	37
2.1 Caracterización de la Comunidad.....	37
2.2 Características y estructuras del grupo de adolescentes. Motivo de investigación.....	38
2.3 Resultados de las observaciones	39
2.4. Resultados de la Entrevista	40
2.5 Resultados de la Encuesta No. 1	41
2.6 Análisis del programa de la comunidad.....	43
2.7. Estudio del presupuesto de tiempo	44
2.8. Análisis de la Aplicación de las Técnicas de Intervención Comunitaria.....	46
2.9. Procedimientos que sustentan la propuesta	47
CAPITULO III. PROGRAMACIÓN RECREATIVA PARA LA OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ADOLESCENTES DEL CONSEJO POPULAR CAPITÁN SAN LUÍS.....	49
3.1 Principios en los que se sustentan la propuesta para el Consejo Popular Capitán San Luis	49
3.2 Propuesta de una Programación Recreativa para los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís	50
3.2.1 Actividades integradoras de la Programación alternativa para la recreación sana.	53
3.3 Indicaciones metodológicas organizativas	56
3.4 Valoración teórica de la propuesta planteada	57
3.5. Implementación y valoración práctica del programa	58
CONCLUSIONES.....	71
RECOMENDACIONES.....	73
BIBLIOGRAFIA	
ANEXOS	

RESUMEN

Es evidente que el proceso actual de desarrollo de las investigaciones, objetivamente, va asignando al factor Tiempo Libre y la Recreación, un papel cada vez más importante en las tareas del desarrollo económico y del bienestar social. En la base de esta importancia está el reconocimiento al fenómeno recreativo de una función de reproducción y auto desarrollo, así como el análisis del contenido de la Recreación, constituido por formas culturales (la cultura física entre ellas), que le permite participar en la elevación del nivel cultural, elemento importante al mejoramiento de la calidad de vida de la población.

El objetivo de este trabajo es proponer un grupo de actividades a manera de Programación Recreativa en función de la ocupación del tiempo libre y la satisfacción recreativa de los adolescentes, del Consejo Popular “Capitán San Luis” en el municipio Pinar del Río.

El estudio se inició con la aplicación de un diagnóstico de la situación concreta del lugar, el cual contempla un grupo de aspectos como: Datos socio-demográficos y generales de la población objeto de estudio, oferta recreativa existente, así como las necesidades e intereses recreativos de estas personas.

Para ello se aplicaron diferentes métodos y técnicas investigativas como la Observación, la Encuesta y la Entrevista.

Todo lo cual nos permitió llegar a conformar una propuesta de programación de actividades recreativas, la cual se ha estructurado sobre la base de la realidad y objetividad, partiendo de los preceptos más actuales sobre la temática en cuestión.

INTRODUCCION

Históricamente la recreación ha desempeñado un papel relevante en el desarrollo físico de los niños, adolescentes y jóvenes, ya sea como actividad física o para esparcir la mente, por cuanto todas las actividades en ella contenidas, son apropiadas para fortalecer la salud y desarrollar las capacidades físicas y mentales y de esta manera contribuir significativamente al desarrollo pleno de la personalidad del individuo.

La problemática del Tiempo Libre y Recreación, constituye un desafío de nuestra época, puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales.

La recreación tiene como objetivo incrementar las opciones y servicios en los centros de trabajo, educacionales, consejos populares y demás objetivos sociales del territorio, con actividades recreativas destinadas a la sana ocupación del tiempo libre de la población, a la vez que propicia el desarrollo de diferentes valores tales como la perseverancia, el colectivismo, la solidaridad y la laboriosidad.

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, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas - físicas fortalecen la salud y lo prepara para el pleno disfrute de la vida, y por otro, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del tiempo libre en las diversas esferas de la Recreación.

La palabra Recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quién la identifique de un modo diferente, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses que en el mundo moderno pueden constituir formas de recreación.

La práctica sistemática de actividades recreativas ayudan al equilibrio biológico, psicológico y social que demanda el adolescente para poderse desenvolverse en la vida. Relacionado con esto, M.Wroczyński, citado por Petroski A.V

(1980), plantea: "La educación fuera de la escuela constituye una institución educativa intermedia entre la escuela y la casa". Por todos sus valores educativos, las actividades recreativas tienen que ser consideradas como medio de trabajo fundamental en el tiempo libre, ya que especialmente en lo que concierne al trabajo con los adolescentes y su correcta utilización conlleva a una incidencia en la formación y desarrollo de los hábitos motores.

Con las actividades recreativas se tiene la oportunidad de realizar tareas llenas de vivencias y aventuras, saturadas todas ellas de valores educativos que la hacen sólidamente constructiva, logrando un mayor acercamiento a su ambiente, que provocará un mayor conocimiento y comprensión del mismo y consecuentemente, una mayor identificación y amor hacia la naturaleza. Como producto de todo ello se logrará una mejor calidad de vida en la persona.

Según la declaración universal de los derechos humanos (Art.24 del 10 de diciembre de 1948) "Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas".

Teniendo en cuenta la recreación que se lleva a cabo en la ocupación del tiempo libre, a través de las diferentes actividades recreativas para el desarrollo de nuestros adolescentes, aun quedan algunas insuficiencias para llevarlas a cabo, por lo que el proyecto de intervención comunitaria para la ocupación del tiempo libre debe sustentarse sobre la base de las particularidades propias y necesidades de las personas que integran cada comunidad.

Todo lo antes expuesto, unido a la problemática actual de lograr una satisfacción recreativa en nuestra población, nos motivo a llevar a cabo esta investigación, por lo que este tema responde a la línea investigativa de esta maestría: validación de programa de actividad física comunitaria que respondan a la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos.

El trabajo se enmarca en el Consejo Popular Capitán San Luís del municipio Pinar del Río (conocido por "Reparto Villamil). Este se caracteriza por ser un barrio sin problemas de carácter social, pues no ocurren manifestaciones

delictivas, ni antisociales con frecuencia, no obstante, las personas que allí residen, manifiestan cierta inconformidad con la oferta de actividades recreativas atractivas para la ocupación del tiempo libre, a pesar de contar con las condiciones e infraestructura aceptables para lograr una calidad de vida sana en sus habitantes.

Al entrevistar los directivos de la comunidad, se constató la existencia de un programa recreativo general, rectorado por la Escuelas Comunitaria, el cual no funciona a cabalidad, al no existir sistematicidad en las actividades previstas, ocasionando esto la insatisfacción de los diferentes grupos etéreos. Estas insuficiencias convierten a la ocupación del tiempo libre en uno de los problemas sociales de mayor trascendencia en el territorio, aflorando la necesidad de planificar, y llevar a vías de hecho diferentes actividades, a partir del aprovechamiento de los recursos con que se cuenta, en función de las necesidades e intereses de los habitantes del lugar.

Al realizar la caracterización de esta comunidad se pudo precisar que está ubicada en una zona urbana, electrificada, con servicio de acueducto y alcantarillado. Dentro de los aspectos demográficos sobresalen el sexo femenino, los adolescentes y jóvenes, así como el nivel escolar medio superior. Las ocupaciones son variadas, dentro de las que destacan el profesional del INDER, dada la cercanía con las diferentes instalaciones deportivas tales como: Estadio “Capitán San Luís”, Sala Polivalente “19 de Noviembre” y la Facultad de Cultura Física “Nancy Uranga Romagoza”.

En su estructura geográfica el Consejo Popular motivo de estudio se encuentra enclavado en el casco urbano de la Ciudad de Pinar del Río, limita al noroeste con el Consejo Popular Celso Maragoto, al norte con el Consejo Popular 10 de Octubre, al sur con el Consejo Popular Ceferino Fernández, al este con el Consejo Popular Hermanos Balcón, y al oeste con el Hermanos Balcón.

En su estructura política cuenta con un delegado de circunscripción, cuatro representantes de las instituciones estatales, así como de organizaciones de masa. Cuenta con grupo poblacional de 13547 Habitantes de los cuales: la gran

mayoría se encuentra en las edades comprendidas entre 0 a 35 años; cuenta con un hotel comercio, hotel moderno, hotel presidente, edificio Teherán, además de 22 instalaciones de salud, 1 policlínico, sala de rehabilitación, 12 centros educacionales, y 32 centros de servicios.

Al entrevistar a los activistas y promotores culturales de la comunidad, se constató que no son explotadas las instalaciones y recursos disponibles en el desarrollo de actividades de este tipo, siendo insuficientes las ofertas existentes, las cuales no logran motivar la participación de los adolescentes.

A su vez, a través de las observaciones y la aplicación de las técnicas participativas, se pudo constatar las dificultades con la programación recreativa, en sentido general, de la comunidad y en específico la dirigida a los adolescentes, derivando en el uso irracional del tiempo libre de estos. Entre las insuficiencias afloradas se resumen las siguientes:

- Poca experiencia de los activistas.
- Falta de variabilidad en la oferta recreativa.
- No disponer de la guía programática actual para orientar esta labor.
- No utilizar las actividades que realmente son del agrado de los adolescentes de esta localidad.

Partiendo de los elementos anteriores, se formula el siguiente **PROBLEMA CIENTÍFICO**:

¿Cómo mejorar la ocupación del tiempo libre de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís del Municipio Pinar del Río?

EI OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN: El proceso de recreación comunitaria

EI CAMPO DE ACCIÓN: La ocupación del tiempo libre, en el proceso de recreación comunitaria de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís del Municipio Pinar del Río?.

OBJETIVO

Proponer una programación de actividades recreativas en función de mejorar la ocupación del tiempo libre de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís municipio Pinar del Río.

PREGUNTAS CIENTÍFICAS.

1. ¿Cuáles son los antecedentes y concepciones teóricas actuales sobre el tiempo libre y la oferta de actividades recreativas para su mejor aprovechamiento?
2. ¿Cuáles son las particularidades de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís, en cuanto a la ocupación de su tiempo libre y la realización de actividades recreativas?
3. ¿Qué actividades recreativas se pudieran elaborar para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís, del municipio Pinar del Río?
4. ¿Cuál es la valoración teórica y práctica de la programación de actividades recreativas para contribuir a una mejor ocupación del tiempo libre de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís del municipio Pinar del Río?

TAREAS CIENTÍFICAS

1. Análisis de los antecedentes y concepciones teóricas actuales sobre el tiempo libre y la oferta de actividades recreativas para su mejor aprovechamiento.
2. Diagnosticar la ocupación del tiempo libre de los adolescentes, en edades de 11-15 años, del Consejo Popular Capitán San Luís, en cuanto a la ocupación de su tiempo libre y la realización de actividades recreativas.

3. Elaborar las actividades recreativas a ofertar para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes, en edades de 11-15 años, del Consejo Popular Capitán San Luís del municipio Pinar del Río.
4. Valoración teórica y práctica de la programación de actividades recreativas para contribuir a una mejor ocupación del tiempo libre de los adolescentes, en edades de 11-15 años, del Consejo Popular Capitán San Luís del municipio Pinar del Río.

POBLACIÓN Y MUESTRA

El núcleo de nuestra investigación lo constituyó el Consejo Popular Capitán San Luís de la Provincia de Pinar del Río. El trabajo fue realizado entre los meses de marzo del 2006 -Mayo del 2007.

Este Consejo Popular cuenta con un universo total de 13547 habitantes, distribuidos en 12 circunscripciones que lo integran. La unidad de análisis la conforman los 120 adolescentes en edades de 11-15 años, que habitan en dicho Consejo Popular, de los que se escogió al azar, para el estudio, una muestra de 50 de ellos, que representa el 41,6 %.

También fue tomada como muestra, para la aplicación de la entrevista, al 100% (34) de los factores vinculados al desarrollo de la recreación en la comunidad, constituidos por:

- 12 Profesores de recreación
- 1 Director de Escuela Comunitaria
- 1 Presidente de Consejo Popular
- 20 Activistas, 2 por cada profesor de recreación

Operacionalización de las Variables.

La variable dependiente: tiempo libre, es un variable cuantitativa.

La variable independiente: la programación de actividades es una variable cualitativa.

TIPO DE ESTRATEGIA Y ESTUDIO.

Investigación Experimental: A través de esta estrategia obtuvimos información acerca del estado actual sobre la ocupación del tiempo libre en los adolescentes pertenecientes al Consejo Popular Capitán San Luís con el objetivo de modificar su realidad y así transformar su entorno.

Investigación Explicativa: Permite analizar las dificultades de la ocupación del tiempo libre en los adolescentes de 11-15 años y modificarlos a través de una programación de actividades recreativas.

MÉTODOS CIENTÍFICOS

Métodos Teóricos

Método materialista dialéctico: fue el método rector que guió la investigación fue empleado en el análisis de diferentes literaturas especializada viendo los cambios y transformaciones ocurridas en ella. A partir de ahí se derivan los demás métodos nuestra investigación.

Histórico Lógico: Permitió analizar los elementos de semejanzas con estudios similares sobre la ocupación del tiempo libre y los programas de recreación existentes, de incidencia positiva en la conformación de la presente programación.

Análisis-Síntesis: Para la determinación de las actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes en edades de 11-15 años, así como establecer la forma en que serán ofertadas las mismas según sus gustos y preferencias.

Inductivo-Deductivo: Fue utilizado para elaborar el objetivo en función de seleccionar el conjunto de actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes en edades de 11-15 años del Consejo Popular “Capitán San Luís” del municipio Pinar del Río.

Métodos Sociales

Investigación –acción participativa: En la búsqueda de las necesidades sociales de los adolescentes en edades de 11-15 años del Consejo Popular “Capitán San Luís ” del municipio Pinar del Río , como punto de partida para determinar y transformar la realidad social en la que viven.

Métodos Empíricos.

Observación: Efectuada a 5 de las actividades organizadas por los factores de la comunidad en el período comprendido entre los meses de Marzo y Diciembre de 2007 con el propósito de corroborar los el comportamiento de los elementos relacionados con la realización de actividades recreativas organizadas en la comunidad objeto de estudio.

Encuesta: Aplicada a la muestra estudiada (50 adolescentes en edades de 11-15 años), con el objetivo de conocer sus opiniones en cuanto a, oferta, demanda, variedad, y realización de actividades recreativas en el Consejo Popular, así como sus gustos y preferencias

Entrevista: Realizada a los factores vinculados al desarrollo de la recreación en el Consejo Popular motivo de estudio (34), con el objetivo de conocer sus opiniones relacionadas con la organización y realización de las actividades recreativas en el lugar.

Estudio de Presupuesto Tiempo: Fue realizado a partir de la información arrojada por Auto Registro de Actividades, aplicado a la muestra de 50 adolescentes, permitiendo analizar, el tiempo promedio dedicado a las actividades principales, los días entre semana, así como la magnitud promedio de tiempo libre y algunas de las actividades que realizan en el mismo.

Consulta con Especialistas: Se consultaron 9 especialistas de vasta experiencia (15 a 25 años) en el trabajo de la recreación, con el fin de conocer

su valoración sobre el Programa confeccionado. Dicha valoración se basó en cuatro aspectos fundamentales: efecto, aplicabilidad, viabilidad y relevancia.

Métodos de intervención comunitaria.

Permitieron complementar la información necesaria para la constatación del problema existente en la comunidad, así como la confección e implementación de la nueva propuesta.

Técnicas de intervención comunitaria.

Entrevista a informantes claves: Se realizó a diferentes representantes de las organizaciones de masa activas de la comunidad, UJC, CDR, FMC y PCC.

Forum comunitario: Se efectuó un debate con los adolescentes del Consejo Popular, de manera conjunta, en el que se expresaron las principales dificultades existentes en cuanto al desarrollo de las actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre.

Observación psicológica encubierta: Se realizó, en los meses marzo 2006-mayo 2007, a la muestra de adolescentes, para comprobar el grado de motivación de estos por las actividades recreativas. Se partió de una guía (Anexo No.6) la cual evidenció el grado de motivación que presentan los adolescentes para la realización de dichas actividades.

Método Estadístico

Para la tabulación y análisis de los datos obtenidos se utilizó la estadística descriptiva, empleándose el cálculo porcentual, reflejado en las tablas confeccionadas al efecto.

La actualidad e interés de la investigación se enmarca en el propósito de resolver una situación social con carácter muy especial, ya que la adolescencia es una etapa fundamental, en la cual el adolescente está expuesto a múltiples influencias que pueden incidir en sus gustos y preferencias, y su correcta elección dependerá en gran medida de la orientación y oferta de actividades que la sociedad sea capaz de implementar, la cual debe ser planificada a partir

de diferentes estudios. Por tal motivo, el presente trabajo resulta novedoso desde el punto de vista científico, pues trata por primera vez una problemática que afecta el comportamiento de los adolescentes comprendidos entre 11-15 años en esta comunidad en particular.

El **aporte teórico** consiste en: establecer los fundamentos teóricos a partir de los elementos existentes en la programación de recreación para los adolescentes, por la significación social que esto reviste en la comunidad, permitiendo ser generalizados a otras zonas, teniendo en cuenta las particularidades de las mismas.

La **significación práctica** está dada por la estructuración de una programación de recreación para los adolescentes de 11-15 años, que contribuya al desarrollo multilateral de estos, enfatizando en las capacidades físicas, espirituales y valores, acordes con la concepción de nuestra sociedad y específicamente en el entorno de esa comunidad.

El trabajo, en su estructuración, cuenta con una Introducción, donde se presenta la fundamentación y diseño teórico del mismo y tres capítulos, además de las Conclusiones y Recomendaciones.

El primer Capítulo aborda la ocupación del tiempo libre visto, desde la recreación, como uno de los problemas medulares de la Cultura Física que enfrenta la comunidad; el segundo capítulo está dedicado al análisis de los resultados obtenidos durante el proceso de investigación, relacionados con la ocupación del tiempo libre y la caracterización de la muestra y la población. Por último, el tercer capítulo contiene la Propuesta de una Programación de actividades recreativas, así como la valoración teórica y práctica de la misma. Cierra el trabajo con las Conclusiones, Recomendaciones, la Bibliografía consultada y los Anexos.

Esta investigación ha sido presentada en la Jornada Científico Metodológica de la Facultad de Cultura Física Nancy Uranga Romagoza de Pinar del Río 2006 y 2008, el Forum de Ciencia y Técnica 2008, en la VI Conferencia Científico Pedagógica Internacional de Educación Física y Deporte 2007, en el XVI Forum

de Ciencia y Técnica y en el Congreso Provincial Pedagogía 2009. Ha sido publicada, en el CD memorias del Congreso Provincial Pedagogía 2009 y en el soporte magnético de la Jornada Científica Internacional de Educación Física y Deporte 2009.

CAPITULO I. LA RECREACIÓN EN FUNCIÓN DEL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL MARCO DE LA COMUNIDAD.

INTRODUCCION

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

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

1.1- El Tiempo Libre como parte del Tiempo Social.

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

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

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

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, 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. Este constituye una necesidad social para el individuo, ya que en cierta medida, de su empleo racional y útil, dependerá el papel que desempeña el hombre, dentro de la sociedad en que se desarrolla.

En el ámbito de las prácticas sociales, el tema del ocio o el tiempo libre ha sido uno de los más discutidos y arbitrariamente definidos. Su importancia está dada, entre otros aspectos, por el reconocimiento que de él hacen los autores de las más diversas tendencias ideológicas.

Podríamos afirmar que existen tantas definiciones como autores se han referido a ellos. Es por lo menos curioso que en algunos países o idiomas se hable de ocio (loisirs, leisure, lazer) en tanto que en otros se hace referencia al tiempo libre (en eslavo, italiano, etc.).

Para algunos la variable central pasa por la objetividad o la subjetividad, por el sentimiento íntimo de libertad o por el ejercicio concreto y verificable de acciones que implican un compromiso con la realidad. Tal suele ser el enfoque de los que se acercan desde la Filosofía.

1.1.1- El tiempo libre, una problemática social actual.

La problemática del Tiempo Libre y la Recreación constituye un desafío de nuestra época, puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales. Toda modificación en los dominios de la

sociedad y la cultura trae como consecuencia nuevos problemas pedagógicos, en una sociedad cambiante teniendo en cuenta las necesidades imperantes.

En relación al concepto de tiempo libre, hoy en día aún se plantean interrogantes que no están solucionadas totalmente, por lo que sociólogos, psicólogos y otros, mantienen discusiones y debates desde sus ciencias respectivas; no obstante se plantean algunas definiciones para su mejor entendimiento: B. Grushin(1966), afirma: "Por tiempo libre se entiende, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario (actividades domesticas, fisiológicas, de transporte, etc.), es decir, el tiempo libre después del cumplimiento de diversas obligaciones.

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

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

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 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. Este constituye una necesidad para el individuo y en cierta medida, de su empleo racional y útil, dependerá el papel que desempeñe el hombre dentro de la sociedad en que se desarrolla.

Por lo que analizando los diferentes autores, se asume: que el tiempo de la recreación nos es más que el tiempo libre que tiene el individuo para realizar las actividades necesarias para su desarrollo espiritual, es por tanto una parte específica del tiempo de la sociedad. Es aquel tiempo que le resta al ser humano después de haber realizado sus actividades diarias, en el cual realiza actividades de libre elección.

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. Estas transformaciones se manifiestan en todos los aspectos del modo de vida y provocan cambios sustanciales en los hábitos, en la cultura y la ideología de las masas y por tanto en las necesidades espirituales y materiales de las mismas.

En las condiciones del socialismo en Cuba, la recreación y el tiempo libre constituyen un problema práctico concreto, tanto por las implicaciones económicas que puedan tener, por su participación en la elevación del nivel cultural, como en la elevación de la productividad en el trabajo de los individuos que la practican, todo lo cual implica que este enlace posee una connotación política e ideológica.

Es por ello que con el desarrollo alcanzado por el proceso revolucionario cubano y los incesantes esfuerzos, que nuestra Revolución realiza por crear una población más culta y preparada para la vida, no podemos dejar a un lado a nuestros adolescentes, 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, ya que debemos lograr que

nuestros adolescentes estén el mayor tiempo posible ocupados en actividades sanas.

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.

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

Así, podemos decir que la calidad de la vida y la creación de un estilo de vida en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas - físicas fortalecen la salud y lo prepara para el pleno disfrute de la vida, y por otro, 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 como la emprende el individuo ya que es el 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 recreativa.

1.1.2- Valor Social y uso del Tiempo Libre.

Mediante un uso diversificado y culto del tiempo libre, es posible lograr que los modelos de la sociedad actual se incorporen incesantemente a la conducta y al pensamiento de los hombres contemporáneos. Para eso se hace necesario crear y mantener una educación y una cultura del tiempo libre en la población y en el estado que se basen, ante todo, en las funciones más importantes, que debe cumplir el tiempo libre en este período histórico: el despliegue de las potencialidades y capacidades creadoras de los hombres y el logro de la más amplia participación popular en la cultura y la recreación.

Analizando la importancia de las actividades de tiempo libre, vemos como estas influyen de forma positiva o negativa (o lo que es decir educativas formativas o reformativas) en el individuo durante el proceso de recreación. Las actividades de tiempo libre no transmiten conocimientos en forma expositiva y autoritaria, sino que moldean las opiniones, influyen sobre los criterios que tienen las personas respecto a la sociedad, sus problemas y sus soluciones, así como transmiten de manera emocional y recreativa las informaciones de contenido mucho más diverso que las que se transmiten al mismo tiempo por el sistema de enseñanza. Es decir, ejercen una acción formativa de índole psicológica y

sociológica, que opera basada en la motivación y en las necesidades culturales y recreativas de la población, en sus gustos y preferencias, en los hábitos y tradiciones, en la relación de cada individuo con la clase y los grupos sociales a los cuales pertenece, su sistema de valores y su ética específica y, sobre todo, opera basado en la voluntariedad, en la “libertad” de sus formas y sus contenidos, opuestos a las regulaciones, restricciones, reglamentaciones e imposiciones que sean exteriores a la propia actualidad.

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

1.1.3- Presupuesto de Tiempo y Tiempo Libre.

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 esta 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 autorregistro de actividades.

Los estudios del presupuesto de tiempo aportan información sobre la magnitud y algunos índices de la estructura del tiempo libre. No obstante, existen otras razones, vinculadas también a la esencia del enfoque cuantitativo del

presupuesto de tiempo y a su imposibilidad de medir la dimensión (su contenido), o sea, la faceta cualitativa de su utilización. Esto se debe a varias cuestiones específicas de los métodos aplicados al estudio empírico del presupuesto de tiempo.

Debido a restricciones lógicas en cuanto a recursos humanos y materiales los estudios del presupuesto de tiempo son estáticos, es decir representan fotografías de situaciones temporales específicas (una semana una quincena un mes, lo que impide medir las variaciones que debe sufrir según los cambios en las características climáticas o producto a determinadas situaciones sociales, vacaciones, fiestas tradicionales, etc, debidas a algunas situaciones coyunturales de la oferta de productos o servicios vinculados a la recreación) periodo de alta o baja del turismo variaciones en el calendario de actividades, variaciones en los precios lo que es otra forma de manifestación de las intenciones subjetivas, los motivos ante las necesidades o hábitos de los individuos .

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.

1.2- La Recreación como forma de utilización en el tiempo libre.

La Recreación es la disciplina que tiene como propósito utilizar las horas de descanso del hombre, momento en el cual, el ser humano aumenta su valor como miembro de una comunidad, 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 este valorando y de cómo sea capaz de identificarla, pues ella muchas veces se

identifica con la palabra juego, sin embargo el juego es una forma mas sencilla de ocupar el tiempo libre y la recreación es mas general mas amplia.

Para Jofre Dumazedier (1971) sociólogo francés, Recreación es: “el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales.”

Valorando esta definición podemos decir que la recreación debe representar una fuerza activa para el desarrollo de las personas a plenitud, es decir desarrollar óptimamente sus facultades, pues a través de la recreación, las personas profundizan sobre el conocimiento del mundo y su percepción para enriquecer su mundo espiritual. Para muchos la recreación, tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, de entretenimiento o descanso, pero en la actualidad es una disciplina que declara ser formativa y enriquecedora de la vida humana.

Entonces, la acción de recrearse siempre ha sido una necesidad del hombre, porque mediante la realización de esta le ofrece felicidad, satisfacción inmediata, desarrollo espiritual y material de su personalidad, donde además enriquecerá su dominio profesional, cultural, deportivo y social. Por lo tanto por el valor que se le confiere no solo deportivo- artística, sino también terapéutico, profiláctico, cognoscitiva, es que va a ser interesante analizar la principales características psicológicas y políticas de este fenómeno.

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. Valorando esta definición vemos que en ella no queda explícita el auto desarrollo que la recreación propicia al individuo, donde este pueda expresar sus sentimientos, el encuentro de su propio yo, y que propenden en ultima 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 artística-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Otros autores plantean que la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia de satisfacer ansias psicoespirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización. La definen como cualquier forma de actividad en la que el individuo experimenta un sentido de libertad y de olvido de sí mismo y a la que se entrega libremente, porque la participación en ella provoca en él una reacción armoniosa y satisfactoria. La participación en tal actividad se caracteriza por la falta de coacción, restricción o presión externa al individuo.

Por lo que la autora de esta investigación asume el criterio que **la Recreación** más que descanso y entretenimiento, es establecer comunicación entre las personas a través de cualquier actividad del tiempo libre que permita un desarrollo de la idiosincrasia y un enfrentamiento a las circunstancias de la vida sin que para ello exista ninguna presión externa.

1.2.1- Antecedentes de la Recreación en Cuba.

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 a 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.

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.

Diferentes teorías burguesas sobre la recreación, explican que este fenómeno se sustenta sobre bases biológicas o psicológicas, eludiendo los antecedentes socioeconómicos. No reconocen el aspecto social viéndolo como un factor secundario condicionante pero no determinante.

Desde nuestro punto de vista, cuando vemos la recreación, lo hacemos con una doble finalidad, oponiéndose a las teorías burguesas y viéndola como un fenómeno recreativo que sirva a la planificación y desarrollo en las condiciones de nuestro proceso revolucionario.

1.2.2- Las Actividades Físico Recreativas.

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

Bultler (1963) refiere la gran dificultad para precisar la conceptualización de las actividades físicas del tiempo libre, constituidas por un amplio espectro de funciones, papeles y aplicaciones.

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”.

No podemos olvidar que las prácticas físico recreativas, son prácticas sociales que se desarrollan en la sociedad; las prácticas implican un consumo individual (material necesario para realizar actividades físicas), y uno colectivo (utilización

del equipamiento). El estudio de la sociedad es, por tanto, una fuente de información abstracta para realizar el análisis de las actividades físicas. En definitiva, nos hallamos frente a una actividad como práctica social que será la expresión, materialización y producto de determinadas relaciones sociales.

Entonces podemos expresar dentro de este línea de acotamiento del concepto que Recreación Física: es el conjunto actividades de contenido Físico-Deportivo, Turístico o Terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Como señalamos anteriormente, como sinónimo de Recreación Física se usan diversos términos, que de una forma u otra, recogen el sentido del mismo.

A la Recreación Física tradicionalmente se le ha querido mirar como una actividad destinada a llenar el tiempo libre del individuo, junto con otras actividades. Sin embargo, estos análisis se han realizado a la luz de concepciones o formulaciones conceptuales que no guardan relación en muchos casos con la valoración que debe tener este concepto en una sociedad contemporánea.

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

Por sus características de voluntariedad, de actividad que produce agrado y satisfacción, por ser básicamente una actividad grupal, es decir social; la Recreación Física se inscribe dentro de las actividades sociales y culturales de la sociedad.

Consideramos que la práctica de la actividad física, tanto de juego como formativa, tiene una gran importancia para el desarrollo armónico del sujeto (adolescente) para el mantenimiento del estado de salud, favoreciendo el desarrollo del individuo.

El conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos es a lo que llaman gestión de las actividades recreativas físicas; en esta última entran un grupo de acciones que junto a las mencionadas permiten la satisfacción de los participantes. Se habla indistintamente en el proceso de la recreación de variables tales como: gustos, preferencias, necesidades, intereses, oferta, demanda y aunque todas deben ocupar su lugar durante la gestión de las actividades físicas de tiempo libre, las mismas deben observarse de la siguiente manera:

Gustos: Son aquellas actividades físicas de tiempo libre por las que se inclina y opta los participantes de acuerdo a criterios individuales sin importar el grado de conocimientos, habilidades o hábitos para la práctica de las mismas.

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

Preferencias: Es el orden de ejecución que el hombre establece en relación a sus gustos y en relación directa con sus intereses. Las preferencias en muchas ocasiones se establecen en función del conocimiento, habilidades, hábitos que se tenga en relación a las actividades a ejecutar.

Las necesidades: El hombre necesita cada vez más de la realización de movimientos físicos programados, que se logran en este caso, mediante la actividad física de tiempo libre, estos deben ser dosificados en función de la edad para que surtan efecto en el organismo, en la prevención de la salud, el rendimiento físico, etc, estas necesidades de movimiento el hombre trata de satisfacerlas en la relación que establece a través de sus gustos, intereses y preferencias recreativas.

Demanda: La demanda es la que surge de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de la población de las distintas edades ya sea en la escuela, centro de trabajo, circunscripción, asentamiento, comunidad rural y las que deben ser suplidas con una gestión por las autoridades, organismos,

instituciones, organizaciones que forman el sistema de la recreación a nivel local.

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

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

1.2.3- Recreación Física en el Ámbito de Circunscripción.

El principio fundamental del trabajo en el Consejo Comunitario de Circunscripción es partir de los intereses y necesidades de la comunidad, para ello es esencial contar con un diagnóstico que permita detectar los principales problemas a solucionar, identificar las potencialidades y limitaciones existentes en el barrio y definir los responsables de las acciones que se deben enfrentar para transformar la realidad objetiva.

La Recreación Física en el ámbito de circunscripción posibilita la expresión de las actividades con características esencialmente locales, donde se expresan y condicionan las necesidades recreativo físicas de acuerdo al medio geográfico y a las tradiciones del lugar, como forma organizativa puede reunir características que la asemejan a la recreación para grupos urbanos o comunitarios, como estructura de gobernabilidad en la localidad puede integrar a varios grupos urbanos y comunidades. Cada circunscripción debe poseer su “sistema de información y conocimientos sobre las necesidades recreativo físicas” como expresión de fenómeno local que permita la proyección estratégica de la Recreación Física de acuerdo a las necesidades, es decir los intereses de acuerdo a la edad, las manifestaciones que para cada grupo de edad es necesario proyectar en aras del desarrollo humano local.

El sentido de pertenencia e identidad a la comunidad es principio esencial para el desarrollo de las actividades del Consejo Comunitario de Circunscripción, ya que sin el debido respeto a la diversidad de tradiciones, costumbres, hábitos,

valores y mitos de los vecinos del barrio, no se alcanza la defensa y el arraigo a lo cotidiano. Este principio es básico para que lo histórico y lo cultural se asuma como propio y se defienda con amor y responsabilidad. Es el que desarrolla el sentimiento de aceptación incondicional de toda la cultura material y espiritual que identifica a la comunidad. Sin identidad no existe la comunidad.

El principio de la participación consciente y el papel activo de la comunidad, es factor decisivo en la labor del Consejo Comunitario de Circunscripción, aquí se parte de la toma de conciencia de la mayoría de los vecinos y demás factores del barrio de la realidad cotidiana, de los problemas. Es la vía idónea para poder transformar la recreación en función del tiempo libre de los adolescentes, para esto, se requiere de motivación, voluntad y libertad para emprender los proyectos de cambio y transformación. De aquí la importancia que el Consejo Comunitario de Circunscripción trabaje para desarrollar la participación activa y consciente de los adolescentes de la comunidad en las acciones que constituyen intereses económicos, políticos, culturales, educacionales, de salud, recreativos, etc., a partir de que cada persona conozca sus valores y posibilidades reales para aportar al bienestar de la colectividad.

1.2.4- Recreación Física en el Consejo Popular.

El Consejo Popular es la estructura socio – política que responde a la estructura municipal y expresa la gobernabilidad en lo económico, político y social de la población, está integrada por un grupo de circunscripciones y en el mismo se representan los organismos, instituciones, organizaciones, centros de trabajo, empresas; la Cultura Física la representa, en los Consejos Populares, las Escuelas Comunitarias, las cuales deben proyectar el desarrollo de la Cultura Física. En relación a la Recreación Física, debe poseer los sistemas de información de cada una de las circunscripciones en relación a las necesidades recreativas físicas y su integración posibilita la planificación estratégica de las actividades recreativas de tiempo libre en el Consejo Popular.

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 adolescentes. 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. Los miembros de estas formaciones valoran su relación intrínsecamente, por sí mismos, por su propia valía.

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

Si analizamos la definición dada por los autores E. Sánchez y E. Wiendsefeld (1994) que 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.

Y la definición de 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.

Vemos que para estos autores la comunidad está constituida por una amplia variedad de grupos humanos que se distinguen entre sí, tanto por sus objetivos o propósitos como por su estructura interna y evidentemente por el grado de formalización de las relaciones que las constituyen, sean ellas de naturaleza biológica, o sean meramente de orden institucional.

Como se puede apreciar, existe una gran variedad de definiciones donde aparece un criterio generalizado referente a que la comunidad no es estática sino que está sujeta a cambios como toda institución social.

A partir de estas valoraciones asumimos el concepto de María Teresa Caballero Rivacoba, (2004) pues consideramos que en la comunidad se desarrolla un amplio conjunto de relaciones interpersonales, existiendo buenas relaciones interpersonales entre los vecinos, participando activamente en sus reuniones con el objetivo de resolver los problemas de la comunidad, así como defendiendo y exigiendo sus intereses por su localidad. En dicha comunidad existen diferentes grupos sociales que se dividen por sus intereses y necesidades.

1.3- Manifestación Psicológica de los adolescentes en la Ocupación del Tiempo Libre para su recreación.

La formación en el tiempo libre prepara a los adolescentes para el futuro; despierta ansias de conocimientos hacia campos imposibles de agotar por los sistemas educativos formales; incentivan el uso y el desarrollo de la reflexión y el análisis ante situaciones siempre nuevas y motivantes; canalizar las energías vitales hacia la creación, la participación social y el cultivo de las potencialidades y capacidades individuales; no tienen fronteras de tiempo o espacio: Se lleva a cabo en la casa, en la calle, en las instalaciones, en las escuelas, en toda la sociedad; y se lleva a cabo por múltiples medios: Libros, películas, obras artísticas, programas de televisión, radio, competencias y prácticas de deportes, entretenimientos, pasatiempos, conversaciones, grupos de participación y creación, y por el clima espiritual de toda la sociedad.

Según Vigosky(psicología general del desarrollo (1988) y retomado por Msc. Maria E. Sánchez (2004) el estudio de la esfera motivacional del hombre, es un aspecto esencial para el desarrollo de la personalidad, distinguiéndose sus necesidades y motivos, por lo que la actividad de este, es provocada por la motivación, que no es más “que el proceso psicológico en el cual surgen, se desarrollan y se realizan los móviles de la conducta humana”.

Valorando este concepto podemos plantear que el desarrollo del individuo debe ser acorde a la edad, a las habilidades motrices básicas y deportivas en las diferentes actividades físicas recreativas que realizan, por lo que es concerniente analizar las necesidades y motivos para que estos (adolescentes) mantengan un buen estado de salud física y mental.

La adolescencia representa el paso de una etapa de la vida a otra, es decir la transición entre la niñez y la adultez. Muchos autores entre ellos Vigosky (1988) consideran este período crítico, debido a la complejidad e importancia de los procesos en desarrollo, por las características biológicas, sociales, cognitivas, afectivas, motrices y por las formaciones psicológicas que se adquieren.

La caracterización psicológica de los adolescentes está determinada por el inicio del proceso de formación de la personalidad, en la cual se jerarquizan los motivos y se muestran rasgos de 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 movimientos y de esfuerzos, es un período de algunas dificultades para la excelente rapidez del aprendizaje, con rasgos masculinos (fuertes) y femeninos (suaves), además comienza a incrementarse la fuerza muscular y la resistencia física.

Asumiendo los planteamientos de Vigosky (1988) podemos decir que el adolescente al caracterizarse por su gran excitabilidad emocional, la cual muestra su sensibilidad afectiva, y vivencias emocionales ricas, complejas, contradictorias con respecto a la de los adultos, por lo que es necesario planificar el tiempo libre para lograr una adecuada formación psicológica de la personalidad y correctas relaciones interpersonales entre ellos.

Analizando las relaciones interpersonales de los adolescentes, resulta significativo el grupo al cual pertenecen, tanto por su carácter formal, como informal, convirtiéndose en un motivo esencial de la conducta y la actividad de los mismos.

1.4- La Programación Recreativa.

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

La programación recreativa deben partir del conocimiento de las necesidades e intereses recreativos, condicionadas por factores determinantes, entre los que se encuentran el socio económico, demográfico, psicológico, medico, biológico y naturales. En ellos se incluyen otros más específicos como el nivel profesional de la población, la edad, sexo, tradiciones, siendo estas necesidades dialécticas y dinámicas.

Considerando esto, se enfatiza que el contenido de las necesidades recreativas, en estrecha relación con el grado de desarrollo, biosicosocial de cada grupo de edad, es la base para elaborar una programación recreativa educativa y eficiente, cuya esencia siempre será la opcionalidad, al ser ejecutado por las personas solo de forma voluntaria y espontánea y no de forma compulsada y obligada.

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

Lo más importante dentro de la programación recreativa es el participante, que en este caso es el adolescente, ya que en él debe estar centrada toda la atención.

La idea del diseño de esta programación es realizarla con los adolescentes y no para el adolescente por lo que queda claro que esta propuesta de programación sale de los instrumentos aplicados a partir de los gustos y preferencias de los mismo y así poder llevar de vuelta la misma basado en su participación en la comunidad por ellos mismos, por lo que la programación vuelve a los adolescente una vez confeccionada garantizando así una correcta

recreación y ocupación de su tiempo libre.

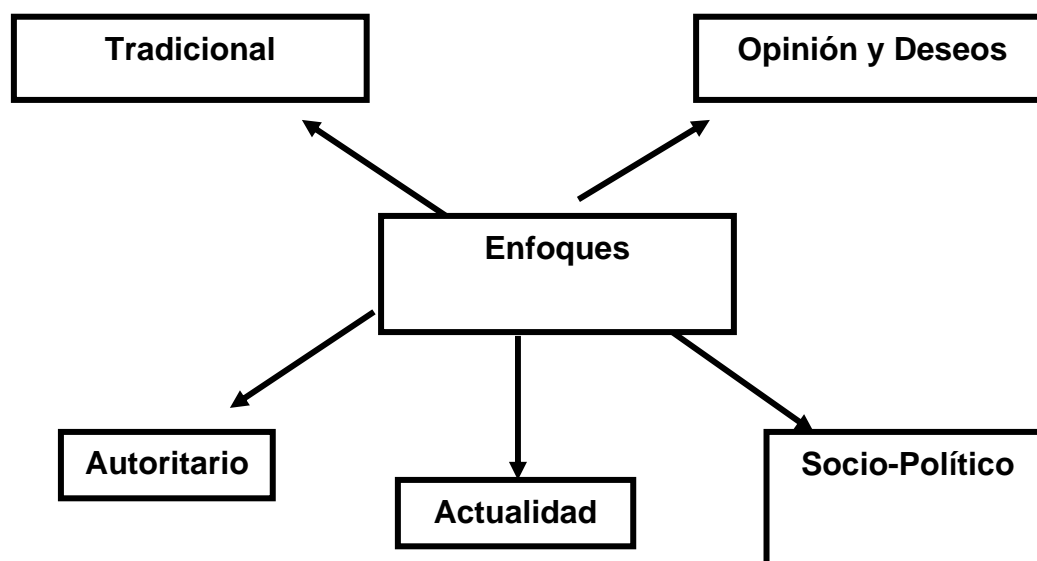
Por lo que se asume que una programación debe ser lo mas abarcadora posible como para que aborde un campo amplio de opciones para todos los adolescentes ampliando los intereses de los mismos y orientándolo a experiencias positivas que permitan desarrollar su cultura personal.

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

1.4.1- Enfoques básicos en que se basa la Programación.

Con las actividades seleccionadas, teniendo en cuenta la anterior valoración, y las condiciones objetivas de la infraestructura existente, asumimos, para la elaboración de la propuesta (contenida en el capítulo III), los enfoques que da Aldo Pérez (2003), ya que un programa de recreación debe contener estos, para ser considerado equilibrado e integral, no debiéndose emplear un solo enfoque, sino la combinación de ellos.

Fig.2 - Relación entre los enfoques que sustentan la programación propuesta.



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

Fig. #2- Características fundamentales que sustentan la programación propuesta.



Logrando una relación entre las diferentes áreas donde se deben mover estas actividades: música, teatro, deportes, campamentos, que pueden ser formales e informales, participando adolescentes de diferente sexo, que permita lograr que la programación de las actividades sea acorde a los gustos, necesidades y las habilidades del participante por lo que al presentar actividades especiales que rompen la rutina y motivan la participación, teniendo en cuenta que estas respondan a demandas especiales y responder a las necesidades cambiantes de los participantes.

Las actividades que componen una programación deben tener muy claras las diferentes características de los adolescentes 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 se constituya en tomar partido por un solo tipo de actividades, sino que debe haber equilibrio entre lo actual y lo futuro.

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

Según Pérez (2003), para el análisis de esta problemática, son utilizados los estudios de presupuestos de tiempo, los cuales permiten obtener información

acerca de la distribución temporal de las actividades cotidianas de la población, y por lo tanto son, fuente de valiosas informaciones para los estudios de los servicios vinculados al tiempo libre.

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

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

Etapas de Diagnóstico: El Diagnóstico, es una forma de investigación en que se describen y explican los problemas, con el fin de comprenderlos. Este esta basado en el principio de “comprender para resolver”. El diagnóstico es un proceso que va de los fenómenos a la esencia. Se parte de hechos concretos en la realidad y paulatinamente se van relacionando con las situaciones más generales y las estructuras de la sociedad. Esto ira recorriendo un proceso ordenado de investigación desde los fenómenos quizás aislados hasta la esencia misma de las cosas. El diagnóstico se apoya en la teoría: En el proceso de diagnóstico juegan un papel importante los conocimientos teóricos sobre la realidad. La teoría, expresada en libros y documentos, nos da elementos para analizar e interpretar las informaciones y para ayudar a comprender el por qué de los problemas y cómo ellos se ubican dentro de un contexto más amplio.

En esta etapa no podemos obtener solamente información descriptiva, sino que también permite precisar las causas específicas de los fenómenos y procesos sociales, es decir, que se parte como principio de la complejidad del enfoque y de los objetivos particulares de esta etapa para la elaboración del programa, partiendo de los estudios de presupuesto de tiempo y el conocimiento de la estructura y el contenido del tiempo libre, para esto se estudia 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 etáreos.

Etapla determinación de objetivos: Los objetivos de un programa pueden definirse como los enunciados de 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 un programa o proyecto estén muy claramente definidos, no es posible programar un conjunto de actividades coherentemente estructuradas entre sí. Por esta razón definir y enunciar claramente los objetivos y metas es la condición esencial y básica para la elaboración de programas y proyectos. Planteábamos que para programar hay que enunciar claramente los objetivos. 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 hacer o alcanzar los objetivos propuestos.

Podemos plantear a partir de este análisis que los objetivos son expresión cualitativa de ciertos propósitos, por lo que el objetivo así definido, precisado en tiempo y lugar y con especificaciones, es lo que se denomina meta.

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, el objetivo general, como mostramos gráficamente a continuación.

Valorando esta etapa consideramos que la misma es determinante para llevar a cabo la programación puesto que querer hacer y como hacer no bastan para proponer un objetivo sino que también hay que tener en cuenta como lograr que el mismo sea viable que pertinencia y que sea aceptado por lo grupos sociales donde se va a realizar la propuesta.

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

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

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

Instrumentación y Aplicación de la Programación: La instrumentación de la programación implica proveerlo de condiciones (espacios donde se desarrollen la programación y recursos necesarios para su ejecución, que es donde se lleva a cabo la programación). Esto se hace por medio del grupo de promotores, profesores, animadores y líderes o activistas, quienes ponen en práctica su capacidad de organización y habilidades para animar y dirigir actividades y los propios participantes. La instrumentación exige una gran dedicación y esfuerzo por parte del grupo de recreación encargado de la programación, pudiendo llegar a ser lenta, es una de las fases fundamentales para el proceso de la programación. Implica igualmente la selección de los espacios o sitios donde se desarrollaran las actividades que constituyen el contenido del programa.

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

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

La evaluación según Momperrad 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”. No se evalúa para justificarse, ni para recibir una buena calificación profesional, sino para conocer mejor el trabajo realizado, la realidad estructural, para descubrir nuevas perspectivas de acción, profundizar en la problemática que nos ocupa y aprovechar al máximo los recursos disponibles.

Podemos afirmar que la evaluación es la valorización y medición de las actividades realizadas para la ejecución de lo planificado con el, fin de detectar

las deficiencias y poder aplicar las medias y reajustes necesarios. Para realizar los ajustes y disponer de nuevas alternativas a la ejecución de la programación se requiere tener la información necesaria proporcionada por el control y la evaluación ejercida en todas las etapas del proceso de programación recreativa.

CONCLUSIONES DEL CAPITULO I

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

La determinación de los fundamentos científicos metodológicos nos permitirán estructurar una programación para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís, que contribuya a la formación de valores desde una recreación sana.

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

CAPITULO II: VALORACIÓN DE LOS RESULTADOS ARROJADOS POR LOS INSTRUMENTOS APLICADOS.

En este capítulo se realiza una caracterización breve de la comunidad y la muestra objeto de estudio, en la que se determina el presupuesto tiempo y el tiempo libre, a partir de cuyos datos se fundamenta la propuesta de una programación de recreación para los adolescentes (11- 15 años) del Consejo Popular Capitán San Luís.

2.1- Caracterización de la Comunidad.

El contexto social objeto de investigación lo constituye el Consejo Popular Capitán San Luís, de la ciudad de Pinar del Río. El mismo está compuesto por 12 CDR, contando con una población total de 13547 habitantes, de los cuales 120 son adolescentes comprendidos en edades 11 - 15 años.

Es una comunidad urbana, con instituciones como es el Círculo infantil “Amiguitos de la Ciencia”, la Facultad de Cultura Física “Nancy Uranga Romagoza”, el taller de mecánica “Mártires de la FAO”, la Sala Polivalente 19 de Noviembre, el Estadio Capitán San Luís, Laboratorio Provincial Psicopedagógico, Sala de boxeo, Sede Municipal de la Universidad de Pinar del Río, las cuales se involucran de manera directa en el desarrollo de la investigación. Estas integran un sistema de interacciones de índole socio-políticas. Sostiene su identidad e integración sobre la base de necesidades, intereses, sentido de pertenencia, tradiciones culturales y memoria histórica.

Tiene una confortable infraestructura, muy cuidada y de buena presencia, que cuenta con la red de acueducto y electrificación con adecuado servicio, la misma está enclavada en el casco urbano de la ciudad.

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

2.2- Características y Estructura del grupo de adolescentes motivo de Investigación.

La muestra escogida corresponde a 50 adolescentes representativos de las diferentes Circunscripciones que integran el Consejo Popular Capitán San Luís, los cuales oscilan entre las edades de 11 a 15 años (32 del sexo femenino y 18 del masculino), predominando la raza blanca; su desarrollo físico esta en correspondencia con la edad, así como su estado de salud y su higiene personal.

Este grupo de adolescentes, se caracteriza por poseer una gran energía, realizando las actividades con una alta intensidad. Manifiestan una gran independencia de sus padres, lo que los hace tener una cierta tendencia hacia la adultez, son vulnerables al peligro pues no le temen a este. Todos estudian en la Escuela Secundaria Básica “Julio Antonio Mella”, la cual no se encuentra ubicada dentro del Consejo Popular, aunque tiene una cierta cercanía con el mismo. Estos adolescentes se relacionan con otros de comunidades aledañas, como los de la zona donde se encuentra la secundaria básica mencionada, perteneciente al Consejo Popular “Carlos Manuel”. 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 adolescentes 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 por ciento de las actividades que realizan son de organización individual (espontáneas), combinándose la utilización de áreas improvisadas, con algunas de las instalaciones del perímetro de la Circunscripción como la Facultad de Cultura Física, el Estadio Capitán San Luís, etc.

2.3- Resultados de las Observaciones.

Después aplicar la observación (Anexo No. 1) a 5 actividades organizadas para los adolescentes en el Consejo Popular, en el período Marzo- Diciembre de 2007, se valoró que las mismas se enmarcaban en actividades ya tradicionales como 1 Festival Deportivo Recreativo (de ellas la que más diversidad y participación ofrece), un torneo popular de fútbol (con participación limitada, pues participa solo un equipo del consejo popular) 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, medio ambiental, etc.), lo que se convierte en una necesidad para la comunidad.

Se apreció además, como se refleja en la tabla No.1, que la idoneidad del lugar, la participación, la calidad y el nivel de satisfacción de las actividades en los adolescentes, fue de regular, aflorando que la mayoría de las áreas, con la excepción del terreno para la realización del Torneo Popular de fútbol, en las instalaciones de la FCF, 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 1. RESUMEN GENERAL DE LAS OBSERVACIONES REALIZADAS.

Actividades Observadas	Elementos observados	Parámetros Evaluativos					
		B	%	R	%	M	%
5	a- Idoneidad de lugar	1	20	3	60	1	20
	b- Participación	-	-	3	60	2	40
	c- Calidad	1	20	3	60	1	20
	d- Aceptación	2	40	2	40	1	20

2.4- Resultados de la Entrevista.

La entrevista (Anexo No.2), realizada a los factores vinculados de una forma u otra al desarrollo de la recreación en el Consejo Popular (34), arrojó información complementaria relacionada con la organización y oferta de actividades recreativas en dicha comunidad, entre las que se destacan diferentes opiniones como:

- Aun existiendo áreas y locales propicios para la ejecución de estas actividades no se explotan las potencialidades de los mismos, lo que nos hizo reflexionar que estas tienen un carácter espontáneas y no son planificadas.
- No se domina el programa de recreación existente, reconociendo que poseen poca información sobre la planificación establecida al respecto.
- No se establecen las coordinaciones necesarias con los organismos responsables de la actividad, siendo insuficiente la divulgación por parte de los promotores y activistas del área.
- Las personas involucradas con el desarrollo de estas actividades, a la hora de planificarlas tienen en cuenta fundamentalmente la conmemoración de fechas históricas.

- Se determinó que el grupo más necesitado de un proyecto de intervención comunitaria en esta comunidad son los adolescentes 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.

2.5- Resultados de la Encuesta No. 1.

De los 50 adolescentes a los que se les aplicó la Encuesta No.1 (Anexo No. 3), solo el 18% de ellos conocen las actividades que se organizan u ofertan en el Consejo Popular (tabla No.2), lo cual denota insuficiencia en la gestión y divulgación de las mismas.

TABLA NO.2- CONOCIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES OFERTADAS.

Muestra	Conocen las Actividades que se ofertan			
	Sí	%	No	%
50	18	36	32	64

Los encuestados señalan como las actividades que más se organizan: los Festivales Deportivos Recreativos (78%), los juegos de mesa (40%) y los torneos deportivos (24%), predominando en ellas la frecuencia mensual y ocasional, tal y como puede apreciarse con más detalle en la Tabla 3.

TABLA NO.3.- ORGANIZACIÓN Y FRECUENCIA DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS EN EL CONSEJO POPULAR.

Actividades	Organización			Frecuencia		
	Cifra	%		Semanal	Mensual	Ocasional
• Programa a jugar.	4	8%	M U E S T R A 50	-	-	8%
• Planes de la calle.	5	10%		-	-	10%
• Torneos deportivos.	12	24%		24%	-	-
• Festivales Deport. Recreat.	39	78%		-	70%	-
• Juegos de mesa.	20	40%		28%	12%	-
• Maratones.	3	6%		-	-	6%
• Simultáneas de Ajedrez	8	16%		-	-	16%
• Competencias de Bicicleta	2	4%		-	-	4%

La participación en las actividades ofertadas es baja, siendo los Festivales Deportivo Recreativos los de mejor comportamiento. En la frecuencia de participación, resaltan la Mensual, en los Festivales Deportivo Recreativos, Torneos Deportivos Populares y Planes de la Calle, respectivamente.

Con relación a las preferencias, sobresalen los torneos populares (80%), competencias mini fútbol (72%), juegos tradicionales (56%) y planes de la calle (20%). (Tabla No.4). Consideran además que deben incluirse otras actividades relacionadas con la historia de la localidad, actividades culturales, sociales, medio ambientales e históricas.

De forma general se puede notar que entre los gustos se combinan las actividades pasivas con las activas.

TABLA NO.4- PREFERENCIAS RECREATIVAS.

Muestra	Actividades	Total	%
50	Torneos Populares	40	80
	Competencias de Minifútbol	36	72
	Juegos tradicionales	28	56
	Planes de la Calle	40	20
	Actividades históricas	8	16
	Actividades socio culturales	7	14
	Actividades medioambientales	9	18

El criterio generalizado de los adolescentes sobre la satisfacción recreativa y el estado de la recreación en el Consejo Popular, evidencia una notable insatisfacción por parte de estos.

En resumen, estos resultados evidencian que las actividades que se ofertan son limitadas en cuanto a variedad y cantidad, no cumpliéndose con la programación existente, que por demás no se corresponde del todo con los intereses y posibilidades de los adolescentes, apreciándose poca motivación en los mismos para participar en las actividades recreativas que se realizan.

2.6- Análisis del programa de la comunidad.

La escuela comunitaria en la que se enmarca este Consejo Popular cuenta actualmente como un proyecto integrador para el desarrollo de la recreación y aprovechamiento del tiempo libre en la misma, el cual se deriva del programa estratégico del Departamento de Cultura Física y Recreación de la Dirección Municipal de Deportes en Pinar del Río (Ver Programa de la Comunidad).

Partiendo de este programa 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 el se muestran, de las que algunas no están en correspondencia con los gustos y preferencias de los adolescentes.

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

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

2.7- Estudio del Presupuesto de Tiempo.

El estudio sobre el presupuesto tiempo realizado a la muestra seleccionada, arrojó, en primer lugar la distribución de tiempo que como promedio dedican estos adolescentes, los días entre semana, en cada uno de los rubros o actividades globales, tal y como se puede apreciar en la tabla 5. Aquí llama la atención el bajo tiempo en las actividades de transportación (0,32 minutos), dado porque los dos objetivos fundamentales hacia los que se desplazan estas personas (la escuela y las Instalaciones culturales, sociales y deportivas), les quedan relativamente cerca de sus hogares, siendo pequeño el tiempo empleado para desplazarse a las mismas, que no dependen de tomar ningún medio de transporte. La no existencia de un tiempo dedicado a las actividades de compromiso social, es comprensible en estas edades, donde aún no existen compromisos o responsabilidades importantes con la sociedad. Todo ello da lugar a la presencia de un considerable volumen de tiempo libre, como promedio que resulta ser de 7 horas, 2 minutos.

TABLA NO. 5- DISTRIBUCIÓN DEL PRESUPUESTO DE TIEMPO (DÍAS ENTRE SEMANA) DE LA MUESTRA ESTUDIADA. (SEGÚN RESULTADOS DEL AUTO REGISTRO DE ACTIVIDADES).

MUESTRA	ACTIVIDADES GLOBALES O PRINCIPALES	TIEMPO PROMEDIO
50	Trabajo o Estudio	6:45
	Transportación	0:32
	Necesidades Biofisiológicas	9:35
	Tareas Domésticas	0:56
	Actividades de Compromiso Social	0:0
	Tiempo Libre	7:02

Valorando las actividades que los adolescentes realizan, como promedio, en esas 7 horas, 2 minutos de tiempo libre, de acuerdo con lo que se refleja en la tabla 6, se observa un buen número de ellas, sin embargo, en casi su totalidad constituyen actividades de realización individual, perteneciendo, con la excepción de practicar deportes, al grupo de actividades pasivas.

TABLA NO.6- PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL TIEMPO LIBRE (SEGÚN RESULTADOS DEL AUTO REGISTRO DE ACTIVIDADES) (Anexo#4).

MUESTRA	ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE	TIEMPO PROMEDIO
50	Ver Televisión	1:32
	Ir a fiestas	0:22
	Escuchar música	0:50
	Estudiar	0:56
	Practicar deportes	0:43
	Pasear	0:35
	Conversar	1:04
	Juegos de Mesa	0:28
	OTRAS	0:32
	TOTAL	7:02

2.8- Análisis de la Aplicación de las Técnicas de Intervención Comunitaria.

El Forum comunitario: 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 del Consejo Popular sobre todo para la muestra investigada (los adolescentes de 11 -15 años), la objetividad de esta asamblea se cumplió porque se logró sensibilizar a la población, a través del debate abierto sobre las necesidades que tienen la ejecución de estas actividades para los adolescentes, a través de esta se crearon grupos de trabajo que accionaron conjuntamente con los entes de la circunscripción en el apoyo a la investigación y planteamientos de las actividades más asequibles y de la preferencia de los adolescentes. 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 circunscripción y 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 físicas recreativas para los adolescentes.

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

2.9. Procedimientos que sustentan la propuesta.

Una vez confeccionados los diferentes grupos, se utilizaron diferentes técnicas participativas para conocer opiniones de los adolescentes sobre las diferentes actividades que les gustaría realizar, como por ejemplo: la lluvia de ideas, donde el profesor a partir de la exposición de actividades recreativas a realizar, anotaba las sugeridas por los participantes, teniéndose en cuenta al confeccionar los diferentes juegos a programar. Además se utilizó el grupo de discusión donde el profesor introducía el tema, actuando como facilitador, pero sin interferir ningún planteamiento.

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

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

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

A partir de la observación Anexo #1 se pudo observar el comportamiento de los adolescentes y con los datos obtenidos se pudieron confeccionar actividades sencillas, de fácil comprensión, incluso con los adolescentes 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 recreativo en el buen 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 diferentes instituciones interactuarán organizadamente con estos grupos, propiciando la ocurrencia de transformaciones en el resto de los adolescentes de la comunidad.

CONCLUSIONES

1. Valorando estos resultados, podemos apreciar como en la programación que se lleva a cabo en la comunidad esta 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, 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 adolescentes, a partir de sus necesidades, gustos y preferencias para una recreación más sana, culta y diversa.

CAPITULO III: PROGRAMACIÓN RECREATIVA PARA LA OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ADOLESCENTES DEL CONSEJO POPULAR CAPITÁN SAN LUÍS.

3.1-Principios en los que se sustenta la Propuesta para el Consejo Popular Capitán San Luís.

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

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

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

La propuesta tiene como intención reforzar los conocimientos que los adolescentes adquieren como parte de su plan de estudio en la secundaria básica, en correspondencia con su edad, y fomentar los sentimientos de identidad a su comunidad.

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

La programación se sustenta en tres principios fundamentales, que le permiten una fundamentación científica a la recreación como proceso, desde la base de

la pedagogía como ciencia, viendo su objeto como el proceso formativo de la personalidad. Estos son:

1. Dinámico, participativo, colaborativo y dialéctico: Este principio permite que el programa este en constante cambio, transformación y hace que el mismo sea flexible y que se pueda adecuar en dependencia de cómo marche el mismo. El participante está obligado a un mayor dinamismo en la asimilación y puesta en práctica de las habilidades adquiridas, participando colectivamente en los debates que se realicen una vez implementadas las actividades.
2. Atención Diferenciada: Para el cumplimiento de este principio se tienen en cuenta las características particulares del adolescente, además de la adquisición de los conocimientos necesarios para el auto desarrollo 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 adolescentes deberán realizar las actividades planificadas en el programa, 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 adolescente le imprima a la ejecución de la actividad.

3.2- Propuesta de una Programación Recreativa para los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís.

Este proyecto de Programación que se plantea propicia el desarrollo socio cultural y educativo, promueve el auto desarrollo de la circunscripción, dando pasos positivos y mancomunados con la aplicación de un conjunto de actividades recreativas variadas. Todas ellas, tienen el fin de lograr la unidad de criterio respecto a la amistad, el afecto y la cooperación.

El mismo está estructurado en el empeño de crear una oferta recreativa movilizativa, acertada, educativa y creativa, pero no sobre la base de la demanda irracional, de una nueva infraestructura recreativa, 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).

Objetivos Generales:

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

Objetivos Específicos

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

Los indicadores que se consideraron en esta propuesta fueron los siguientes: culturales, social, histórico, cognoscitivos, económico y ecológico.

El indicador cultural contribuye a una formación integral de su universo cultural donde el adolescente es el centro de todos los cambios y transformaciones de una sociedad.

El indicador social esta encaminado a suplir necesidades sociales de la comunidad, las actividades ofertadas salen del grupo de los adolescentes de la investigación y vuelve a ella.

El indicador histórico se relaciona principalmente con las fechas alegóricas del año para elaborar las actividades planteadas por los adolescentes de la comunidad ya que cada actividad esta vinculada con la historia de la localidad, permitiendo fomentar en los adolescentes determinados conocimientos con la historia.

El indicador cognoscitivo esta vincula fundamentalmente a desarrollar en ellos habilidades en las cuales le contribuyan a la integración de sus conocimientos con el desarrollo de las mismas.

El indicador económico esta estrechamente relacionado con la importancia que pueden tener para ellos los diferentes procesos que ocurren en los organismos de dicha comunidad.

El indicador ecológico permite poner a los adolescentes en contacto con los problemas medio ambientales que inciden en la comunidad si existen y abordar diferentes temas sobre ellos, permitiendo garantizar con la recreación su cultura ecológica.

El desarrollo de la programación se realiza de manera independiente para cada uno de los indicadores, exponiéndose los aspectos más significativos a partir de las bases sobre las cuales se concibe y posteriormente se relata la oferta de

actividades dirigidas a los adolescentes, además se dan las orientaciones para realizar las mismas.

Indicador social

Lugar: Comunidad.

Frecuencia: Quincenal.

Horario: Mañana.

Bases.

Los miembros de la comunidad deben ser capaces de transmitir las costumbres y tradiciones de su localidad haciendo uso de los valores que caracterizan al pueblo cubano, la hospitalidad, solidaridad, entre otros.

Los pobladores locales deben ser partícipes de las decisiones tomadas en el consejo popular así como ayudar a las instituciones implicadas en el proceso.

Oferta de actividades sociales:

1. Visitas a: centros de investigación, instalaciones educativas y de salud.
2. Conversatorios con personalidades de la cultura y el deporte.
3. Muestra de exposiciones y arte creativo de los miembros de la comunidad.
- 5- Investigación sobre los deportistas destacados en la comunidad
- 6- Actividades de embellecimiento de la circunscripción, donde participen los adolescentes de la comunidad, con el objetivo de mantener y rescatar las tradiciones urbanas.

Objetivos:

- 1- Poner en contacto a los adolescentes con sitios de carácter social de la comunidad.
- 2-Valorar la función de la sala Polivalente “19 de Noviembre” como institución insigne del deporte pinareño.

1-Desarrollo de la actividad:

El coordinador de esta actividad explicará a los participantes, en coordinación con el funcionario de esa institución, los resultados que ha alcanzado el centro al cual se realiza la visita, en función del bienestar de la comunidad y del desarrollo social que representa para la localidad y la provincia. A partir de aquí se les dará un recorrido por estos centros.

Los participantes (adolescentes) llevarán diferentes preguntas previamente analizadas con el coordinador de la actividad para realizárselas a los directivos y miembros de las instituciones. Una vez realizadas las preguntas se establecerá un debate como cierre de la actividad, en el que se llevará, por parte de los participantes, alguna actividad cultural que le puedan ofrecer a los trabajadores del lugar.

2-Conversatorios con personalidades de la cultura y el deporte:

Objetivos:

1. Demostrar a través de un taller, la evolución de los logros deportivos pinareños como resultado de la labor educativa de los trabajadores de la Facultad de Cultura Física “Nancy Uranga Romagoza”.

Desarrollo de la actividad:

El responsable de la actividad coordinará previamente con la Dirección de Deportes y de la Facultad de Cultura Física para desarrollar un taller sobre los logros deportivos Pinareños. Para esta actividad el coordinador desarrollará un cuestionario previamente analizado con los adolescentes, a partir de sus criterios e ideas y elaborado entre ellos mismos, evitando que las preguntas no abarquen la idea de la actividad; pueden existir tantas, como inquietudes tengan los adolescentes. Ejemplo de algunas preguntas pueden ser las siguientes:

Este taller se puede realizar con figuras del deporte Pinareño ejemplos: Fidel Corrales, Jorge Fuentes, José Raúl González, etc.

- ❖ ¿Qué desarrollo tiene el deporte de forma general para nuestra provincia?
- ❖ ¿De los deportes que se practican cuáles tienen más resultados y avances en nuestro territorio?
- ❖ ¿De esos deportes cuales son los atletas que han tenido mayor resultado?
- ❖ ¿Si tuvieras que dirigir un equipo de tu provincia, a quienes te gustaría dirigir?
- ❖ ¿Si tuvieras que compartir un juego con el contrario (boxeo, ajedrez) con quien te gustaría jugar, te sientes satisfecho con los resultados obtenidos hasta el momento?
- ❖ ¿Te sientes complacido en el deporte en el que eres atleta, o te hubiera gustado ser atleta de otro deporte?

3-Presentación de exposiciones y arte creativo de los miembros de la comunidad:

Objetivo:

1. Motivar en los adolescentes el conocimiento por las culturas y tradiciones de los miembros de su comunidad.

Esta actividad se desarrollará en coordinación con los directivos del Consejo Popular, donde se convocará un festival en el que se muestren, por parte de los miembros de la comunidad, todas las actividades creadas por ellos desde el punto de vista de las artes manuales, arte culinario, artesanía; para esto los adolescentes ayudarán a la organización de toda la actividad y a partir de la misma le realizarán preguntas a los miembros de la comunidad que exponen su trabajo:

- ❖ ¿Se siente útil cuando realiza este trabajo?
- ❖ ¿Porque realiza este tipo de trabajo?
- ❖ ¿Esta asociado a algún tipo de institución que le permita desarrollar la destreza de este trabajo?

4-Actividades de embellecimiento, donde participen los adolescentes de la comunidad, con el objetivo de mantener y rescatar las tradiciones urbanas:

Objetivo:

1. Promover el conocimiento y la educación por la belleza y la estética.

Se desarrollarán actividades de embellecimiento de la localidad, recogida de materia prima, pintura de contenes; además, en los solares yermos, hacer limpieza, evitando la contaminación y propagación de enfermedades.

Con los adolescentes y los directivos de la comunidad se les prepara una pequeña merienda para intercambiar sobre la importancia que reviste el entorno, donde ellos se desarrollan, que le permita tener una comunidad bella, agradable y el significado de esto desde el punto de vista social, (el gusto, la estética, y la salud).

Indicador Histórico.

Lugar: Comunidad.

Frecuencia: mensual.

Horario: Tarde

Bases:

Los museos deben ser representativos de la historia de la provincia, donde se realicen actividades que permitan el conocimiento de las vivencias de personas vinculadas a los sucesos históricos.

Lugares: museos y/o sitios con valores históricos los cuales conservan arte, tradiciones, testimonios populares, instrumentos de trabajo, recuerdos y efemérides locales, artesanía, productos, fotografías, fiestas, danza; propio de las actividades que se desarrollan en la comunidad.

Actividades históricas.

- ❖ La historia de mi ciudad.
- ❖ Visitas al Museo de Historia, donde se muestren los hechos más significativos de la provincia o localidad.
- ❖ Conversatorio con personas que participaron en sucesos históricos.
- ❖ Actividades en sitios donde se produjeron acontecimientos históricos, motivando la incorporación de los moradores de la comunidad.
- ❖ Celebración de efemérides y eventos de significación local, que deben estar contemplados en el programa de la comunidad.
- ❖ Investigación sobre el nombre que lleva la calle donde vives.

1-La historia de mi ciudad:

Objetivos:

- 1- Poner en contacto a los adolescentes con sitios históricos de la comunidad.
- 2- Promover el conocimiento de la historia de la localidad.
- 3- Motivar en los adolescentes sentimientos de conservación del patrimonio local.
- 4- Sensibilizar a los adolescentes con la historia de su comunidad fomentando el desarrollo de su identidad.
- 5- Estimular en los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luis, el interés por el conocimiento del valor histórico del Estadio “Capitán San Luis”.

Se visitarán sitios históricos de la ciudad (antigua casa del Capitán San Luis) que son considerados patrimonio local, previamente coordinado con la oficina de patrimonio.

Puntualizando en la necesidad de restaurar para conservar aquellos lugares que lo necesiten, rescatando así nuestra historia.

De la misma manera se desarrollarán actividades, como son visitas a museos, donde los adolescentes llevarán una guía de observación para apreciar los

elementos que desde el punto de vista del programa de historia ellos trabajan en la secundaria básica. La misma se coordinará con los profesores para potenciar primeramente las actividades que se trabajan desde la escuela, y después todas las demás muestras para; continuar ampliando el conocimiento que tienen los estudiantes y su universo cultural.

En cuanto a las demás actividades como conversatorios y talleres se desarrollarán guías con preguntas que ellos pueden realizarles y a partir de las reflexiones los adolescentes harán las conclusiones de las actividades.

Indicador Económico:

Lugar: Comunidad.

Frecuencia: semanal

Horario: Tarde

Bases:

Exponer como una parte significativa de los medios con los que cuenta dicha comunidad y los beneficios que pueden reinvertir directamente en los pobladores de la comunidad.

Oferta de actividades económicas:

1-Visitas dirigidas a diferentes consejos populares, donde se observen los beneficios directos recibidos por los miembros de la comunidad.

2-Visitas a diferentes instituciones y organismos aledaños a la comunidad.

Objetivos:

1- Estimular en los adolescentes sobre la cultura y valor económico que le aportan los centros que se encuentran aledaños a la comunidad.

2- Construir medios de enseñanza con material reciclado: laticas, tubos de desodorante, cartón. Objetos que contribuyan a la recreación de los adolescentes, realizados por los adolescentes, juguetes que pueden ser donados al Circulo Infantil Amiguitos de la Ciencia, entre otros.

Estas actividades se desarrollarán en coordinación con las organizaciones e instituciones de la comunidad, los CDR, oficina de trabajadores sociales, delegados de las diferentes circunscripciones, Federación de Mujeres Cubanas, etc, donde, de una forma sencilla, expliquen los resultados económicos de sus empresas y como tributan al beneficio de su comunidad y de la sociedad de forma general, al final de cada actividad los adolescentes harán una reflexión sobre como influyen los problemas económicos en su comunidad y que salida daría el a estos ..

Indicador Ecológico.

Lugar: Comunidad.

Frecuencia: semanal

Horario: Tarde

Bases:

Presentar los resultados obtenidos en el cuidado y conservación de la comunidad, así como los recursos naturales afines con el entorno urbano, que distinga la comunidad del resto de otras que integran la provincia.

Oferta de actividades ecológicas:

1. Los problemas ambientales de mi comunidad.
2. Promoción de sitios que muestren la fauna propia de la comunidad.
3. Vídeo -. Debate: Problemas ambientales de la Provincia Pinar del Río.
4. Reforestar para la vida.
5. Exposiciones que muestren, a través de una representación gráfica, el cuidado y conservación de la comunidad.
6. Debates sobre experiencias internacionales, acerca de la conservación y el desarrollo sostenible de las comunidades.
7. Gráfica ambiental realizado por los miembros de la comunidad.

1-Los problemas ambientales de mi comunidad:

Objetivos:

1. Poner al adolescente en contacto con los problemas ambientales de su comunidad.

La actividad se desarrollará a través de una excursión a un lugar donde exista el problema (Río Guama). Se visitó un río con un alto nivel de contaminación, foco de la localidad, que se encuentra colindante a nuestra comunidad. Además en el camino hacia el lugar existían microvertedores de escombros y alimentos en descomposición.

Se tomaron muestras del agua, determinando su nivel de contaminación, así como las causas que lo motivó y el responsable de que esto suceda. Esto a partir de reflexiones realizadas por los propios adolescentes. Se hizo referencia también a otros problemas ambientales que afectan a la comunidad y que se hacen extensivos a la nación y al mundo.

2-Promoción de sitios que muestre la fauna de la comunidad.

Objetivos:

1. Conocer las diferentes especies de la fauna cubana especialmente de su comunidad.
2. Sensibilizar a los adolescentes con la necesidad de proteger y conservar la fauna local.

El municipio cuenta con un museo de Ciencias Naturales, que será aprovechado como medio para enriquecer los conocimientos de los alumnos sobre la fauna de la localidad. Allí se exhiben gran variedad de especies, muchas de ellas endémicas del lugar, además curiosidades que han sido conservadas durante mucho tiempo.

Se realizará la observación de las colecciones existentes en el museo. Utilizando la presencia de un especialista se estableció, un conversatorio en el que los adolescentes se interesarán sobre todo aquellas especies amenazadas. Se puntualizará en la necesidad de preservarlas y protegerlas para que generaciones futuras puedan gozar de su presencia.

3- Vídeo - Debate. Problemas ambientales de la Provincia Pinar del Río.

Objetivos:

1. Sensibilizar a los adolescentes con los problemas ambientales de la provincia, localidad, etc.
2. Valorar la actuación del hombre con respecto al medio ambiente.
3. Fomentar sentimientos de rechazo a actitudes como estas.

El coordinador de la actividad explicará que observarán un vídeo donde se aprecian algunos de los problemas ambientales más críticos de la provincia.

Se les entregará una guía de observación que contendrá los siguientes elementos.

- ❖ ¿Qué consecuencias ha traído para el medio ambiente la realización de actividades como las que has observado?.
- ❖ De los problemas ambientales que ahí se presentan. ¿Cuál de ellos te ha impresionado más? .Argumenta
- ❖ ¿Cómo te has sentido al observar los impactos causados de medio ambiente de tu provincia?.
- ❖ ¿Quién es el responsable de estas conductas inadecuadas en relación con el medio?.
- ❖ Te sientes tú responsable también de lo que sucede en nuestro medio. ¿Por qué?
- ❖ ¿Consideras que en tus manos está la solución a estos problemas?. Argumenta.
- ❖ Valora como desde tu posición podrías contribuir a ello.
- ❖ Se propone por los adolescentes desarrollar ellos esta actividad con los miembros de la comunidad.

4- Reforestar para la vida.

Objetivos:

1. Desarrollar sentimientos de responsabilidad e identificación con especies vegetales.
2. Lograr la participación de los adolescentes en tareas relacionadas con la protección de la flora.

Se creará un vivero en la comunidad, para fomentar el desarrollo de especies de plantas, pueden ser maderables, frutales, ornamentales y otras. Para ello podrá convocarse a actividades de participación, pudiera ser: Festival de la planta para ir enriqueciendo el vivero.

Además se podrá utilizar el lugar para aportar conocimientos acerca de la importancia que tienen las plantas que allí existen, datos curiosos sobre ellas propiciando la investigación de nuestra flora.

Se motivará a que se planten aquellas que se encuentran en peligro de extinción y que es más urgente preservar, siempre que existan condiciones favorables para ello.

5- Otras Actividades.

5a- Debates sobre experiencias internacionales acerca de la conservación y el desarrollo sostenible de las comunidades.

5b-Gráfica ambiental realizado por los miembros de la comunidad

Objetivos:

1. Explicar cuales son los problemas globales ambientales que afectan a la comunidad o sea a su entorno social determinando un responsable, así como ver sus causas y consecuencias.

2. Determinar cuál es su responsabilidad como miembro de la sociedad ante el medio ambiente.

Desarrollo de estas actividades

En estas actividades se debatirá sobre los impactos que ha causado el hombre al medio, tanto en el mundo como en el país y la localidad, con ejemplos concretos.

El coordinador aprovecha y los invita a reflexionar. ¿Consideras que la solución de estos problemas está en sus manos?.

Existieron diversas opiniones dejando bien claro la máxima de educación ambiental “actuar localmente y pensar globalmente y cual es el papel que deben jugar ellos en este sentido.

Así proponen algunas transformaciones que debe sufrir su medio ambiente en la comunidad, donde ellos deben convertirse en promotores de la actividad en la escuela, comunidad, barrio, cuadra, etc.

La programación esta diseñada con la finalidad de proponer una oferta recreativa que tenga la intención de educar y formar a los adolescentes para que sea acertada para ello y posibiliten su participación basada en sus gustos y preferencias fomentando el desarrollo de está, utilizando la infraestructura existente con la utilización de recursos propios del Consejo Popular, utilizando todas las potencialidades que tienen el personal técnico y de servicio del organismo para cumplimentar los objetivos sociales de la recreación en las condiciones concretas para el desarrollo de nuestro país.

3.2.1 - Actividades Integradoras de la programación. Alternativa para la Recreación sana.

Objetivos:

1. Vincular a los adolescentes con personalidades históricas de nuestra Provincia.

Lugar: Complejo Guamá o terrenos de la Facultad.

Se realizará una competencia donde demostrarán las habilidades para armar y desarmar cazas de campañas.

En la competencia participarán junto a los adolescentes miembros de la ACRC del Consejo Popular, sobre todo aquellos que participarán en la guerra de guerrillas en nuestra Provincia.

Se establecerá conversatorio con estos combatientes donde podrán indagar.

- ❖ ¿Estaban preparados para el desarrollo de esta lucha en la montaña? Habían desarrollando alguna preparación anterior?
- ❖ Consideran que este ejercicio que hemos desarrollado hoy los podía haber sido útil para su preparación en aquel momento.
- ❖ ¿Por qué?
- ❖ Podrían contar algunas anécdotas de su actuación en aquel momento.
- ❖ ¿Cómo se sintieran ustedes cuando se alcanzó el triunfo revolucionario?

El coordinador reflexiona con los adolescentes.

- ❖ Expresa a través de una manifestación artística como te sentiste hoy.

Estos resultados pueden darse a conocer en comunidad, desarrollar exposiciones de manifestaciones de la plástica u otras actividades culturales.

Objetivos.

Fomentar en los adolescentes el conocimiento de la historia deportiva de su localidad

Lugar : Sala Polivalente

Se desarrollará un encuentro de Fútbol sala donde participarán los equipos ya previamente seleccionados, donde se invitarán a participar junto a ellos atletas tanto activos como jubilados de la comunidad.

Previo a este encuentro se llevará a cabo un intercambio de los adolescentes con trabajadores de dicha institución sobre la base de las siguientes respuestas:

- ❖ Porqué el nombre que lleva la sala “19 de Noviembre” .
- ❖ Qué figuras relevantes del deporte pinareño han hecho gala de su presencia en la misma.
- ❖ Pueden mencionar algunos resultados alcanzados por el centro.
- ❖ Cómo ha contribuido esta institución al desarrollo de la comunidad en que se encuentra enclavadas.
- ❖ Por ultimo indicará una orden que permitirá evaluar la actividad.
- ❖ Imagina que eres la Sala Polivalente “19 de Noviembre”
- ❖ Defina con una palabra cómo te sentirías en este momento.
- ❖ Construye un pequeño texto dónde expliques el porqué de tu definición.

Objetivos:

Poner en contacto a los adolescentes con la historia de la calle donde viven, de su ciudad.

Lugar Calle Ormaní Arenado

Calle Pedro Téllez

Con la participación de los adolescentes que se irán convirtiendo en promotores recreativos de la comunidad se realizará una simultánea de ajedrez para conmemorar una fecha histórica de gran significación, el 13 de Marzo.

Se realizará de manera intencional en las calles antes mencionadas en el Consejo Popular.

Los adolescentes realizan una pequeña investigación sobre el nombre que llevan las calles para lo que se remitan al museo 13 de Marzo de la ciudad y al archivo de historia.

Bien como antecedente o como parte conclusiva de la simultánea ellos presentarán un breve coloquio donde se darán a conocer los resultados de los investigados sobre la historia de la calle donde viven desde que aparece hasta los momentos actuales.

Objetivos.

1. Sensibilizar a los adolescentes con la necesidad de la recuperación de materias primas.

Lugar: Área del parqueo del estadio Capitán San Luis.

Se llevará a cabo un festival deportivo recreativo, atendiendo a los gustos de los adolescentes y junto a ello se promocionará un festival recogida de materias primas donde ellos contribuirán a la participación de la comunidad en este, para saludar el aniversario de la creación de la OPJM y la UJC.

No solo se hará la recogida de la materia prima sino que se invitará la necesidad de reciclar estos materiales.

Se indicará guardar para la próxima actividad objetivos como latas, tubos de desodorante plástico y pomos plásticos que utilizarán para la realización de otros objetos

3.3 - Indicaciones metodológicas u organizativas.

- ❖ Para la puesta en práctica de dicha programación se hace necesario una adecuada coordinación y apoyo de los factores e el municipio y del Consejo Popular específicamente.
- ❖ Una vez coordinadas y aseguradas las actividades a desarrollar en cada caso (tipo de actividad, fecha, hora, lugar, responsables) se hace imprescindible la amplia divulgación de las mismas. Esta deberá hacerse utilizando la mayor variedad de vías posibles tales como: murales o carteles informativos, carteles promocionales, información directa, a través de los barrios del consejo popular, tanto por los activistas como por los demás factores.
- ❖ Cada actividad general a desarrollar deberá tener un nombre alegórico, en relación con el carácter y objetivo de la misma, lo cual le dará mayor connotación e interés. Además deberá contar con una planificación específica para su feliz realización. contemplar un conjunto de aspectos

organizativos, tales como: nombre de la actividad, fecha, hora y lugar de realización, actividades a desarrollar, materiales, recursos e implementos necesarios, personal de apoyo, entre otros.

3.4- Valoración Teórica de la Propuesta Planteada.

Se consultaron a 9 especialistas, de ellos: 4 metodólogos de recreación (3 provinciales y 1 municipal), 3 promotores de recreación y 2 profesores de Recreación de la Facultad de Cultura Física de Pinar del Río, todos con una experiencia que oscila en un rango de 15 a 25 años, en el ejercicio de la actividad.

El 100% de ellos pronosticó el éxito del Programa propuesto, de acuerdo con los cuatro aspectos tenidos en cuenta (efecto, aplicabilidad, viabilidad y relevancia).

En sentido general, coinciden en que la estructuración, organización y contenido del Programa 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 programas anteriores, teniendo en cuenta el carácter integrador de la 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 importantísimo a la preparación metodológica de los especialistas en esta esfera de actuación brindando una guía para el trabajo con el grupo etéreo 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.

En otra valoración recogida se manifiesta que es muy favorable el hecho de tener como punto de partida los gustos y preferencias, necesidades e intereses de los adolescentes y que a su vez se hayan planteado alternativas de solución a las mismas por lo que se logra con la propuesta su aplicabilidad.

Los especialistas subrayan que la misma tributan a la flexibilidad, dinamismo colectivismo y al carácter participativo, por lo que enfatiza en la atención diferenciada para hacer de la propuesta más específica y particular.

La misma es novedosa, pues sus actividades tienen un carácter integrador hasta ahora no visto en una programación anterior contribuyendo no solo de habilidades motoras o capacidades físicas sino al autodesarrollo de la comunidad y de la cultura general integral de sus portadores.

La misma es factible, aplicable y tiene pertinencia permitiendo el fomento de valores y por tanto el desarrollo de la personalidad de los adolescentes.

3.5- Implementación y Valoración Práctica del Programa.

Una vez validado, por el grupo de Especialistas, el Programa propuesto, se procedió a su implementación práctica en el Consejo Popular, la que se ha ido llevando a cabo de manera paulatina, ofertando diversas actividades correspondientes a cada uno de los indicadores programados (social, histórico, cultural, ecológico, etc.), aprovechando tanto los recursos y espacio disponible, como el entorno de dicha comunidad.

En correspondencia con ello, durante un período de dos meses (Octubre- Noviembre de 2008) se han instrumentado diferentes actividades de la propuesta, experimentándose un nivel de participación, fundamentalmente del grupo poblacional objeto de estudio (adolescentes entre 11- 15 años). A partir

de la realización de las actividades en este período de tiempo se aplicó un instrumento Encuesta No. 2 (Anexo No 4.) a la muestra seleccionada de estos adolescentes, para comprobar, entre otros aspectos, el grado de aceptación de ellos por la nueva oferta llevada a cabo, cuyos principales resultados se describen a continuación:

Al valorar las opiniones emitidas, sobre las respuestas del cuestionario podemos apreciar que las actividades organizadas han creado una expectativa positiva en ellos, estando motivados con las mismas, reflejando un aceptable grado de satisfacción. Derivado de esto, se ha logrado una mayor incorporación de los adolescentes del Consejo Popular en las actividades, las que han mantenido cierta sistematicidad y variedad que deberán irse incrementando.

Un alto por ciento de estos adolescentes reconoce y manifiestan los aportes de estas actividades a su desarrollo, permitiéndoles cubrir las necesidades no solo físicas sino también espirituales. Otro aspecto importante que se derivo de este análisis es que los mismos planteaban que estas actividades le daban la posibilidad de interactuar entre ellos logrando mayor compañerismo, colectividad, cohesión que les permitió ver la recreación desde diferentes posiciones y no sólo la diversión y la práctica de ejercicio físico.

Lo anterior, unido a la propia apreciación del autor, revela, sin alcanzar aún los resultados óptimos, que la nueva propuesta ha ido prendiendo y creando expectativas en la comunidad.

Del conjunto de actividades incluidas en la propuesta y que ya han sido ofertadas con una determinada frecuencia.

Lo anterior, unido a la propia apreciación del autor, revela, sin alcanzar aún los resultados óptimos, que la nueva propuesta ha ido prendiendo y creando expectativas en la comunidad.

CONCLUSIONES DEL CAPÍTULO.

La estructuración de las actividades integradoras dadas en la propuesta de programación para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís se realizó sobre la base de tres principios que determinarán la recreación de una forma sana sobre la base de sus necesidades gustos y preferencias.

La programación diseñada para los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís cumple una función social, histórica, ecológica, cognitiva y formativa que se manifiesta en las actividades integradoras propuestas.

CONCLUSIONES

El ineficiente uso del tiempo libre demanda de una concepción nueva, objetiva y fundamentada en las necesidades, gustos y preferencias de la comunidad. La recreación como alternativa para ocupar este tiempo debe adecuarse a las condiciones concretas y a las particularidades de los adolescentes en el contexto en que estos se desenvuelven.

Por ello arribamos a las siguientes **CONCLUSIONES**:

1. Del análisis derivado de los diversos documentos y fuentes bibliográficas consultadas, se constata la gran connotación y atención hacia el tiempo libre y su ocupación a través de actividades recreativas, especialmente las de carácter formativo, adquiriendo singular importancia el proceso de programación, en el que se destaca como elemento indispensable la canalización necesidades, intereses, gustos y preferencias de la población, en dependencia de grupo etáreo al que pertenezcan.
2. Los adolescentes, en edades de 11-15 años, del Consejo Popular Capitán San Luís en el municipio Pinar del Río, poseen un espacio considerable de tiempo libre (7 horas, 2 minutos, como promedio, los días entre semana), que no es ocupado de forma óptima en la formación multilateral de los mismos. La oferta recreativa existente es limitada y poco variada, lo cual incide directamente en la baja participación de estos en las actividades realizadas y la insatisfacción recreativa de los mismos.
3. Las actividades recreativas elaboradas, como parte de la Programación a ofertar a los adolescentes del Consejo Popular Capitán San Luís, parte de las necesidades e intereses y preferencias recreativas, propiciando además el desarrollo socio cultural y educativo y promoviendo el auto desarrollo de estos, sobre la base de la flexibilidad y variedad.

4. La Programación Recreativa elaborada e implementada en el Consejo Popular Capitán San Luís, ha sido valorada positivamente por los especialistas consultados, siendo aceptada satisfactoriamente por los adolescentes del mismo, los cuales han experimentado una mayor participación y motivación en las actividades desarrolladas.

RECOMENDACIONES

1. Extender la propuesta, con sus particularidades a las comunidades, para hacer de la recreación un proceso cada vez más particularizado.
2. Generalizar de esta manera los resultados de la investigación y la continuidad de la misma.
3. Fomentar y desarrollar cursos de postgrados y/o relacionados con el tema especialistas en el territorio.

BIBLIOGRAFIA

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

14. Camerino Foguet, O. Y Cartañer Balcells, M. (1991). 1001 ejercicios juegos de recreación. Editorial Paidotribo, Barcelona
15. Cervantes, J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Ed. Mungía y Hnos., México.
16. Coldeportes, Funlibre, Colectivo de autores (2003) "PLAN NACIONAL DE RECREACION" (Bogotá, Colombia).
17. Contreras, O. (1993). "Formas de organización y Estilos de Enseñanza" En AA.VV: a Educación Física y su didáctica" Madrid. Publicaciones I.C.C.E.
18. Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de Deusto.
19. Cutrera, J. C. (1987). Técnicas de Recreación. Ed. Stadium. Buenos Aires.
20. Danfor, H. (1966). Planes de Recreación para la comunidad moderna. Ed. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
21. Davis, M. (1971) Teoría de Juego. Ed. Alianza. Madrid.
22. Davilona, N. A. (1979) La Naturaleza y nuestra salud. Ed. Misk. Moscú.
23. Diekert, J.; Kreis, F. Y H. Musel. (1988). Gimnasia, deporte y juego. Ed. Kapeluz, Buenos Aires.
24. Dirección Nacional Recreación del INDER (2003) "Documentos rectores de la recreación física en cuba" La Habana, Editorial Deportes
25. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Barcelona. Editorial Estela
26. _____. (1971). Realidades del ocio e ideologías. Barcelona, Fontanella.
27. _____. (1988) Revolution culturelle du temps libre. París, Meridiens Klincksieck.
28. Franch, J. Y Martinell, A. (1995) "Animar un proyecto de educación social. La intervención en el tiempo libre". Editorial Paidós, Barcelona.

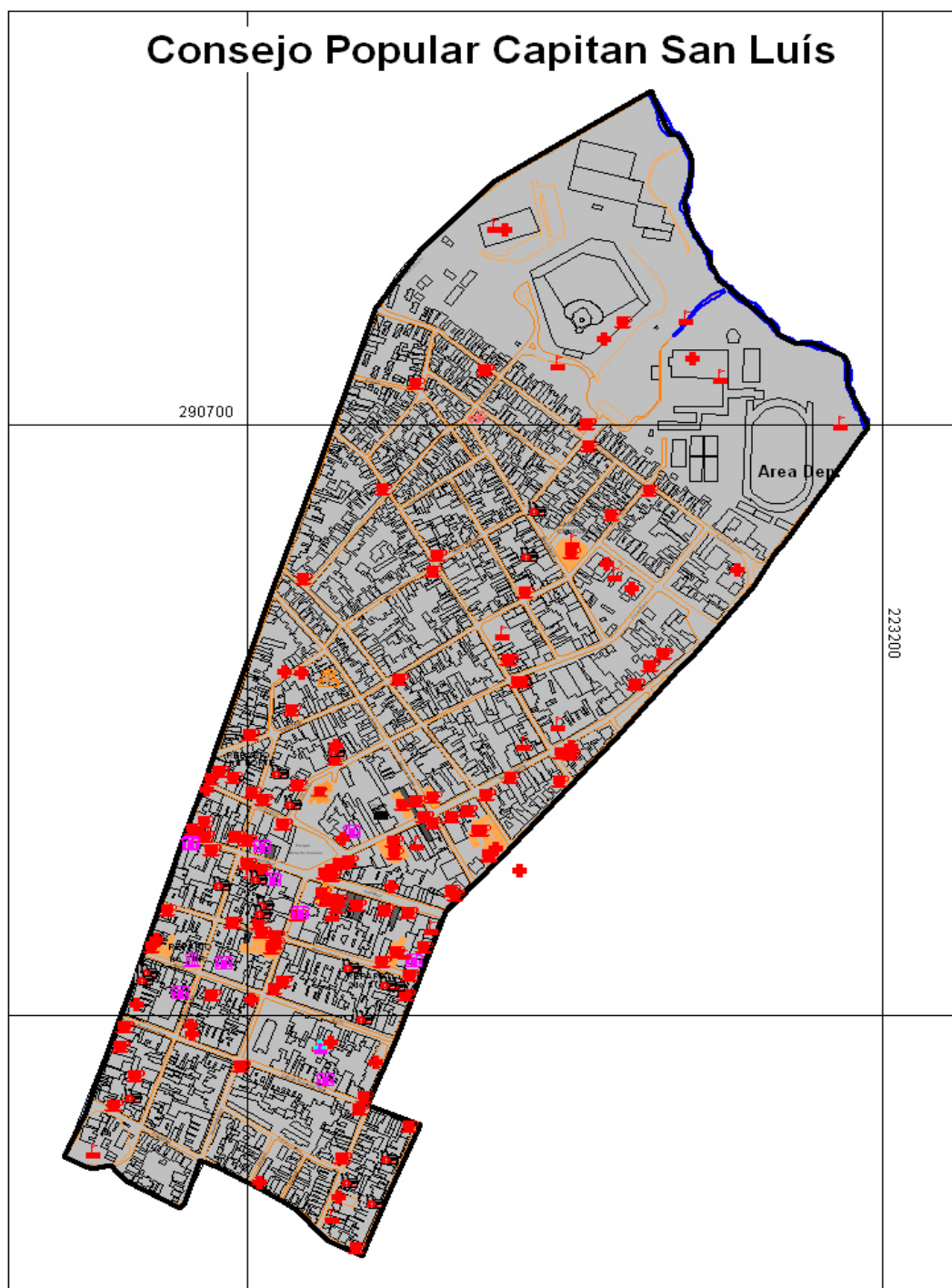
29. Fraile Aranda, A. (1995) "La investigación – acción, instrumento de formación para el profesorado de educación física" en Apuntes No. 42, 1995, Barcelona.
30. Francia, A. Y Martinez, O. (1999). Educar en valores con juegos y dinámicas. Editorial San Pablo, Madrid.
31. Ferry, H. (1982). El trabajo en grupo. Ed. Paídos, Buenos Aires.
32. Flosdorf Y Rieder. (1975). Deportes y juegos en grupos. Ed. Kopeluz, Buenos Aires.
33. Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital Educación Física y Deportes.
34. Fullea Bandera, Pedro (2000) "PORQUE JUGAR... ES COSA DE JUEGO" La Habana
35. _____ (1998). Recreación comunitaria. Ciudad de La Habana. Dirección Nacional de Recreación del INDER.
36. Fungerman, K. (1983). El juego y sus proyecciones sociales, Ed. Fondo de Cultura Económica, México.
37. Gabuelsen, A. Y C. Holtzer. (1971). Educación al aire libre. Ed. Troquel, Buenos Aires.
38. García Antolín, Roberto J. y María Elena García Montes. (2000) <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - N° 23 - Julio SITIO: <http://www.campogrupal.com/comunidad.html>.
39. García Montes, María Elena. (1996). Planificación de actividades para el recreo y el ocio (apuntes de la asignatura). Granada (inédito).
40. García Montes, María Elena, A. Irene Hernández Rodríguez (2003) Didáctica de las actividades físico -recreativas para el tiempo libre y el ocio. La Habana, Editorial Deportes.
41. García, M., Hernández, A. y Santana, O. (1982) "Los Estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones". En Investigaciones científicas de la demanda en Cuba. La Habana, Editorial Orbe.

42. Gutemberg, E. (1994). Planificación social y gestión de la comunidad. Madrid: Ed. Popular.
43. Gutiérrez, R. (1997). El juego como elemento educativo. Editorial CCS. Madrid.
44. Grushin, O (1966). Tiempo libre y desarrollo social. Ciudad de La Habana, Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico Técnico.
45. Hernández Vázquez, M. Y Gallardo L. (1994). "Marco conceptual: Las Actividades deportivo-recreativas" En Apuntes 'Educación Física. 37: 58-67 Barcelona. INEFC
46. Huisinga, J. (1957). Homo Ludens. Ed. Emece, Buenos Aires.
47. Krispskeen, V. M. (1978). Fundamentos socio-fisiológicos de la organización de las actividades recreativas. Ed. Minsk.
48. Kotronitski, A. (1977). Enfoque sistémico de los estudios de la recreación. Ed. Progreso, Moscú.
49. Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
50. Listello, A. y Otros. (1988). Recreación y Educación Física Deportiva. Ed. Kapeluz, Buenos Aires.
51. Lorda, R. (1990). Educación Física y Recreación para la tercera edad. Ed. México Sport, Montevideo.
52. Loughlin, A. J. (1971). Recreodinámica del adolescente. Ed. Librería del Colegio, Buenos Aires.
53. Martínez del Castillo, J.(1986). "Actividades físicas y recreación; nuevas necesidades, nuevas políticas" En: Apuntes de Educación Física. 4: 9-17 Barcelona. INEFC.
54. 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
55. Martínez Gámez, M. (1995). "Educación del ocio y el tiempo libre con actividades física alternativas". Madrid. Librerías deportivas Esteban

- Sanz, MARX, K. (1966) "Contribución a la crítica a la Economía Política". Editora Política, La Habana.
56. Mironenko, N. S. Y I. T. Tvesdoilebon. (1984). Geografía Recreativa. Ed. Vnestorjizdat, Moscú.
57. Moreira , R. (1977). La Recreación un fenómeno socio-cultural. La Habana, Impresora José A. Huelga.
58. Munne, F. (1980). Psico-sociología del tiempo libre; un enfoque crítico. Ed. Trillas, México.
59. Oliveras, R. (1996) "El planeamiento comunitario. Metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.
60. Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. FUNLIBRE, Colombia.
61. Pérez Serrano, G. (1990) "Investigación – acción aplicada al campo educativo". Editorial Dyckinson, Madrid.
62. Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores (1997). Recreación.; fundamentos teóricos metodológicos. La Habana, Editorial Deportes
63. Perov, O.B. (1986) "Problemas actuales del desarrollo de las investigaciones sociales concretas". Ciencias Sociales, La Habana.
64. Pieron M. (1988). "Didáctica de las actividades físicas y deportivas". Madrid: Gymnos.
65. Petrorski, A. V. (1980) Psicología, pedagogía y de las edades. La Habana, Editorial Pueblo y Educación
66. Puig Rovira, J. M. Y Trilla, J. (1985). "La pedagogía del ocio". Barcelona: CEAC.
67. QUINTANA, J.M. (1993). Los ámbitos profesionales de la animación. Editorial Narcea, Madrid.
68. 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.

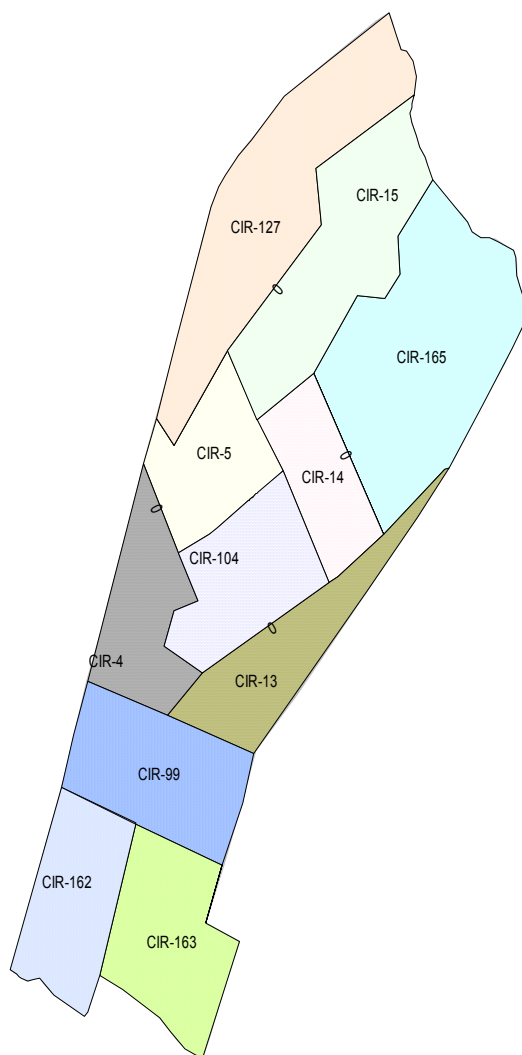
69. Recursos Técnicas - Operativos para la administración de Programas,
70. CONADE, México, 1989.
71. Rico, Carlos A (1998). V congreso nacional de recreación; gestión, recreación y desarrollo humano; la búsqueda de nuevas alternativas lúdico -RECREATIVO–ESPACIALES.3 al 8 de Noviembre. Manizales, Colombia.
72. Rodríguez, E. 1989. Tiempo Libre y personalidad. La Habana. Ciencias Sociales.
73. Roque, R. Y V. C. Bobes. (1988). Una fuente crítica o crítica de una fuente. EnTemas No. 14 y 15, La Habana.
74. Ruiz, J. M.E. García Y I. Hernandez. (2000). Organización de jornadas lúdicas en espacios no convencionales. Universidad de Almería, España.
75. Sánchez M. S. Guerrero , Caballero. (1977). Los 100 juegos del plan de la calle; algunas teorías sobre juegos. La Habana, Editorial Orbe.
76. Sánchez M. S. Guerrero Y L. Caballero. (1977). Los 100 juegos del Plan de la Calle. Algunas teorías sobre juegos. Editorial Orbe, la Habana.
77. Tabares, J. F. (2001). El desarrollo humano como marco del análisis del ocio en la actualidad. FUNLIBRE, Colombia.
78. Thelen, H. A. (1974). Dinámica de los grupos en acción. Editorial Escuela, Buenos Aires.
79. Villaverde, E. (1982). Dinámica de grupos y educación. Editorial Paídos, Buenos Aires.
80. Waichman, P. (1993) “Tiempo libre y recreación, un desafío pedagógico”. Editorial PW, Buenos Aires.
81. Weber, E. (1969). El problema del tiempo libre. Madrid, Editorial Nacional.
82. Zamora, R. y M. García. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.

ANEXO



ANEXO

CIRCUNSCRIPCIONES DEL CONSEJO POPULAR CAPITÁN SAN LUIS.



ANEXO 1 GUÍA DE OBSERVACIÓN.

Objetivo: Constatar el comportamiento de los aspectos relacionados con la realización de las actividades recreativas organizadas en la Consejo Popular.

Escala Valorativa: Bien (B); Regular (R); Mal (M).

Aspectos Generales:

A)Tipo de Actividad realizada: _____

B)Día de la Semana: Entre semana: _____ Fin de semana: _____

C)Sesión: Mañana _____ Tarde: _____ Noche: _____

No.	Aspectos a Observar	Valoración		
		B	R	M
1.	Idoneidad del Lugar			
2.	Participación			
3.	Calidad de la Actividad(organización)			
4.	Grado de satisfacción de los participantes.			

RESÚMEN GENERAL DE LAS OBSERVACIONES REALIZADAS.

No.	Aspectos Observados	Valoración		
		B	R	M
1.	Idoneidad del Lugar			
2.	Participación			
3.	Calidad de la Actividad(organización)			
4.	Grado de satisfacción de los participantes.			

A-) Evaluación de los Aspectos Observados.

No.	Aspectos	B	R	M
1.	Idoneidad del Lugar			
2.	Participación			
3.	Calidad de la Actividad			
4.	Grado de satisfacción de los participantes.			

ANEXO NO 2. GUÍA DE ENTREVISTA.

Función: _____

Edad: _____ Sexo: M _____ F _____

1. ¿Qué actividades se les ofertan a los adolescentes de su Consejo Popular?

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

SI----- NO ----- ARGUMENTE

3-¿Con que frecuencia las realizan?

Semanal----- mensual----- quincenal----- ocasional-----no se realizan-----.

4 -¿Domina usted el programa de Actividades de recreación para el Consejo Popular?

Si_____ No_____

5 -¿Qué causas impiden el desarrollo de las Actividades Recreativas en el Consejo Popular?

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

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

ANEXO NO 3.

ENCUESTA NO.1.

Estimados adolescentes:

La presente encuesta responde a una investigación sobre la ocupación del tiempo libre que se esta realizando en el consejo popular, con el objetivo de conocer las inquietudes de ustedes al respecto, para llevar a cabo la recreación por lo que contamos con su atenta colaboración.

Muchas gracias.

1-De las siguientes actividades recreativas marque cuales se realizan en tú comunidad y en las que usted ha participado.

Actividades	Se Realizan en la Comunidad	Participa
•Programa a jugar.		
•Planes de la calle.		
•Torneos deportivos.		
•Festivales deportivos recreativos		
•Actividades Culturales		
•Juegos de mesa.		
•Maratones.		
•Simultáneas de Ajedrez		
•Competencias de Bicicleta		

2-Se realizan las actividades antes mencionadas:

•Semanal _____ • Mensual _____ • Ocasional _____

3- En que medida se siente usted satisfecho con la realización de esa actividades.

-----Se siente satisfecho-----No se siente satisfecho-----A veces -----Nunca.

5- Valore usted el trabajo de los directivos del consejo popular de la comunidad como:

---- Buen trabajo.

-----Insuficiente.

----No lo realizan.

6 -De las siguientes actividades físicas recreativas cuales prefiere realizar.

-- Programa a jugar.

-Planes de la calle.

-Juegos tradicionales.

-Competencia mini i fútbol

-Torneos populares.

-Juegos de cometas y objetos volantes.

-Maratones.

7-A su juicio cuales de las actividades físicas recreativas deben ser incluidas en el programa.

ANEXO. NO. 4

AUTO REGISTRO DE ACTIVIDADES PARA EL ESTUDIO DEL PRESUPUESTO TIEMPO.

Datos generales: Día de la semana: _____ Sexo: _____
Edad: _____

[illegible]

ANEXO NO. 5

Valoración del Especialista.

Datos generales.

Edad Sexo.

Formación Profesional.

Ocupación Actual.

Años de experiencia.

Compañero:

Por su experiencia como especialista de recreación necesitamos de su ayuda para valorar la propuesta de la programación para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes de 11-15 años de edad del consejo popular Capitán San Luís de Pinar del Río la cual le entregamos para que a partir de su análisis desde su impacto, novedad, actualidad y aplicabilidad pueda valorar, criticar y darnos sus criterios los cuales serán de valiosa ayuda para nuestra investigación.

Gracias.

ANEXO NO. 6

ENCUESTA NO. 2.

Estimados adolescente:

La presente encuesta se corresponde con la investigación que se viene realizando sobre el tiempo Libre y la Recreación en el Consejo popular y en la cual, en un primer momento, usted ofreció sus criterios y opiniones, partiendo de los cuales se ha instrumentado una nueva oferta recreativa que se ha venido realizando a partir del mes de Octubre de 2008. Sobre dicha oferta es que reclamamos nuevamente su colaboración, ofreciendo sus valiosos criterios.

Muchas gracias.

1. Datos Generales:

a) Edad: _____ b) Sexo: _____

2. Ha notado usted algún cambio en la oferta de actividades recreativas en el entorno del Consejo Popular?

Sí _____ No _____

3. Conoces las nuevas actividades recreativas que se están ofertando y organizando en el Consejo Popular?

Sí _____ No _____

a) Mencione algunas _____

4. Ha Participado en estas actividades?

Sí _____ No _____

5. Han sido de su agrado?

Todas _____ Algunas _____ Ninguna _____

6. De estas actividades, mencione las 2 que más le han gustado y las 2 que menos le han gustado.

Más Gustadas

Menos Gustadas

1. _____

2. _____

1. _____

2. _____

7. Algún otro criterio u opinión sobre la nueva oferta que nos pueda ayudar a perfeccionarla.
