

**UNIVERSIDAD DE LAS CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA “NANCY URANGA ROMAGOZA”
PINAR DEL RÍO
TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADEMICO DE MASTER
EN ACTIVIDAD FÍSICA COMUNITARIA**



Título: Conjunto de juegos derivados del béisbol destinado a la recreación física de los adolescentes entre 12-14 años del CDR # 1 de la Zona 29 Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

AUTOR: Lic. Yoany Díaz Díaz

TUTOR: MSc. Luís Alberto Pérez

CONSULTANTE: MSc. Giraldo Machuat Santana

Año del 50 Aniversario del Triunfo de la Revolución.

PENSAMIENTO

“El deporte es y debe ser uno de los medios más eficaces con que cuenta la sociedad para contribuir al formato de bienestar y la salud de los ciudadanos, para el desarrollo del espíritu de superación y de emulación entre las personas, para la consolidación de hábitos de disciplina social de solidaridad entre los hombres, para el cultivo de una mejor calidad de vida, en una palabra, para la realización plena del ser humano”.



DEDICATORIA

A mis padres que han sido ejemplo para mí en todo momento y supieron educarme con modestia, dignidad y patriotismo que me posibilitaron hoy alcanzar tan prestigioso y deseado título.

A mi esposa que me ha comprendido y apoyado en todo momento y ha sido mi bujía inspiradora para seguir obteniendo triunfos en mi vida personal y profesional.

A mis verdaderos amigos.

A la revolución cubana y sus principales dirigentes ya que sin su guía y su ejemplo este triunfo hubiese sido un sueño inalcanzable.

AGRADECIMIENTO

Con gran orgullo y placer agradezco la dedicación del claustro de profesores que estuvieron empleando gran parte de su tiempo a enriquecer nuestros conocimientos durante estos años. A todos los que de una forma u otra han aportado un grado de arena para que un día como hoy se materialice este sueño convertido en realidad.

A mi tutor MSc: Luís Alberto Hernández Pérez que ha sido incondicional para conmigo y su ayuda me ha sido muy fructífera para alcanzar esta victoria profesional.

En fin, a todos los que sientan este triunfo como si fuera su propia victoria.

RESUMEN

El motivo de este trabajo radica en la solución del déficit en la práctica de la recreación física que presenta el CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo popular 10 de Octubre del municipio Pinar del Río para los adolescentes entre 12 y 14 años de edad. Este planteamiento se pudo corroborar con la puesta en práctica de los métodos empíricos tales como la observación científica, la entrevista a directivos del CDR y a los adolescentes motivo de investigación que también se le aplicó una encuesta con el objetivo de conocer en realidad la situación de la práctica de recreación física en esta localidad. El autor teniendo en cuenta los resultados arrojados con la aplicación de los métodos empíricos decidió investigar en este sentido con el propósito de buscar una alternativa con vista de erradicar el problema que está azotando a la adolescencia de dicha comunidad. Conociendo las preferencias físicas recreativas de este grupo etario le permitió al autor de este trabajo proponer un conjunto de juegos derivados del béisbol para favorecer la práctica de la recreación física de los adolescentes entre 12 y 14 años de edad, ya que es vital para nuestro país que este grupo de edades tenga a su disposición un grupo de actividades físicas recreativas que favorezcan la formación integral del adolescente. También el autor pretende que se quede dicha investigación como vía de consulta a la comunidad para todo aquel que desee conocer aspectos referidos a este tema en particular.

RECREACIÓN

ADOLESCENCIA

COMUNIDAD

INDICE

PAGINAS

Pensamiento	
Dedicatoria	
Agradecimiento	
Resumen	
INTRODUCCIÓN	1
Problema científico	3
Objeto de estudio y campo de acción	3
Objetivo general	3
Preguntas científicas	4
Tareas científicas	4
Población y muestra	5
Métodos investigativos	5
Definición de términos	7
Novedad científica	8
CAPITULO I: Marco Teórico conceptual	9
1.1 La recreación física en Cuba	9
1.1.1 Funciones de la recreación física	10
1.1.2 El objeto de la recreación física	11
1.1.3 La demarcación espacio temporal	11
1.1.4 La sistematicidad en las ofertas recreativas	12
1.1.5 Las actividades estructuradas	13
1.1.6 Los agentes de cambio en la recreación física	13
1.17 Principales ideas para transformar la recreación física en Cuba	14
1.2 La recreación física en el desarrollo local	16
1.3 La recreación física en la comunidad	17
1.4 Características de los adolescentes entre 12 y 14 años	18
1.5 Particularidades del desarrollo físico en los adolescentes	19
1.5.1 Las manifestaciones de los adolescentes por etapas	20
1.6 Los juegos como parte de la recreación física	23

1.7 Lúdica por el desarrollo humano	30
1.8 La magia del juego	37
1.9 El béisbol como deporte	43
1.10 El béisbol con fines recreativos	45
1.11 Comunidad	45
CAPITULO II: Caracterización de la comunidad, diagnostico del estado actual de la recreación física y propuesta del conjunto de juegos.	47
2.1 Características de la comunidad.	47
2.2 Caracterización de la población de la investigación.	47
2.3 Resultados de la observación.	48
2.4 Resultados de la encuesta a los directivos del CDR	50
2.5 Resultados de la entrevista efectuada a los adolescentes	51
2.6 Resultados de la encuesta efectuada a los adolescentes	51
2.7 Análisis de la aplicación de la técnica de intervención comunitaria	52
2.8 Fundamentación de la propuesta de juegos derivados del béisbol	53
2.9 Propuesta de juegos derivados del béisbol	55
2.10 Indicaciones metodológicas para la realización del conjunto de juegos derivados del béisbol	61
CONCLUSIONES	63
RECOMENDACIONES	64
BIBLIOGRAFÍA	
TABLAS Y ANEXOS	

INTRODUCCION

El hombre desde su surgimiento en la comunidad primitiva como especie humana tuvo la necesidad de recrearse, ya que en algún momento de su tiempo libre buscaba alternativa para su disfrute personal. En esos tiempos no tenían conocimiento real de que era recreación, pero hacían actividades en las cuales se sentían liberado del trabajo. Fueron los juegos con pelotas unas de las vías que el hombre utilizaba para su satisfacción personal.

Juan Ealo en su libro “Béisbol” (2005: 2) plantea “No es aventurado suponer que estos juegos, en su forma más simple, se pierden en la consabida noche de los tiempos”. La mayor parte de los historiadores antiguos hacen referencias en sus escritos a actividades, desde Herodoto, que atribuye su invención a los habitantes de Lidia, es decir a la antigua Meonia, región occidental del Asia menor, situada entre Misia, Frigia, Caria y el Mar Egeo.

Griegos y romanos practicaron mucho estos juegos con pelotas que fueron recomendados por los médicos, entre ellos galenos, por tratarse de un excelente ejercicio en aquellos tiempos.

En América Latina, los aztecas de Chichen-Itzá, en la península de Yucatán, y los mayas en las hermosas Selvas Copán, en la frontera de Honduras y Guatemala, practicaban un juego que consistía, según los historiadores, en trasladar la pelota de un lado a otro del terreno pegándole con la cabeza o con cualquier parte del cuerpo; este juego guardaba un gran parecido al que practicaban los Indios Siboneyes, primitivos habitantes en Cuba, que utilizaban pelotas hechas con resinas de los árboles y al cual denominaron batos.

A medida que fue evolucionando el hombre, con el se fueron evolucionando las formas de ver la vida desde otra óptica que le posibilitara mayor desarrollo desde el punto de vista social, cultural y en las demás esfera de la vida. Junto a ello de manera directa se fueron desarrollando diversas formas de la recreación sana. Si tenemos en cuenta que la recreación es Proceso de renovación consciente de las capacidades físicas, intelectuales y volitivas del individuo, mediante acciones participativas ejercidas con plena libertad de elección, y que en consecuencia contribuyen al desarrollo humano. No se impone o administra la recreación de las personas, pues son ellas quienes han de decidir cómo desean recrearse.

Viendo este fenómeno de la recreación como un proceso importante en la vida del hombre para su desarrollo multifuncional nos hace pensar que es de vital importancia tener acceso a ella de una forma directa, teniendo la posibilidad de elección. Además hay que tener presente donde, como y cuando sentimos necesidad de recrearnos.

En nuestro país unos de los juegos con pelota con mayor arraigo en el decursar de la historia ha sido el béisbol, por sus potencialidades tanto deportivas como recreativas.

Desde su introducción en Cuba a finales del año 1865 y principio de 1866 por estudiantes universitarios cubanos que una vez terminados sus estudios lo trajeron a nuestro país. Pasado el tiempo, llegó a convertirse en nuestro pasatiempo y deporte nacional.

El béisbol en el transcurso del tiempo ha tenido, como deporte, numerosos resultados relevantes, tanto en la esfera nacional como internacional. Ostentando todos los títulos que concede la federación internacional del béisbol menos el del clásico mundial.

Nuestro pasatiempo nacional no solo lo podemos ver desde el punto de vista netamente deportivo sino también de forma recreativo, si tenemos en cuenta que desde sus inicios se empezó a jugar como medio de recreación.

El juego de béisbol nos da la posibilidad de utilizarlo en diferentes formas y variantes, lo cual le da un dinamismo y peculiaridad significativa. En este sentido es que pretendemos convertirlo en una fuerte opción para el disfrute de nuestra comunidad, en particular en los adolescentes del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre.

Nosotros a medida que ha venido pasando el tiempo nos hemos percatado de que existen dificultades con la recreación sana y saludable en esta localidad. Lo que nos ha motivado a realizar diferentes acciones que saquen a la luz la realidad existente. Mediante la realización de un diagnóstico y la utilización de encuestas y entrevistas a los directivos y habitantes del CDR donde pudimos constatar que en realidad existen carencias de actividades recreativas que motivaran a los adolescente a su participación en dichas actividades. También pudimos conocer que si se realizaban algunas actividades recreativas tales como juegos de, dominó, damas, ajedrez, parchi, fútbol, entre otras pero de formas esporádicas. Lo cual no satisface la demanda recreativa de los adolescentes de esta localidad.

Si tenemos en cuenta que la mayoría de estas actividades son juegos de mesas que no motivan mucho a los adolescentes, ya que en estas edades, prefieren actividades físico-recreativas.

Teniendo en cuenta la carencia de actividades recreativas que posee la comunidad, y especial los adolescentes del CDR # 1 de la zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre nos

ha hecho pensar en buscar una alternativa para solucionar el tiempo ocioso de la adolescencia en esta localidad. Dado a las características del juego con pelota derivados del béisbol que nos da la posibilidad de poner en práctica algunas de estas variantes de utilizar el béisbol con fines recreativos en función de un mejor aprovechamiento del tiempo libre y propiciar el disfrute pleno y saludable de los adolescentes en este CDR .

Analizando las potencialidades físico-recreativas que posee los juegos con pelotas nos permite pensar que pudiera ser una vía soluble para desarrollar la recreación sana y saludable y darle respuesta a la carencia de actividades recreativas, el mejor aprovechamiento de las áreas deportivas con que cuenta nuestra comunidad y con ello incentivamos a los adolescente al disfrute de este conjunto de juegos con fines recreativos y saludables. Además que con ello estamos propiciando que no le dediquen tiempo a las actividades que puedan afectar la imagen y el prestigio de nuestra adolescencia encargada de mantener la obra de la revolución.

De aquí surge nuestra **situación problemática**: La escasez de actividades físico-recreativas de los adolescentes del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

Que nos lleva a considerar como **Problema Científico**: ¿Como contribuir a la recreación física de los adolescente entre 12-14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río?

Objeto de la investigación

Proceso de recreación física

Campo de acción

La práctica de la recreación física de los adolescentes entre 12-14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

Objetivo

Proponer un conjunto de juegos derivados del béisbol que contribuya al desarrollo de la recreación física de los adolescentes entre 12-14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

Preguntas Científicas

1. ¿Que antecedentes teóricos y metodológicos existen sobre la recreación física de los adolescentes entre 12-14 años?
2. ¿Cual es la situación actual de las actividades físico-recreativas de los adolescentes entre 12-14 años en el CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río?
3. ¿Qué características deben tener el conjunto de juegos derivados del béisbol para contribuir a la recreación física de los adolescentes entre 12-14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de octubre en el municipio Pinar del Río?

Tareas Científicas:

1. Revisión de los antecedentes teóricos y metodológicos que existen sobre la recreación física de los adolescentes entre 12-14 años.
2. Diagnóstico del estado actual de las actividades físico-recreativas que realizan los adolescentes entre 12-14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.
3. Caracterización de un conjunto de juegos derivados del béisbol para contribuir a la recreación física de los adolescentes del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

POBLACION Y MUESTRA

En nuestro trabajo se utilizó una población de 25 adolescentes en las edades comprendidas entre 12 y 14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río. De ellos se escogió como unidad de análisis a 20 adolescentes del sexo masculino, que representa el 80% del universo. La muestra seleccionada fue de forma aleatoria simple, siendo esta de 16 adolescentes que representa el 80% de la unidad de análisis, de los cuales cinco adolescentes tienen doce años, otros cinco poseen trece años, los restantes seis tienen catorce años de edad.

Se utilizó como procedimiento estadístico el análisis porcentual para el procesamiento de los datos.

METODOLOGIA INVESTIGATIVA

Para la confección de nuestro trabajo utilizamos métodos teóricos, empíricos y estadísticos-matemáticos, así como técnicas de intervención comunitaria.

❖ Métodos Teóricos

Histórico Lógico

Permitió partir de la génesis del problema y todo lo referente a la recreación física para la ocupación del tiempo libre en la comunidad. La evolución histórica del tratamiento en torno al objeto de investigación.

Análisis-Síntesis

Este método lo utilizamos para introducirnos en los conocimientos bibliográficos, posibilitando combinar los diferentes contenidos, de lo general a lo particular, lo que facilita establecer, generalizaciones, asegurando una mejor determinación de los instrumentos, así como establecer la forma en que serán empleados partiendo de la función didáctica.

Inductivo-Deductivo

Fue utilizado para abordar el objeto y el campo de acción, descomponer los elementos esenciales del béisbol encaminados a organizar los juegos en función de los adolescentes objeto de investigación, además elaborar el objetivo de los mismos que contribuyan a la recreación física de la comunidad.

Enfoque sistémico

Establecer la interrelación e interdependencia entre los distintos elementos dentro del proceso investigativo.

❖ Método Empírico

Observación

Esta se aplica de manera directa ya que el investigador actúa directamente sobre el objeto de investigación con el objetivo de conocer el estado actual que presenta las actividades recreativas en el CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar Río.

Encuesta a los adolescentes: Fue aplicada para recoger información acerca de las necesidades e intereses que presentan en torno a la práctica de la recreación física y de esta forma enriquecer las ofertas que se ponen a su disposición.

Entrevista al los directivos del CDR: Los que están en relación directa con la comunidad y fundamentalmente con los adolescentes, para conocer sus necesidades.

Trabajo con documentos: Son normativos del proceso de enseñanza, aprendizaje como programa de recreación física, de deporte participativo, programa directores de recreación física, textos relacionados con la problemática de la recreación que posibilitaron organizar y planificar el contenido de los juegos.

❖ Método estadístico

Análisis porcentual: Se utilizará en el procesamiento de la información y en la tabulación de los resultados obtenidos.

❖ Técnica de intervención comunitaria

Forum comunitario: Se convoca a todas aquellas personas y grupos interesados, el investigador debe preparar con tiempo la presentación y justificación del encuentro, y plantear el tema o la situación tratando de enmarcarlo en un contexto de vida cotidiana para que los participantes no se sientan cohibidos en su exposición, aquí de manera conjunta se expresan las principales dificultades de la recreación física de la localidad y las que afectan directamente a los adolescentes de la comunidad y en especial del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de octubre en el municipio Pinar del Río.

DEFINICIONES DE TERMINOS

Recreación: Proceso de renovación consciente de las capacidades físicas, intelectuales y volitivas del individuo, mediante acciones participativas ejercidas con plena libertad de elección, y que en consecuencia contribuyen al desarrollo humano.

Conjunto de juegos: son dos o mas juegos que presentan características similares y que se relacionan entre si por su forma de ejecución.

Recreación Física: Campo de la Recreación como también lo son la Recreación Artístico literaria, y la Recreación Turística (donde se combinan acciones de las demás) que transita por la práctica de actividades lúdico-recreativas, de deportes recreativos y del espectáculo deportivo, como uno de los componentes de la Cultura Física (junto a la Educación Física escolar, de adultos y el Deporte), para la ocupación placentera, sana y provechosa del tiempo libre.

Actividad Física: Cualquier movimiento corporal intencional realizado con los músculos esqueléticos que resulta un gasto de energía y una experiencia personal y permite interactuar con los seres vivos y el ambiente

Tiempo Libre: Momento en el que el ser humano puede ejercer su libertad de elección para la acción participativa según sus intereses y necesidades. Comúnmente se le identifica con el

ocio, cuando en realidad puede transcurrir tanto dentro como fuera del tiempo de ocio. Es, por definición, un momento de recreación, de crecimiento y desarrollo personal.

NOVEDAD CIENTÍFICA, APOORTE TEÓRICO Y APOORTE PRÁCTICO

Novedad Científica: Consiste en que se estructura una propuesta de juegos derivados del béisbol para favorecer la práctica de la recreación física con carácter físico-recreativo en el CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río para los adolescentes entre 12 y 14 años.

Aporte teórico de la investigación: Sistematización teórica metodológica de las concepciones acerca de la práctica de la recreación física de los adolescentes entre 12-14 años.

Aporte práctico de la investigación: Implementación de la propuesta de un conjunto de juegos derivados del béisbol para favorecer la práctica de la recreación física de los adolescentes entre 12 y 14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

CAPITULO I: MARCO TEORICO CONCEPTUAL

1.1 La recreación física en Cuba

Según ¹Santos Guerrero (1977) en su libro “Algunos aspectos de la recreación de la historicidad de la recreación en Cuba”, nos permiten enfocar “la recreación en el contexto social del desarrollo histórico a través de diferentes regímenes sociales que han ocurrido en nuestro país”.

El trabajo de la Recreación Física se encamina hacia objetivos superiores, a partir de las nuevas exigencias planteadas por la Dirección de la Revolución para brindar adecuadas alternativas a la ocupación provechosa del tiempo libre de la población, contribuyendo a la elevación de su calidad de vida dentro de los programas dirigidos al desarrollo de una cultura general integral, como parte de la batalla de ideas.

Cinco ideas básicas:

- La Recreación Física es electiva y participativa, lo cual significa que se sustenta en propuestas o alternativas para el ejercicio de la libertad de elección por parte de los participantes, y nunca mediante acciones impuestas u obligatorias, promoviendo la amplia intervención de todos, con independencia de edades, sexos, condiciones físicas, etc. por lo que es ajena a cualquier resultado selectivo o eliminatorio en sus actividades. La Recreación Física se propone la estimulación de una adecuada actitud recreativa, como efecto renovador, físico y mental en las personas a partir de experiencias vivenciales positivas y enriquecedoras de la personalidad, y en ningún caso el simple entretenimiento, basado en la evasión y la superficialidad.
- La Recreación Física tiene como soporte temporal el tiempo libre, considerando como tal aquel momento en que las personas disponen de todas sus posibilidades para dedicarse a placenteras actividades auto-condicionadas, como complemento de las obligaciones y tareas que deben desempeñar en la sociedad.
- La Recreación Física tiene como soporte material el medio ambiente donde se desenvuelve el colectivo humano, caracterizado por su comunidad, urbana o rural, apoyándose además en el conjunto de instituciones comunitarias, dentro de las cuales

¹ Santos Guerrero “Algunos aspectos de la recreación de la historicidad de la recreación en Cuba” (1977) página 221

la escuela ocupa un lugar fundamental como gestora por excelencia de procesos educativos y formativos.

- La Recreación Física tiene un marcado objetivo ideológico, como expresión de principios y valores humanos, de fortalecimiento de los sentimientos de pertenencia y de identidad nacional, puestos de manifiesto mediante juegos tradicionales y otras acciones que la inserten en la batalla que hoy libramos frente a la penetración ideológica extranjerizante, y la proliferación de vicios y otras acciones deformadoras de la conducta, principalmente entre la población adolescente y juvenil.

1. 1. 1 Funciones de la Recreación Física

La Recreación Física cumple funciones objetivas biológicas y sociales. Entre las de marcado carácter biológico tenemos:

- _ Regeneración del gasto de fuerza mediante la recreación activa.
- _ Compensación del déficit de movimiento (falta de actividad muscular dinámica), en el desarrollo normal de la vida.
- _ Optimización de las funciones físicas fundamentales, es decir aumento del nivel de rendimiento físico.
- _ Perfeccionamiento de las capacidades coordinadoras y de las habilidades físico-motoras, especialmente con el fin de una utilización del tiempo libre, rica en experiencias y que promueva la salud.
- _ Estabilización o recuperación de la salud.

Teniendo en cuenta que estas funciones objetivas también tienen repercusiones sociales directa o indirectamente, se pueden mencionar como funciones objetivas sociales las siguientes:

- Empleo del tiempo libre de forma creativa y rica en experiencias.
- Fomento de las relaciones sociales.
- Ampliación de los niveles de comunicación y del campo de contacto social.
- Contacto social alegres en las experiencias colectivas.
- Reconocimiento social en los grupos y a través de ellos.
- Regulación y orientación de la conducta.

1.1.2 El objeto de la Recreación Física:

El objeto de la Recreación Física son, indudablemente, los gustos y preferencias recreativas de la población en su diversidad de grupos de edades, de géneros, ocupacionales, etc. De modo que no es posible concebir y desarrollar un buen proyecto recreativo si ellos no son tenidos en cuenta, para lo cual el primer paso será un efectivo trabajo de levantamiento, o búsqueda de información en el terreno, y un cuidadoso diagnóstico en función de los objetivos planteados. Existe cierta variedad de los denominados ganchos recreativos, o condiciones que convocan espontáneamente la participación de la población en acciones de la Recreación Física sin la necesidad de grandes esfuerzos movilizativos, por responder precisamente a gustos y preferencias generalizados para nuestro pueblo, entre los que se encuentran:

- Encuentros de deportes populares (Béisbol, voleibol, Fútbol...)
- Juegos tradicionales (infantiles, ínter áreas...)
- Juegos populares de mesa (Dominó, Damas, Parchís, Ajedrez...)
- Eventos novedosos (Aeromodelismo, Deporte canino, Cometas y objetos volantes...)
- Deportes extremos (Paracaidismo, Ciclo-acrobacia...)
- Actividades acuáticas en el verano (playas, ríos, piscinas, presas...)
- Actividades culturales y sociales (carnaval, ferias...)

1.1.3 La demarcación espacio temporal

Establecer el preciso marco espacio-temporal en el cual han de promoverse las actividades físico-recreativas conlleva la necesidad de multiplicar sus ofertas al alcance de la población. Salvo en los casos de ganchos recreativos capaces de movilizarlas a mayores distancias, las personas prefieren recibir esas ofertas en las cercanías de sus viviendas, y su participación estará en proporción inversa a la distancia que las separe de ellas. Estas circunstancias determinan los siguientes objetivos:

- ❖ La creación de un gran número de áreas recreativas permanentes, como Ludo tecas públicas, peñas de Dominó y/o Damas, "Indercitos" (espacios públicos donde

- practicar alguna acción predeportiva), y otras ubicadas en los barrios y que funcionen con horarios bien identificados, en el tiempo libre de cada día y los fines de semana.
- ❖ El empleo de la escuela como marco para un área recreativa permanente en la comunidad donde existe, con Planes de la calle los fines de semana (como expresión del servicio móvil de Ludoteca pública), así como con el funcionamiento diario de la Ludoteca escolar.
 - ❖ La planificación semanal de actividades centrales en cada Consejo Popular, mediante Festivales recreativos que se combinen con presentaciones artístico-culturales, ofertas de la gastronomía local, etc.
 - ❖ La realización de planes asistenciales y especiales destinados a llevar las opciones físico recreativas a aquellos sitios de la comunidad donde no sea posible el funcionamiento estable de áreas permanentes (sobre todo por la ausencia de fuerza técnica calificada), lo que se realizará mediante programación coordinada por las comisiones de Recreación en los territorios y la participación de los Consejos Voluntarios Deportivos (CVD).
 - ❖ La multiplicación de promotores de Recreación Física, entre los que figuran los técnicos de los restantes sub.-sistemas del INDER en los combinados deportivos, profesores de Educación Física, atletas en activo o retirados, y demás activistas.

1.1.4 La sistematicidad en las ofertas recreativas

La tarea más importante que tiene ante sí la Recreación Física es asegurar la sistematicidad y permanencia de sus actividades para la ocupación del tiempo libre de la población de lunes a domingo y de enero a diciembre. Es decir: en todo momento. Esta necesidad se incrementa, por supuesto, en aquellas ocasiones cuando la población disfruta de un mayor tiempo libre, como es el caso de fines de semana, semanas de receso docente en primaria, y las etapas vacacionales de verano.

La creación y puesta en adecuadas condiciones de funcionamiento, de las áreas recreativas, la construcción y gestión de los módulos de implementos, la captación y capacitación de activistas, la coordinación de las actividades con los factores sociales del territorio, son acciones que han de asegurar el desarrollo de una oferta físico-recreativa sistemática y permanente para la población en toda su diversidad.

1.1.5 Las actividades estructuradas

Para dar adecuada respuesta a los gustos y preferencias recreativas de la población, además de las acciones comunitarias masivas la Recreación Física contempla un cierto número de actividades estructuradas como deportes recreativos, caracterizadas por su organización a través de estructuras técnicas (federaciones, asociaciones, filiales, clubes, áreas...) que las rijan metodológicamente, sobre la base de que cualquier interés físico-recreativo de la población, con una finalidad provechosa, reciba una atención adecuada con independencia de la cantidad de personas que lo promuevan.

Dos condiciones han de presidir esta esfera de trabajo: la capacidad de autogestión de dichas estructuras para buscar soluciones a las necesidades materiales de su actividad específica, y la efectiva labor de control que las direcciones de Deportes han de ejercer sobre ellas para garantizar el estricto acatamiento a sus respectivos objetos sociales.

1.1.6 Los agentes de cambio en la Recreación Física

La clave del éxito en todo proceso es el hombre. Los profesores en los diferentes sub-sistemas del INDER son los especialistas encargados de llevar a vías de hecho las acciones que aseguran esta misión a los diferentes niveles. Para su mejor desempeño es preciso observar los principios básicos siguientes:

- ❖ La herramienta de la planificación estratégica, mediante los proyectos recreativos para la atención a Consejos Populares y a otros objetivos a su cargo.
- ❖ La flexibilidad en la jornada laboral de los profesores de Recreación, que debe priorizar el tiempo libre de la población.
- ❖ La captación, capacitación y control de activistas, como auxiliares indispensable para el trabajo en la comunidad.
- ❖ La gestión material, para lo cual construirán medios recreativos y se apoyarán en todo cuanto esté al alcance para actuar, con iniciativa y creatividad.
- ❖ La preparación técnico-metodológica, a fin de elevar la eficiencia y eficacia del profesor como educador del tiempo libre.
- ❖ La superación profesional, como vía de actualización de los conocimientos a través de la formación de postgrado, seminarios, encuentros, investigaciones, etc.

- ❖ El proceso de dirección y control, mediante las visitas temáticas a los diferentes niveles.
- ❖ El fortalecimiento de la autoestima, como resultado de una cabal comprensión de la importancia ideológica, política y social de esta labor, y una adecuada estimulación.

1.1.7 Principales ideas para transformar la recreación física en Cuba.

Las siguientes acciones constituyen prioridades básicas del Programa de Recreación Física en nuestro país, en torno a cada una de las cuales será preciso elaborar proyectos puntuales, así como incluirlas en los integradores para la atención a los Consejos Populares.

- Convertir la escuela en el centro recreativo más importante de la comunidad, con ofertas adecuadas para el tiempo libre de los niños y adolescentes de su radio de acción.
- Priorizar la atención recreativa a las escuelas de formación de atletas de alto rendimiento.
- Perfeccionar constantemente y controlar el funcionamiento de las Comisiones Coordinadoras de Recreación Física a los diferentes niveles.
- Rediseñar y complementar el Sistema Nacional de Ludo tecas en sus diversos componentes: ludo tecas escolares y públicas (fijas y móviles).
- Trabajar por el rescate de programas televisivos sobre Recreación Física, dirigidos a niños, adolescentes y jóvenes, así como también para la acción metodológica a los profesionales.
- Profundizar en la aplicación de disciplinas recreativas para estudiantes de los niveles medio superior y superior: Deportes de orientación, Recreación turística, Turismo deportivo, Cicloturismo, y otros propios de esas edades.
- Constituir un grupo de trabajo CINID-ISCF-DNR para la creación de software de juegos sobre temas deportivos, destinados a la red de Joven-club y las escuelas.
- Potenciar el funcionamiento de los círculos sociales obreros (CSO) como importantes centros para la Recreación Física en los territorios.
- Rescatar instalaciones recreativas de diverso tipo, como piscinas, campamentos, y otras.
- Fortalecer la Recreación Física en las bases de Campismo Popular.

- Trabajar los proyectos recreativos para la atención integral a objetivos especiales: comunidades pesqueras, bateyes azucareros, barrios categorizados, Plan Turquino, centros penitenciarios.
- Desarrollar la práctica de deportes populares como principal opción recreativa masiva: Béisbol, Fútbol, Softbol, Voleibol, Baloncesto, así como los que sean tradicionales en cada lugar, mediante torneos inter centros, ligas inter barrios, etc.
- Trabajar en el incremento de los participantes en los deportes recreativos atendidos por la DNR (Caza, Pesca, Orientación en el terreno, Recreación turística...), en deportes y juegos tradicionales foráneos (Go, Lucha canaria, Críquet, Rugby...), en deportes o actividades con animales (Deporte canino, Palomas deportivas...), en deportes extremos (Paracaidismo, Escalada, Ciclo-acrobacia...).
- Perfeccionar el control de las federaciones, asociaciones y comités gestores por parte de las direcciones de Deportes.
- Trabajar por el rescate de las composiciones gimnásticas en las escuelas y con otros sectores poblacionales (amas de casa, círculos de abuelos, centros de aseguradas...)
- Mejorar el aseguramiento de medios para la atención comunitaria, estableciendo convenios (con Industrias Locales, centros penitenciarios, etc.) en la búsqueda de alternativas para la producción y gestión de material lúdico y de otros recursos recreativos.
- Alcanzar en los territorios un incremento en la participación de las personas de la tercera edad en las actividades físico-recreativas.
- Vincular a las Glorias del Deporte a las actividades comunitarias de Recreación Física.
- Vincular al Instituto Superior de Cultura Física (ISCF) a las actividades comunitarias de Recreación Física, así como a procesos investigativos en torno a proyectos.
- Vincular al Instituto de Medicina Deportiva (IMD) a las actividades comunitarias de recreación, la recreación no sólo como proceso sociocultural, sino como fenómeno esencial en el campo de las actividades humanas; esto es: superar la conceptualización de lo recreativo, cual modo de calificar el acto concreto y satisfactor de cierta necesidad humana, para penetrar en la significación epistemológica del término mediante la interpretación de la necesidad misma que él está llamado a satisfacer. Y para eso se precisa una aproximación desde la Lúdica.

1.2 La recreación física en el desarrollo local

Teniendo en cuenta algunos criterios de diferentes autores y en especial del DrC. Alejandro E. Ramos Rodríguez estamos en condiciones de hacer algunas consideraciones respecto a la importancia de la recreación física en el desarrollo local de los pobladores.

Según ²Ramos Rodríguez Alejandro (1999), “existe una relación entre la actividad física y la esperanza de vida, de forma que las poblaciones más activas físicamente suelen vivir más que las inactivas”. Por otra parte, es una realidad que las personas que realizan ejercicio físico de forma regular tiene la sensación subjetiva de encontrarse mejor que antes de realizarlo, tanto desde el punto de vista físico como mental, es decir tienen mejor calidad de vida. Parece evidente por lo tanto que la práctica de ejercicio físico tiene algo de positivo para la salud. El cuerpo humano ha sido diseñado para moverse y requiere por tanto realizar ejercicio de forma regular para mantenerse y evitar enfermar. Actividad física es todo movimiento corporal producido por los músculos y que requiere un gasto energético. Ejercicio físico es un tipo de actividad física que se define como todo movimiento corporal programado, estructurado y repetitivo realizado para mejorar o mantener uno o más de los componentes del estado de forma física. Cuando el nivel de actividad física no alcanza el mínimo necesario para mantener un estado saludable, se habla de sedentarismo. Durante nuestra infancia y adolescencia la mayoría de nosotros mantiene un nivel de actividad física más que suficiente a través del juego y de diferentes actividades deportivas. Pero las oportunidades de realizar ejercicio físico se reducen a medida que nos hacemos adultos. Además, a diferencia de generaciones precedentes, cada vez son menos los que realizan, ya sea en el trabajo o en el tiempo de ocio, actividades que impliquen algún tipo de trabajo físico. En cualquiera de los países del mundo que llamamos desarrollado, los indicadores de actividad física muestran cifras realmente desalentadoras. Según distintas estadísticas el sedentarismo afecta de un 40 a un 60% de la población, y sólo 1 de cada 5 individuos alcanza el mínimo de actividad física recomendado para la salud.

Importancia de la nutrición junto a la actividad física, se convierte en el camino correcto para mejorar la calidad de vida. ¿Por qué?

El organismo esta compuesto por 550 músculos aproximadamente y necesita movimiento mínimo de 3 veces por semana de actividad física para poder mantener sana a esa masa muscular inmensa que somos.

² Ramos Rodríguez Alejandro “La recreación física en el desarrollo local” (1999) página 59

1.3 La recreación física en la comunidad

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 ³Salvador 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”.

Considerando esta definición presenciamos como el autor deja bien claro 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.

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 recreativas 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 recreativas 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 Consejo Popular es la estructura socio – política que responde a la estructura municipal y expresa la gobernabilidad en lo económico, político y social de la población, está integrada por un grupo de circunscripciones y en el mismo se representan los organismos, instituciones, organizaciones, centros de trabajo, empresas; la Cultura Física la representa en los Consejos Populares los combinados o centros deportivos los 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

³ Giner Salvador “Sociología. Naturaleza de la sociología” (1995)

recreativo físicas y su integración posibilita la planificación estratégica de las actividades físicas de tiempo libre en el Consejo Popular.

Además en el consejo popular es donde se pueden llevar a cabo con objetividad todos los proyectos recreativos en función de los pobladores de dicha área geográfica.

La organización de la Recreación Física en las comunidades rurales le damos particular importancia pues nuestros municipios y consejos populares se estructuran en muchas ocasiones de comunidades rurales y pequeños caseríos los cuales igualmente necesitan de la proyección de la recreación física de acuerdo a sus necesidades. En esta forma de organización de las actividades físicas de tiempo libre se debe tener en cuenta las tradiciones campesinas a través de actividades que se nutren de formas que utilizan medios y métodos de trabajo de la vida cotidiana, estas actividades se desarrollan en espacios naturales y expresan la satisfacción de los participantes que ponen a prueba el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas, educativas, ambientales y otras propias de su actividad laboral.

1.4 Características de los adolescentes.

Resulta importante conocer las características del objeto investigativo con el cual vamos a trabajar con el objetivo de saber cuales son las peculiaridades significativas de dicha edad y también conocer los rasgos comunes de los mismos, ya que todo esto servirá para enriquecer el presente trabajo.

Para ⁴Lourdes de Urrutia Barroso y Colaboradores (2003:223-227) en su libro de texto Sociología y Trabajo Social Aplicado : “Los adolescentes son rebeldes , agresivos o retraídos y a la vez se muestran torpes e incapaces, por la ambivalencia con que son tratados al considerarlos en un momento niños y en otro adultos, todo esto trae consigo alteraciones significativas en su comportamiento, dadas las nuevas formaciones psicológicas que se gestan y desarrollan en esta etapa”.

Con otro enfoque conceptual hace sus definiciones ⁵Reyes Guilbert Wilfredo (2006:224) en su libro, Aprendiendo Enseñar y Vivir es la Clave. "Como la persona que se encuentra en la edad comprendida entre 10-18 años, este se caracterizan por tener una elevada excitabilidad general, impulsiva y rápidos cambios de estado de ánimo y frecuentes

⁴ Urrutia Barroso Lourdes “Sociología y trabajo social aplicado” (2003) páginas 223 a 227

⁵ Reyes Guilbert Wilfredo “Aprendiendo a Enseñar y vivir es la clave” (2006) página 224

aspiraciones del estado afectivo", y sigue argumentando que la adolescencia es sin duda una etapa que nos reclamará un mayor esfuerzo educativo, es la edad de las posibilidades, de las ilusiones, de las expectativas, donde el adolescente en ocasiones se siente adulto. En esta etapa el adolescente trata de buscar ámbito de independencia personal, siente necesidad de ser escuchado, valorado y comprendido.

Otros refieren además que necesariamente no tiene que ser un período tormentoso si se asume debidamente, palabras del ⁶Doctor Ortiz Lee, "Periódico Granma ", septiembre (2001) y añade en esta misma publicación que esta etapa se reconoce según la Organización Mundial de la Salud a transcurrir entre los diez y los diecinueve años, aunque está la pubertad en los años iniciales y la juventud que por la misma organización mundial se define dentro de las edades de quince a veinticuatro años.

Como podemos ver existen diferentes criterios referentes al periodo o edad en que transcurre la adolescencia para el psicólogo Ruso ⁷A. V. Petrovsky (1978:143) en su libro Psicología Pedagógica de las Edades donde manifiesta que "La frontera del período de adolescencia coinciden aproximadamente con el proceso de la enseñanza de los niños desde 7mo grado hasta la escuela secundaria y abarcan la edad de once a doce a catorce-quince años, pero la entrada afectiva en la adolescencia puede no coincidir". Según sus colegas de nacionalidad se refieren en el libro de texto Colectivo de autores rusos, donde abordan las:

1.5 Particularidades del desarrollo físico en los adolescentes

- El desarrollo del esqueleto se produce irregularmente.
- Se manifiesta un desarrollo rápido de los huesos de la columna vertebral y las extremidades.
- Se observa retraso en el crecimiento del esqueleto de la caja torácica que se vuelve estrecha en comparación con el cuerpo alargado.
- Hay estrechez fisiológica del pecho.
- Se observa una desproporción en el desarrollo de los músculos y los huesos.
- El desarrollo de los músculos se atrasa en comparación con el crecimiento de los huesos.

⁶ Ortiz Lee "Periodico Granma" (2001)

⁷ A. V Petrovsky "Psicología pedagógica de las edades" (1978) página 143

-Entran en el periodo de maduración sexual (en las niñas a los 13 y 14 años y en los varones de 14 a 15 años).

-Aumenta la fuerza muscular, que aún no está acompañada del desarrollo de la resistencia muscular.

-El crecimiento interno de la columna, la pelvis y las extremidades pueden estar acompañados de una alteración de su estructura y de su desviación como resultado del trabajo muscular pasado, relacionado con una tensión muscular excesiva.

-Los ritmos de crecimientos del corazón dejan atrás el crecimiento de todo el cuerpo.

-La masa de todo el corazón aumenta en este periodo más de dos veces, mientras que el peso de todo el cuerpo 1,5 veces.

-Aumenta considerablemente la presión sanguínea.

-Se manifiesta elevada excitabilidad y desequilibrio de los procesos nerviosos, rápida fatiga de las células nerviosas.

-Cambios aparentemente injustificados del estado de ánimo y conducta.

-A partir de los 16 años ya está preparado físicamente para la realización del trabajo de producción, si su educación es correcta y no presenta problemas psicológicos está preparado para realizarlo, esto le fortalece el colectivismo, la ayuda mutua, la amistad, la formación de su personalidad.

-Esta edad se caracteriza por la alta excitabilidad general, impulsiva, rápidos cambios en el estado de ánimo, frecuentes aspiraciones del estado afectivo, se muestra impulsivo cuando es castigado o sancionado y más si es injusticadamente, esta reacción depende de las particularidades de su sistema nervioso y de la conducta y reacción del adulto en ese momento. Con una mejor actualización de criterios y mejor estructuración se muestran los planteamientos emitidos por el sociólogo cubano Guibert Reyes Wilfredo (2006) en su libro Aprender a Enseñar y Vivir es la Clave donde sintetiza:

1.5.1 - Las manifestaciones de los adolescentes por etapas:

1era Etapa

-Desarrollo de la pubertad con cambios físicos notables, aumento de la talla, peso, fuerza, las características sexuales primarias y secundarias, se incrementa el deseo sexual.

-Aparece el sentimiento de orientación hacia la adultez como una nueva situación psicológica que orienta su desarrollo.

-Aspiración a ocupar su lugar en las relaciones con sus coetáneos y necesidad de autodeterminación, que normalmente se acompaña con lo de ser como estos, como elementos muy importantes para el desarrollo personal.

-Deseo de conquistar la autoridad y el reconocimiento entre sus compañeros y por esta misma razón gran sensibilidad con respecto a las exigencias del colectivo y su opinión.

-Necesita que se tome en cuenta su opinión, que se le reconozca y respete debidamente su mundo espiritual.

-Intensa actividad social y elevada exigencia hacia sí mismo.

-Es un periodo de turbulencia y agitación pero a la vez de gozo y felicidad.

-Gran curiosidad sexual con fantasías sexuales, intensa práctica de la masturbación y exploración de sus genitales, pueden ocurrir conductas homosexuales o presentación de sentimientos bisexuales.

-Necesita independizarse de los padres y relacionarse estrechamente con sus coetáneos.

-Su amor propio se torna muy vulnerable.

-Los sistemas de apoyo social experimentan cambios dramáticos en relación con la infancia, pues este desarrolla un sistema de apoyo basado en sus pares o coetáneos, aunque siguen apoyándose en sus familiares.

-Incremento de la capacidad intelectual, pero es típico en ellos el no saber ver la relación que existe entre sus elevadas aspiraciones y la exigencia de la conducta diaria.

Por Ejemplo: el no estudiar sistemáticamente, manifiesta debilidad en su voluntad, insuficiente dominio de sí (gritos, brincos, alborotos frecuentes).

Con la ayuda de los coetáneos redefine su identidad sexual y comienza a sentirse atraído por el sexo de su preferencia con relaciones inestables y efímeras.

2da Etapa.

-Se estabiliza el sentimiento de adultez como nueva formación psicológica que expresa el desarrollo psicológico que viene mostrando el adolescente, caracterizado por la captación, asimilación y ensayos de normas, valores y procedimientos de conductas.

-Esta seguro del amor de sus padres, pero anhela que ellos tengan una actitud diferente hacia su persona, de su comprensión y respeto hacia su independencia y realizaciones personales. En esta etapa se define el carácter de las futuras relaciones entre los padres y ellos.

-Relación con el sexo contrario caracterizado por noviazgos de corta duración que se van estabilizando, adoptan su orientación sexual definitiva.

-Gustan de asumir conductas riesgosas y de experimentación como parte de su conocimiento y evaluación de la vida.

-Inicio de relaciones sexuales con los valores, relaciones sexuales más frecuentes en ambos sexos. Empleo de juegos sexuales con frecuencia y de los "mates".

-En la actividad intelectual desea crear una imagen integrada del mundo externo y de su propio yo, vinculando hechos y conocimientos que van aprendiendo y viviendo, esta búsqueda esta impregnada de los impulsos emocionales y de la voluntad, por lo que a veces se distorsiona la aproximación a la verdad.

-Es la edad de probar su fuerza personal, son grandes discutidores de cualquier tema que les interese, como medio de adquirir, argumentos, pruebas y seguridad sobre un área de conocimiento y para ejercitarse en los procedimientos de organización, su pensamiento, la palabra de forma afectiva y rapidez que puede convencer o vencer al otro.

-La elección de la profesión y la autodeterminación en el plano laboral pasan a primer plano en la vida del adolescente, en concordancia con la elección de su futuro camino a la vida.

Retomamos los criterios hechos por los diferentes autores, pero nuestro punto de vista reconoce con mayor acierto los planteamientos expresados por Guibert Reyes Wilfredo quien aborda por etapas las diferentes transformaciones y además emite que es el periodo que transcurre entre 10 y 18 años de edad, siendo estos impulsivos, produciéndose cambios rápidos en su estado de animo ,ofreciendo esta etapa un esfuerzo en lo educativo por parte de los adultos, pues en estas edades están presentes la ilusiones y expectativas, creyéndose ya adultos, es decir mostrándose ya con una personalidad independiente, también asumimos plenamente el punto de vista formulado por el doctor Ortiz Lee cuando se refiere a que no necesariamente es un periodo tormentoso, en torno a este ultimo criterio la realidad esta dada por el papel rector que juega el adulto en esta etapa pues en mucho de los casos no se interrelaciona positivamente con los adolescente y además no tiene en cuenta que esta saliendo de la niñez y entrando en una nueva etapa, independientemente de las diferentes transformaciones de todo tipo que transcurren en estas edades.

1.6 Los juegos como parte de la recreación física

El fenómeno antropológico del juego posee una profunda significación por sí mismo, dentro del sistema de poder que caracteriza a cada manifestación de las relaciones humanas. Con independencia de que él puede ser observado a través del prisma de disciplinas diversas, es un proceso que tiene existencia propia en el contexto de la conducta de las personas desde la infancia y hasta el final de sus vidas. La tendencia al juego existe y se manifiesta por ley natural, en respuesta a la necesidad de desarrollo de los seres humanos, no importa cuales concepciones pretendan explicarlo y someterlo a sus intereses de aplicación práctica. Por eso es posible hablar de una mecánica del juego, como conjunto de leyes y procedimientos que rigen esta acción típicamente humana.

Para el adulto promotor de actividades lúdicas el conocimiento de tales leyes y procedimientos resulta fundamental en el desempeño de su labor profesional, dentro de lo que puede denominarse como taller lúdico, o momento destinado a la creación de juegos y juguetes.

El componente fundamental de la actividad lúdica, y por tanto la ley más importante en la mecánica del juego, es su carácter simbólico, pues todo él a excepción de la incipiente y breve etapa del juego funcional en el neonato- está presidido por el interés del individuo en reflejar su entorno natural y social, a fin de comprenderlo en respuesta a su urgencia de crear sistemas de poder acordes con sus intereses, motivaciones y necesidad de desarrollo.

La gran significación del simbolismo lúdico reside en que es solo una representación, una imagen de la realidad, y en ningún caso la realidad misma. Cuando una niña asume una muñeca cual si fuera un bebé, sabe perfectamente que se trata de aquella -lo contrario no sería juego, sino un lamentable caso de demencia-, pese a lo cual en su mundo de imaginación y fantasía la manipulará como si se tratase de un ser vivo. La maravilla del simbolismo lúdico, del hacer como si... radica en ser, de tal modo, un nexo formidable entre el mundo real y objetivo del entorno, y el fantástico e imaginario que subyace en la conciencia del individuo, razón por la cual es no solo estimulante al desarrollo del conocimiento a través del pensamiento lógico, sino sobre todo de la creatividad, mediante el pensamiento divergente, lateral.

Sin embargo, sería erróneo suponer que por comprender su carácter irreal el niño no asume esta representación como cierta y verdadera. Cometan un grave atentado contra la capacidad creativa de los pequeños aquellos adultos que aludan a los frutos de su

imaginación en el juego como objetos falsos, diciendo, por ejemplo, a la niña que "es madre de mentiritas", pues ella sentirá que lo es verdaderamente cuando juega a "hacer como si fuese mamá". Nunca se juega "de mentiritas", aunque las situaciones del juego resulten irreales desde el punto de vista del pensamiento lógico. Ellas serán absolutamente creíbles desde el enfoque del pensamiento lateral. Y justamente por eso el niño asume las acciones lúdicas con tanta responsabilidad, pues para él tal mundo imaginario y fantasioso es tan verdadero como el real y objetivo que representa, solo que transcurre en una diferente dimensión.

Descubierta la ley más importante de la mecánica del juego, pongamos ahora en evidencia sus procedimientos. El proceso de representación de la realidad mediante símbolos que la reflejen del modo más fiel posible conduce a las técnicas de la modelación, presentes tanto en las elementales concepciones de los juegos infantiles, como en las complejas realizaciones de los vuelos espaciales.

Como método del conocimiento, la modelación que ya estamos identificando como el principal procedimiento de la mecánica del juego es incluso definida por la Filosofía. Al respecto escribió ⁸V.S. Afanasiev (1998) "En la ciencia de nuestros días se encuentra cada vez mayor difusión la modelación de objetos y procesos. La semejanza entre diversos objetos permite la modelación; es decir: reproducir un objeto o sistema por medio de otro análogo a él en algún aspecto. El procedimiento o forma del conocimiento que permite reproducir mediante un sistema (natural, y más frecuentemente artificial, creado por el hombre) otro sistema más complejo, que es objeto de investigación, se denomina modelación científica, y el sistema que reproduce al objeto investigado es su modelo. La modelación es una representación simplificada del original; sin embargo, esta simplificación no debe ser arbitraria o desmedida, porque en este caso se perdería la semejanza del modelo con el original, y entonces no se ofrecería en esencia ningún conocimiento nuevo".

En la aplicación de la técnica de modelación como método del conocimiento es preciso considerar las siguientes tres etapas principales:

- Estudiar y analizar el objeto o proceso de la realidad que se pretende modelar, a fin de descubrir sus aspectos esenciales, de los cuales no se puede prescindir en cualquier representación artificial que de él se haga.

⁸ V.S. Afanasiev "" (1998)

- Hallar, o construir artificialmente, un objeto o proceso que contenga los aspectos esenciales descubiertos en el objeto o proceso real que se representa, de modo que pueda funcionar como modelo del mismo.
- Realizar una profunda investigación del modelo, aplicando en él los principios que se cumplen en el objeto o proceso real, a fin de interpretar los resultados que se obtengan, como elementos propicios a ser considerados dentro de la esfera de la realidad.

La técnica de modelación exige un cuidadoso proceso de análisis e interpretación del objeto o fenómeno a representar, en la búsqueda de sus elementos esenciales, que si faltasen en el modelo este dejaría de ser una representación simbólica de esa realidad. La mayor o menor medida en que un objeto o proceso modelo refleje tales aspectos esenciales determina su grado de aproximación al objeto o fenómeno real, razón en la cual radica el valor de la modelación como método del conocimiento.

Al concebir sus juegos y juguetes como reflejo de la realidad el niño crea modelos ideales de esta a través de símbolos lógicos, expresados en las relaciones y actuaciones que establece en sus acciones lúdicas, y modelos materiales con sus juguetes que reproducen objetos verdaderos. Si se plantea a un grupo de niños la tarea de crear un juego sobre el ferrocarril, inmediatamente todos coincidirán, sin que nadie se los diga, en la necesidad de situarse en una fila, unos tras otros tomados por las cinturas, para avanzar así acordonados al ritmo del típico "chu-chuuu...", con lo cual estarán representando, en ese modelo ideal de su actuación, la característica esencial de dicho medio de transporte real.

Y aquí también la necesidad de una mayor aproximación del modelo al objeto o proceso real que representa determinará los resultados de la acción: tendrá menos efecto lúdico una muñeca confeccionada con madera o porcelana, que una realizada con tela, plástico suave, o cualquier otro material que logre mejor la caracterización humana. El valor de este principio tiene mucho que ver con la creación y fabricación de material lúdico, donde a veces se viola la necesaria aproximación del modelo -que es el juguete- a la realidad que representa, y se ofrecen a los niños objetos en contraposición con su formación estética y sus necesidades afectivas y cognitivas.

Así, la tarea de concebir, crear, organizar y construir juegos y juguetes como representaciones simbólicas de la realidad transcurrirá con el mismo rigor que cualquier otra encomienda científica, según las leyes y procedimientos de la mecánica del juego.

Primeramente es preciso profundizar en el conocimiento del objeto y fenómeno de la realidad a modelar, encontrando los elementos esenciales que lo definen como tal, y proceder luego a un proceso de esquematización de los mismos para abarcarlos en el más reducido marco del modelo. Luego será necesario dar a dicho esquema una determinada forma, lo que implica la búsqueda, selección y procesamiento de los soportes materiales más adecuados en aras de la aproximación del modelo a la realidad. Y finalmente se requerirá exponer sus procedimientos en un resumen de reglamentaciones claras y precisas para todos -pues no se crea un juego o juguete solamente para sí, sino para los demás-, a fin de que el producto terminado resulte vehículo de la acción lúdica, y en consecuencia medio para un mejor conocimiento general del objeto o fenómeno real modelado.

Veamos qué ocurre, por ejemplo, cuando la niña pretende jugar a las muñecas... Ante todo, es preciso comprender que la necesidad por semejante juego y juguete surge como respuesta de la pequeña a circunstancias presentes en el sistema de poder "familia" donde está insertada, y que ella desea trasladar al sistema de poder "individualidad", donde va creando su mundo interior e imaginativo mediante la actividad lúdica. ¿Qué aspectos esenciales de la realidad toma y reproduce en el juego con las muñecas?

En primer y fundamental término, la relación madre-hija. Y así la niña "da el biberón, baña y arrulla" a su muñeca, de igual modo que como lo hizo, lo hace, o ella necesita que lo hiciera, su propia madre. En segundo lugar, la presencia del entorno familiar. Y de ese modo ella creará para su muñeca un hogar, con muebles y demás utensilios domésticos, e incluso con parientes imaginarios, sobre todo el indispensable "papá", aunque este rol no sea representado por niño alguno. Y por último su propia realidad, ya que, aunque no lo haga consciente e intencionadamente, en su juego se manifestarán las formas en que el poder se ejerce sobre ella dentro del sistema "familia", por lo que podrá gritar, castigar, pegar, e incluso destruir a la muñeca, así tanto como cuidarla y llenarla de ternura, según sea su propia experiencia.

También en la concepción de los juguetes modelo para este juego operan los resortes de la modelación. Tanto la muñeca con que prefiere jugar, como los útiles destinados a ella, serán de pequeñas dimensiones, lo cual es el resultado de mecanismos psicológicos regidos por la necesidad de la niña, de reflejar simbólicamente en el juego su realidad, su pequeñez ante el

mundo de los adultos, simbolizado por ella misma en el rol de madre. Tal como ve a la muñeca ante sí, se ve ella misma frente a sus propios padres. Y esa es la razón del por qué las niñas no gustan de jugar con muñecas "a tamaño natural", que en ocasiones los padres les obsequian en un vano empeño de ostentación, y que terminan como adornos de la casa, pues no pueden identificarlas como sus "bebés en el juego", por haberse violado el principio de aproximación del modelo a la realidad. A propósito, está aquí la clave del éxito de las famosas muñequitas "Barbie", con el mundo de sutilezas que las acompaña.

Un método muy eficaz para aplicar la mecánica del juego durante el desarrollo del taller lúdico en el marco de ludoteca, por ejemplo, es emplear las técnicas creativas en grupo, con la participación de los niños, adolescentes, jóvenes o adultos involucrados. El ludotecario plantea un tema inicial, referido a aspectos históricos, sociales, de la naturaleza, de la familia, culturales, científicos, del lenguaje, etc., el que será analizado colectivamente a fin de definir con precisión sus aspectos esenciales, los que lo caracterizan como objeto o fenómeno concreto. Téngase en cuenta que aquí la labor del animador será principalmente aportar la mayor cantidad posible de información sobre el tema, por lo que deberá prepararse adecuadamente.

A partir de estas conclusiones, los participantes se dedicarán, individualmente o por equipos, a buscar soluciones prácticas aplicando la técnica de modelación en la creación de juegos y/o juguetes de diversos tipos, que esquematicen y reflejen, mediante reglas comprensibles y abarcadoras, el tema modelado. Organizando el taller lúdico como un concurso en que se reconozcan los mejores resultados según su aceptación por el colectivo de jugadores en la ludoteca, podrá garantizarse una actividad de gran interés participativo y valor educativo.

Según diferentes autores y entre ellos ⁹Gallardo J (2000) plantea que "Dentro de las diversas formas que pueden adoptar los juegos y juguetes en el proceso de creación, una de las tendencias más generalizadas tiene que ver con aquellos que el Sistema Práctico Descriptivo (SPD) nombra como juegos con reglas invariables, particularmente con tres de sus categorías: los de estrategia, los de simulación y los de competición". Cuatro de cada diez juegos y juguetes que surgen en el mundo pertenecen a estas categorías, siendo solamente superados, en cuanto a variedad, por los vivenciales. En el material lúdico para adolescentes, jóvenes y adultos ellos ocupan el 90 por ciento del total.

⁹ Gallardo J "El rescate de los juegos y tradiciones populares. (Fotocopia)" (2000) página. 147

Al abordarlos, es conveniente señalar que los mismos tienen como elemento común muy significativo el estar concebidos para funcionar según un procedimiento que he denominado técnica de los circuitos.

¿Qué podemos definir como circuito dentro de la mecánica del juego?

Aquí la significación es idéntica a la que da el diccionario: contorno, límite, pista.

De tal modo, en un juego o juguete un circuito será el conjunto de elementos que lo contornean, lo limitan o sirven de pista para su desarrollo. En los juegos predeportivos y en los de animación se corresponde con la disposición que adoptan los participantes para hacer posible el juego: las posiciones en el terreno, la coreografía, etc.

La disposición que adoptan las fichas del dominó, concatenándose unas con otras para formar la pista del juego, el recorrido de las fichas del parchís sobre las casillas desde la partida hasta la meta, el movimiento de las piezas del ajedrez por los escaques, fuera de los cuales no pueden jugar, el descarte de las barajas según las jugadas anteriores que les sirven de referencia... son ejemplos de circuitos por los cuales transitan los procedimientos que hacen posible estos juegos. También los mecanismos cibernéticos de los juegos de computación, que fluyen a través de circuitos electrónicos. De tal modo, se pueden enumerar cuatro tipos de circuitos dentro de la mecánica del juego:

Los juegos (juguetes) de circuitos abiertos son aquellos cuyos elementos móviles (que se manipulan por el jugador) resultan fichas o cartas que se combinan entre sí, estableciendo dicha obligatoria combinación los cauces por los que transcurrirá el juego. Los ejemplos más típicos son el dominó, las barajas, y los tiros de dados.

Los juegos (juguetes) de circuitos cerrados son aquellos dentro de los cuales los elementos móviles (fichas) actuarán por sendas de casillas trazadas según las características y diseño de un tablero, sin poder rebasar semejante marco establecido por las reglas. Sus ejemplos más típicos son el parchís, carreras de autos, y demás juegos de persecución.

Los juegos (juguetes) de circuitos escaqueados son aquellos cuyos elementos móviles actuarán sobre tableros cuadrículados, ofreciendo una mayor diversidad de posibilidades que los abiertos o cerrados, por lo que la presencia de los cauces que determinan su desarrollo obligatorio estará en las reglas que los rigen. Sus ejemplos más típicos son el ajedrez, damas, etc.

Los juegos (juguetes) de circuitos electrónicos son aquellos realizados a partir de esta tecnología, en forma de software para computadoras, de "máquinas tragamonedas", o de sistemas de uso portátil, como los "ataris". En ellos los cauces o sendas que determinan su

desarrollo son establecidos por los programas que rigen las respuestas del ingenio electrónico a las acciones del jugador.

Los soportes (juguetes) para dichas categorías de juegos pueden funcionar con uno, dos, tres o más circuitos. Juguetes de un solo circuito son, por ejemplo: el dominó, las barajas y los dados, entre los juegos de competición principalmente de desarrollo aleatorio o combinado, y prácticamente todos los de estrategia (ajedrez, damas, etc.) con procedimiento de desarrollo volitivo. Se caracterizan por su fácil manipulación, aunque pueden tener variados grados de complejidad.

Con dos circuitos funcionan juguetes que son básicamente soportes para juegos de simulación y de competición. En ellos se emplean tiros de dados, vueltas de ruleta, o cualquier otro recurso aleatorio, como circuito de arranque, o de iniciación, a partir del cual se ponen en acción las fichas a lo largo de las sendas que conforman el circuito de desarrollo del juego, generalmente según la voluntad de los jugadores, por lo que se trata de un procedimiento combinado.

Con este principio funciona el parchís, juegos de carreras de autos o de caballos, y otros juegos de persecución. Con tres o más circuitos funcionan juguetes que son básicamente soportes para juegos de simulación con mayor complejidad, en los que además del circuito de arranque, de procedimiento aleatorio con tiros de dados, vueltas de ruleta, etc., y del circuito de desarrollo, generalmente volitivo, existen uno o más circuitos complementarios formados por tarjetas que se toman al azar, o por información contenida en tablas adjuntas, y que introducen en el juego múltiples variantes y posibilidades adicionales, como castigos, bonificaciones, imprevistos, etc., con el fin de enriquecer su aproximación a la realidad. Ejemplo de este funcionamiento lo tenemos en el "Monopoly", y en otros juegos de simulación avanzada. Además de los de arranque, desarrollo y complementarios, puede incorporarse a juguetes para juegos de simulación con tres o más circuitos uno final, el circuito de resolución, que generalmente es aleatorio, destinado a resolver las situaciones que van produciéndose en el juego, como puede ser la confrontación entre jugadores, comúnmente mediante tiros de dados. Con este procedimiento funcionan múltiples juegos de simulación del tipo "wargames", o juegos de guerra.

Esta función de resolución mediante tiros de dados por lo que se remite al azar- podría considerarse en general menos rigurosa que la que depende exclusivamente de la voluntad de los jugadores, propia de los juegos de estrategia. Pero es posible lograr con dicho método aleatorio una adecuada aproximación a la realidad si se aplican los principios probabilísticos

de los dados, donde las caras opuestas suman 7 y la del número menor con menos o queda después a algo más que su opuesta, por lo que su tendencia será caer abajo tras una buena rodada. Así, son números favorecidos: el 6, el 5 y el 4. Y menos favorecidos: el 3, el 2 y el 1 (la cara más pesada). Aplicando este principio en los procedimientos de resolución de jugadas mediante tiros de dados, se obtendrán resultados con suficiente aproximación a la realidad.

No obstante ser el más utilizado, no son los dados el único procedimiento para los circuitos de iniciación o de resolución, pudiendo emplearse también para estos fines los métodos de ruleta, lotería, o barajas, igualmente basados en el azar, y que pueden permitir, además de las numeraciones para el movimiento de las fichas, otras acciones, como castigos, bonificaciones, imprevistos, etc. La ruleta es un disco numerado, en cuyo centro se hace girar manualmente una flecha, para cumplir la leyenda donde se detenga. La lotería consiste en cartones con textos o números, que se extraen al azar de una bolsa, indicando las acciones a realizar. Las barajas son tarjetas con diversas leyendas, que se colocan cara abajo y se toman en ese orden por los jugadores. Estos procedimientos tienen la ventaja, sobre el dado, de resultar más baratos y fáciles de elaborar, con resultados a veces superiores. Por último, entre las herramientas a utilizar por los creadores dentro de la mecánica del juego está el método evaluativo del SPD para la obtención del código DRAC a sus productos.

1.7 Lúdica por el desarrollo humano

Abordar los procesos de la recreación física, donde el juego es la herramienta fundamental, exige primero dar respuesta a cuatro preguntas básicas que permiten desentrañar los secretos de este importante, y no suficientemente bien comprendido, campo de las acciones humanas: ¿cómo, para qué, qué, y por qué?...

El ¿cómo se juega? aborda las técnicas de juego indispensables en la práctica de la recreación. El ¿para qué se juega? observa la acción lúdica mediante disciplinas que buscan a su través una explicación a procesos como la impartición de conocimientos (Pedagogía), la conducta de los individuos (Psicología) o de los grupos humanos (Sociología), así como su lugar en la evolución cultural de la Humanidad (Etnología). Aquí se trata de considerar al juego como un medio para la consecución de un determinado fin, que condiciona su alcance y profundidad conceptual. El ¿qué es el juego? es la incógnita esencial para comprender la

verdadera dimensión de este campo de las acciones humanas, mientras el ¿por qué se juega? intenta descubrir los mecanismos que propician la acción lúdica, la predisposición estimuladora que la hace posible y deseada al margen de cualquier otro elemento de valor utilitario para las disciplinas afines. Aquí se considera al juego como un fin en sí mismo y punto focal de la labor del investigador; y entonces será posible verlo como parte de una nueva dimensión del conocimiento, que es la Lúdica.

Para dar respuesta al ¿qué es el juego? podría bastar con acudir a las múltiples definiciones dadas por los autores más reconocidos. Entre las más completas está la de ¹⁰Johan Huizinga en "Homo Ludens" (1975:179) "El juego, en su aspecto formal, es una acción libre ejecutada como sí y sentida como situada fuera de la vida corriente, pero que a pesar de todo puede absorber por completo al jugador, sin que haya en ella ningún interés material ni se obtenga en ella provecho alguno, que se ejecuta dentro de un determinado tiempo y un determinado espacio, que se desarrolla en un orden sometido a reglas, y que da origen a asociaciones que propenden a rodearse de misterio o a disfrazarse para destacarse del mundo habitual".

En esta afirmación se destacan los siguientes conceptos básicos, que intervienen en la definición del juego:

1. Ejercicio de la libertad.
2. Recreación simbólica de la realidad.
3. Estimulación desde el placer.
4. Satisfacción por su desarrollo.
5. Demarcación espacio-temporal.
6. Concertación de intereses.
7. Motivación socializadora.

Todo juego es una actividad lúdica, pero existe un gran campo de acciones lúdicas que no son, precisamente, juego. Por lo que el segundo término es continente del primero. Reducir el alcance de la Lúdica al juego tiene que ver con los mismos orígenes del concepto, en las voces latinas ludus, ludere, con el significado de "lo no serio, el simulacro, la burla, para designar al juego infantil, el recreo, la competición, la representación litúrgica y también la

¹⁰ Johan Huizinga "Homo Ludens" (1975) página 179

teatral, así como los juegos de azar". Su empleo como adjetivo ha permitido identificar tal tipo de acción presidida por la recreación simbólica de la realidad, o actividad lúdica.

Pero ocurre que semejante recreación puede transcurrir en dos direcciones diametralmente opuestas, sin perder los restantes conceptos básicos que definen esta acción, vistos anteriormente. Mientras una está presidida por la broma y la falta de gravedad en la conducta de las personas, la otra se refuerza en la seriedad con que se le asuma. Y esta circunstancia fundamental marca las fronteras entre lo que es juego y lo que no lo es. Conviene recordar que la no seriedad en el juego no es un elemento en su contra, sino una cualidad que lo reafirma en su valiosa exclusividad dentro del campo de las acciones humanas.

Así, la Lúdica, como categoría superior, se concreta mediante las formas específicas que asume, en todo caso como expresión de la cultura, en un determinado contexto de tiempo y espacio. Una de tales formas es el juego, o actividad lúdica por excelencia. Y también lo son las diversas manifestaciones del arte, del espectáculo y la fiesta, la comicidad de los pueblos, el afán creador en el quehacer laboral que lo convierte de simple acción reproductiva en interesante proceso creativo, el rito sacro y la liturgia religiosa y, por supuesto, la relación afectiva y el sublime acto de amor en la pareja. En todas ellas está presente la magia del simbolismo lúdico, que transporta a los participantes hacia una dimensión espacio-temporal paralela a lo real, estimulando los recursos de la fantasía, la imaginación y la creatividad.

No olvidemos que, en este empeño académico, de todas las formas expresivas de la Lúdica nuestro objeto de estudio es el juego, su manifestación más universal y significativa. Por consiguiente, son referidas a él todas las conclusiones que se obtengan respecto a la Lúdica, al dar respuesta a las cuatro preguntas básicas ya mencionadas. Por el momento, estaremos enfrascados en el ¿qué? Para entender cabalmente qué es el juego, es preciso comprender el alcance de la Lúdica como recurso insustituible para la satisfacción de la necesidad de desarrollo en los seres humanos. La respuesta hay que buscarla en el ámbito de los conceptos filosóficos.

Para la Filosofía todo comienza con la necesidad. Como categoría filosófica, la necesidad surge de la esencia, de la naturaleza interna de un fenómeno en desarrollo. Es algo constante y estable para todo proceso determinado, y por tanto es condición universal de la existencia material, a la que está sometido todo cuanto existe. En el caso de los seres vivos, como necesidad vital ella se manifiesta a través de dos formas concretas e intrínsecamente relacionadas: la necesidad de subsistencia y la necesidad de desarrollo. La primera rige la acción de los organismos individuales en su lucha por la supervivencia, como son los actos

de la alimentación, defensa, descanso, etc., por lo que tiene un marcado carácter ontogénico. La necesidad de desarrollo, por su parte, rige sobre todo la acción de los organismos en función de la preservación de su especie, como son los actos de la reproducción y los evolutivos en general, por lo que tiene un esencial carácter filogénico.

La solución de la necesidad, en su doble vertiente, la consiguen los organismos vivos mediante su actividad. Y es justamente en este punto donde concurren las diferencias sustanciales que califican a los diversos estudios biológicos. La primera de ellas radica en la clasificación de los seres vivos en vegetales y animales. Mientras para los primeros en términos generales las manifestaciones de su actividad orientada a la satisfacción de ambos tipos de necesidad transcurren sobre todo en el marco de su individualidad, para los segundos están regidas por una condición cualitativamente diferente y superior, al requerir tanto de la acción individual como de la grupal. Así pues, todas las funciones vitales en los vegetales se satisfacen por el mismo individuo, mientras que en los animales, como consecuencia y condición de su facultad de locomoción, las necesidades de subsistencia pueden ser en general satisfechas por el individuo aisladamente, pero las de desarrollo exigen inevitablemente salvo excepciones en el inframundo animal la presencia como mínimo de la pareja, creándose de tal modo las premisas para la convivencia grupal -en manadas- de los animales, que tiene en la sociedad humana su máxima expresión.

Otra gran diferencia tiene que ver particularmente con el comportamiento sensorial de las especies animales, en una escala que va desde las formas más primitivas hasta las más evolucionadas, representadas por el ser humano. Y en este caso es preciso definir primeramente dos conceptos: lo instintivo y lo consciente. La actividad instintiva responde a impulsos naturales, determinados por factores absolutamente biológicos y por tanto hereditarios, sin la presencia de reflexión como condicionante previa. Por su parte, la actividad consciente requiere de una intencionalidad reflexiva como condición inicial, lo que implica la toma de conciencia sobre la acción y sus resultados.

En los animales excepto el hombre toda actividad será siempre instintiva, tanto orientadas a la satisfacción de la necesidad de subsistencia como a la de desarrollo. En el ser humano, por las superiores facultades de su corteza cerebral la actividad en una u otra dirección será generalmente consciente, aun cuando presenta acciones absolutamente instintivas, vinculadas a la supervivencia, como las regidas por el instinto de conservación.

De tal modo, el hombre es el único animal capaz de abordar la solución de su necesidad de subsistencia con un tipo exclusivo y superior de actividad, que es el trabajo. Solo el hombre

trabaja, pues los restantes animales resuelven dicha necesidad mediante acciones instintivas, biológicamente determinadas. Lo que diferencia, por ejemplo, el trabajo del peor arquitecto de la labor de la mejor abeja es que aquel antes de acometer la construcción de un edificio la realizó previamente en su mente, por lo que su actividad es muy superior al permitir la incorporación de soluciones creativas, imposibles de lograr en el panal, instintivamente construido por las abejas, según un patrón transmitido genéticamente.

Y por igual causa, el hombre es el único animal capaz de abordar la solución de su necesidad de desarrollo con un tipo exclusivo y superior de actividad, que es justamente el acto lúdico. Sólo el hombre juega así como igualmente sólo él tiene acceso al arte, la risa, la liturgia religiosa y la creatividad, pues incluso cuando estemos en presencia del retozo de los cachorros, sobre todo de las especies más cercanas al hombre por su inteligencia, como los monos, cetáceos y otros mamíferos superiores tales acciones "ludí formes" no alcanzan la categoría de lúdicas por varias razones: el carecer de intencionalidad reflexiva y no ser, por tanto, conscientes sino instintivas; por no estar presente en ellas el simbolismo lúdico, el "hacer como sí." que caracteriza al juego en los seres humanos por la capacidad abstracta de su pensamiento, imposible de alcanzar por el pensamiento concreto animal; y por estar dichas acciones más vinculadas a la satisfacción de la necesidad de subsistencia que a la de desarrollo de la especie, con tal retozo los cachorros se adiestran para los actos de supervivencia.

Incluso los animales entrenados para el circo, que aparentemente "juegan", actúan por reflejos condicionados de subsistencia que bien conocen los domadores: la amenaza al castigo en caso de fallar, y la recompensa alimenticia o afectiva, de hacerlo bien; y de ese modo sus acciones resultan un medio para un propósito diferente, lo que contradice la peculiaridad esencial del juego, que le define como un fin en sí mismo, realizado con el único objetivo de la obtención del placer.

En resumen, la satisfacción de la necesidad de desarrollo responde, en los animales, a mecanismos evolutivos biológicamente determinados, mientras que en el hombre está regida, además y principalmente, por procesos culturales, de los que forma parte el juego como factor fundamental.

Introducido ya el término placer, conviene detenernos en su significación. A diferencia de la teoría hedonística de Sigmund Freud el placer sexual como el principio rector fundamental en la conducta humana-, aceptamos como elemento clave para la obtención del placer al desarrollo, que la Filosofía hace presente en todas las formas de existencia, tanto animadas

como inanimadas, y tanto en el plano individual como en el social. La tendencia al desarrollo, como necesidad universal, rige todos los procesos naturales y sociales y es piedra angular de la existencia misma en la Naturaleza y en la sociedad.

La base del desarrollo, su factor generador, es el movimiento, entendido como actividad de transformación renovadora de lo simple a lo complejo, de las formas inferiores a las superiores, del paso de una cualidad a otra más perfeccionada. Esta manifestación filogénica del movimiento para las especies animales resulta fuente de evolución ontogénica, y por tanto mecanismo de inserción y adaptación en su entorno para los individuos pertenecientes a ellas, vía para la realización de sus necesidades de subsistencia y de desarrollo, y en consecuencia causa esencial de satisfacción y de obtención de placer.

De tal modo, tenemos ante nosotros tres categorías que condicionan el concepto de lo lúdico desde el punto de vista filogénico y ontogénico: la necesidad, la actividad y el placer.

Según ¹¹Amparo Torres, María (2000) “La necesidad lúdica es la inevitabilidad, la urgencia irresistible de ejecutar, bajo un impulso vital, acciones de forma libre y espontánea como manifestación del movimiento dialéctico en pos del desarrollo”.

“La actividad lúdica es la acción misma, conscientemente dirigida a la liberación voluntaria del impulso vital generado por la necesidad”.

“El placer lúdico es el bienestar, la satisfacción estimuladora del desarrollo, alcanzada durante la realización de la necesidad a través de su actividad peculiar, que en este caso es el juego”.

“La necesidad lúdica tiene carácter instintivo e innato. La actividad lúdica comienza con semejante motivación, con el juego denominado "funcional", pero pasa rápidamente a ser un producto social como resultado de la inserción del individuo en su medio.”

El placer lúdico es consecuencia de la imbricación de los factores individuales e instintivos generados por la necesidad, con los colectivos y sociales propiciados por la actividad, como resultado de lo cual podrá surgir un estado de realización, en caso positivo, o de frustración, en el negativo, con el consiguiente efecto estimulador o inhibidor en la personalidad.

La necesidad lúdica nunca pierde su carácter biológico e interno, aun cuando se verá influida por los factores sociales que propician su realización en el placer a través de la actividad. En ella radica la causalidad del fenómeno antropológico del juego, en tanto la actividad resulta expresión de la casualidad, cuya presencia no es forzosa y, como señala la Dialéctica, no

¹¹ Amparo Torres María “Fundamentos Generales de los Juegos” (2000) página 220

surge de la naturaleza del objeto, es inestable, temporal, y su razón se halla en las condiciones y circunstancias externas. Tal como la casualidad complementa a la causalidad y es una forma de su manifestación, la actividad lúdica es la expresión de la necesidad biológica esencial de ejecutar acciones libres y espontáneas en aras de la obtención del placer por la vía del desarrollo.

De tal modo llegamos a la raíz de nuestro objeto de estudio, al identificar a la necesidad lúdica como su factor esencial y primigenio, derivado de la existencia misma del ser humano cual ente biológicamente activo, y por tanto poseedor de capacidad, o impulso vital, para actuar sobre sí mismo y sobre el medio que le circunda. La Lúdica es, por tanto, la concreción de ese vital impulso antropológico destinado a propiciar el desarrollo mediante la realización de acciones ejecutadas de forma libre y espontánea, presididas por el reconocimiento que hace el individuo sobre su propia y personal capacidad existencial, por lo que se relaciona con el más importante de los estados de ánimo que puede regir a los seres humanos: el del ejercicio de la libertad.

Esa es la piedra angular de la Lúdica, su elemento definitorio por excelencia. Lo que diferencia principalmente al juego del trabajo es que mientras este es hétero-condicionado o impuesto de forma obligatoria por normas dictadas más allá de la voluntad del hombre, que lo acepta por responder a su necesidad de subsistencia, la actividad lúdica solo podrá ser tal cuando resulte auto-condicionada, o determinada por la propia voluntad, u obligación interior de los participantes en ella.

Semejante cualidad de libertad es la razón esencial que convierte al acto lúdico en un momento de desarrollo personal, cuando el ser humano pone espontáneamente en acción todas sus potencialidades en el plano físico, volitivo, moral, social, y en los demás aspectos que definen y condicionan su personalidad. Siendo el ser social una cualidad de la condición humana, semejante ejercicio de la libertad solo puede interpretarse en el marco de intereses de la especie en su conjunto. El respeto por el derecho al ejercicio de la libertad en el necesario marco social es, por consiguiente, la más importante razón existencial de la condición humana. De tal modo, el impulso lúdico vital, que tiene su génesis en mecanismos innatos e individuales, biológicamente determinados, se convierte en fenómeno cultural cuando resulta herramienta para el desarrollo de la sociedad, conjugándose los procesos ontogénicos y filo génicos durante la concreción del acto lúdico.

Así alcanzamos a comprender al juego como un tipo sui géneris de actividad lúdica que garantiza la obtención del placer mediante la satisfacción de la necesidad de desarrollo, cual

razón universal de la existencia, en condiciones de relajamiento de las tensiones impuestas por la inviolabilidad de la obligación, lo que equivale a decir: en pleno ejercicio de la libertad.

1.8 La magia del juego

Para descubrir la magia del juego -el ¿por qué se juega?- es preciso penetrar en la esencia misma del acto lúdico, esa que preside la satisfacción del que juega, al margen de las explicaciones teóricas referentes a sus resultados psicológicos, sociológicos o pedagógicos. ¿Dónde radica la magia del juego?, ¿Cuál es su verdadera posición dentro del campo de las acciones humanas?, ¿Qué cualidades le definen como actividad singular y punto de partida de la cultura? Todo abordaje al tema desde la Psicología, la Pedagogía, la Sociología, y otras ciencias humanísticas, le han tenido como una consecuencia y no como el fundamental objeto de estudio. La actividad lúdica ha hecho su aparición, cual duende travieso, en el campo de experimentación del científico empeñado en descubrir los mecanismos que rijan o perfeccionen el comportamiento humano, en lo individual como en lo social. Por eso, las respuestas a las interrogantes que plantea han sido parciales y condicionadas por las herramientas del investigador en cada disciplina. Y justamente por eso las fórmulas por ellas elaboradas han estado en ocasiones divorciadas del punto de vista del que juega. Pasemos revista a los más significativos de dichos abordajes teóricos, que podemos dividir en dos grandes campos: el de las concepciones biogenéticas del juego, y el de las concepciones psico-sociales.

El célebre autor alemán ¹²Friedrich Schiller (2000), consideró al juego como "una consecuencia de la necesidad de liberación del exceso de energía acumulado en el niño, respondiendo por tanto a factores de tipo biológico", teoría igualmente esgrimida por el filósofo y naturalista inglés ¹³Herbert Spencer (2000), para quien se trata, además, de "un ejercicio artificial de las fuerzas, tanto en las personas como en los animales".

Este intento de explicar las motivaciones del juego por el "exceso de energía" no resiste la prueba de la actividad infantil, cuando los niños se enfrascan intensamente en su realización aún luego de concluir alguna agotadora labor asumida por ellos como trabajo, evidenciando que lejos de buscar la recuperación en el descanso la obtienen en el juego, que en verdad no les propicia en tal caso el gasto de un excedente energético, ya consumido en la acción

¹² Friedrich Schiller "" (2000) página 189

¹³ Herbert Spencer "" (200) página 79

anterior, sino la reactivación de sus potencialidades físicas y mentales. Es decir, todo lo contrario: la acumulación de renovadas energías.

El psicólogo alemán ¹⁴Karl Groos (1985), fue autor de otra teoría biogenética del juego, a la que denominó "de los ejercicios preparatorios o movimientos de experimentación", según "la cual la acción lúdica, tanto en los niños como en los cachorros, responde a instintos básicos de cada especie, como reflejo de sus congéneres adultos, no pudiendo en consecuencia una especie atribuirse juegos característicos de otras".

Semejante afirmación deja sin efecto la multifacética capacidad de imitación del ser humano, que resulta motivación principal en sus juegos infantiles y factor decisivo de su desarrollo individual. El niño no solo es capaz de realizar por imitación todas las acciones que estén al alcance de sus posibilidades físicas y mentales, sino que incluso esto es práctica común en las etapas de iniciación del juego de roles. Por otro lado, no obstante la validez de los así denominados "ejercicios preparatorios" en la adquisición y perfeccionamiento por el niño de hábitos y habilidades previos a su maduración, en tal proceso inciden más causas sociales que puramente biológicas, pues el pequeño que crezca al margen de su sociedad será incapaz de evolucionar espontáneamente acorde con patrones propios de esta.

Otro de los clásicos teóricos de la concepción biogenética del juego es el inglés Stanley Hall, quien trató de explicar, por causas naturales e instintivas, las tendencias infantiles en el juego con arena, argumentando que "estas se manifestaban en la actividad al margen de la influencia de los adultos" y solo como resultado de la fantasía y la espontaneidad de los niños. La poca solidez de esta conclusión queda demostrada al comprender que en la actividad lúdica el niño refleja el mundo en que vive, al que intenta reproducir por imitación. De modo que siempre la influencia de los adultos estará presente en la formulación de patrones sociales que rigen la conducta y acción de los pequeños.

Considerando al juego como una acción absolutamente instintiva, y por consiguiente inevitable, las prácticas pedagógicas inspiradas en tales teorías no comprendieron la necesidad de dotarle de suficientes encantos para arrastrar a los pequeños a la actividad lúdica de forma libre, espontánea y placentera. Doctrinas sobre el empleo del juego cual medio de la educación, al estilo de las propugnadas por ilustres pedagogos como Claparede,, Froebel,, Decroly y Montessori, aún cuando significaron destacados empeños en

¹⁴ Karl Groos "" (1985) página 111

tal sentido, no alcanzaron a librar al juego en el marco escolar de las trabas y obligaciones del trabajo.

La existencia de procedimientos lúdicos preconcebidos y obligatorios, que coaccionan la espontaneidad y la imaginación necesarias para que fluya y se desarrolle la creatividad infantil, resultaron pesadas cargas sobre los hombros de niños obligados a jugar cuándo, cómo y a qué no deseaban. Para ¹⁵Froebel, por ejemplo, “el juego es una manifestación de lo que está escondido en el niño, por lo cual este se familiariza con la vida no en el proceso de observación de la misma, sino mediante la búsqueda del conocimiento a través de "dones", como denominó a los juegos didácticos elaborados por él. Al conocer cada don por separado - apuntó- el niño reproduce sus representaciones y, mediante el conocimiento de un don tras otro, llega a la interpretación del mundo". De tal modo, el juego libre y placentero requerido por los niños es sustituido por un severo proceso de aprendizaje, esto es: por un arduo trabajo que transcurre al margen de las necesidades e intereses fundamentales de los pequeños.

Estas corrientes pedagógicas sobre el empleo del juego, aun cuando no se esgriman sobre la base de concepciones biogenéticas, no han pasado -por cierto- de moda, siendo muy frecuentes en empeños actuales dirigidos a la instrumentación y uso de juegos y juguetes denominados "didácticos" y en la promoción directivista de la actividad lúdica, al margen de todo propósito recreativo espontáneo. En el fondo se incurre en el mismo error conceptual: considerar al juego infantil como una acción obligatoria bajo cualesquiera circunstancias, ignorando que, privados de motivación o de posibilidades, pueden los niños transcurrir su infancia sin el aliento vital del verdadero y único tipo posible de juego requerido por su personalidad en formación: aquel propiciador de placer. Claro que tal cosecha será de hombres débiles de carácter y sin voluntad, carentes de imaginación y de fantasía, desprovistos de los valiosos rasgos individuales y sociales que solamente una adecuada actividad lúdica en la infancia puede ayudar a formar.

En el lado opuesto aparecen las teorías dirigidas a explicar la disposición hacia el juego sólo a partir de la influencia que el medio ejerce sobre el individuo: las llamadas concepciones psico-sociales. Para el ruso ¹⁶A.N. Leontiev (1978), la diferencia del juego del párvulo con el juego de los animales es que “aquel no es instintivo, sino que es una actividad humana con

¹⁵ Froebel

¹⁶ A. N Leontiev "" (1978) página 133

objeto, la cual, al formar la base para el reconocimiento del mundo, determina el contenido del juego".

¹⁷Gueorgui V. Plejanov enfatizó en la dependencia del carácter del juego infantil respecto a la vida social, afirmando que "el juego es hijo del trabajo... por lo que no se puede dejar de señalar que los juegos de los niños de la época actual llevan la huella de las relaciones sociales de trabajo entre los hombres, y de la educación social". Semejante afirmación hizo el filósofo y psicólogo alemán ¹⁸Wilhelm Mundt, fundador en 1870, en Leipzig, del primer laboratorio de Psicología experimental: "El juego es hijo del trabajo. No hay ningún juego que no posea en sí el prototipo de una forma de trabajo serio, que siempre le antecede en el tiempo y por su esencia. La necesidad de subsistencia impulsa al hombre al trabajo, donde él aprende a valorar la acción de sus fuerzas como fuente de placer.

Comentario aparte, por lo que de integración de las posiciones biogenéticas y las psicosociales tiene su teoría la más avanzada y reconocida respecto al juego- merece el psicólogo suizo ¹⁹Jean Piaget, para quien "el niño ha de acomodarse al juego cuando lo descubre y asimilarlo cuando lo realiza, proceso de asimilación y acomodación que forma la base para el desarrollo intelectual del niño". Y adaptarse a él según la propia naturaleza del juego, pero también según el propio nivel de su desarrollo. Esto determina la existencia de tres etapas consecutivas, que no son excluyentes entre sí, en la medida en que el sujeto madura...

En la primera etapa existen los denominados juegos de ejercicios, que se repiten por puro placer y sin una representación mental correspondiente, produciendo automatismos que contribuyen al dominio de sí mismo, a la organización del espacio y del tiempo. Con la progresiva maduración de su inteligencia aparece en el niño, a partir del segundo año de vida, la capacidad de sustituir los objetos con un símbolo, pudiendo simbolizar cualquier cosa, en un proceso consciente de tránsito de la imitación externa a la interiorizada, al verdadero proyecto, donde lo real es asimilado gracias a la ficción simbólica. Entre los 4 y 7 años el juego resulta un instrumento de liberación del niño respecto al medio en que se desarrolla, al mismo tiempo que de integración en él. Tiende a la exacta imitación de lo real, a una mejor adaptación al juego, siendo capaz de comprender, aceptar y aplicar las reglas de comportamiento lúdico impuestas por el grupo. Esta concepción del juego asocia las distintas

¹⁷ Gueorgui V. Plejanov

¹⁸ Wilhelm Mundt "Primer laboratorio de Psicología experimental" (1970)

¹⁹ Jean Piaget (SF). "Tendencias de la investigación en las ciencias sociales Madrid. Editorial Alianza. (Fotocopia)"

actividades lúdicas a los diversos grados de maduración en el niño, como establece la Psicología evolutiva, que reconoce en el recién nacido dos tipos principales de acciones físicas: las que tienen que ver con la satisfacción de su necesidad de subsistencia, como el llanto o el reflejo de succión ante la presencia de cualquier objeto entre los labios, y otras no directamente vinculadas con la subsistencia del pequeño ser humano.

Este, a las pocas semanas de nacido comienza a accionar, de forma aún irregular e inconexa, todo cuanto tiene de movable en su cuerpo; agita brazos y piernas, saca la lengua, gira el cuello, y progresivamente va incorporando nuevas posibilidades físicas a su estructura corporal, base indispensable de su evolución psicomotriz y de su vinculación con el entorno. Dichos movimientos responden a una congénita necesidad de desarrollo presente en el neonato, cuya satisfacción apunta a un mayor conocimiento de sí mismo. Incorporando la experiencia –que descubrió de manera casual- a su memoria en formación, el recién nacido va perfeccionando sus acciones corporales mediante su repetición de modo intencional, lo cual le causa un estado de satisfacción personal. Simplemente, disfruta del placer de sentirse "moviente".

Así estamos en presencia de la manifestación innata del impulso lúdico vital. El psicólogo austriaco ²⁰Karl Buhler (1972) denominó esta etapa como del "Juego funcional" por "estar relacionada con el desarrollo de las funciones primarias en el ser humano -aquellas que condicionan sus acciones corporales y la coordinación psicofísica de su comportamiento"-, y es para ²¹Piaget "el inicio de lo que denomina "juego de ejercicios", punto de partida en la evolución de la actividad lúdica a través de las diferentes etapas de desarrollo en las estructuras mentales en el niño".

En todo caso, se trata de un acto biológicamente determinado e inherente a la condición humana, y que es la base del proceso individual (ontogénico) destinado a la satisfacción de la necesidad de desarrollo.

¿Se cumple aquí el rasgo característico de la actividad lúdica, de ser una acción consciente? Por supuesto que sí, considerando que existe en ella una cierta intencionalidad previa a partir del instante de su descubrimiento. Es obvio que tal manifestación consciente es sui géneris, pues carece de la presencia de conceptos que la definan -solo posibles a partir de la aparición del lenguaje-, por lo que el recién nacido ignora las causas de su actuación, no es "racionalmente consciente" de ella por carecer de símbolos, o conceptos, con que designarla.

²⁰ Karl Buhler "" (1972) página 179

²¹ Jean Piaget "Tendencias de la investigación en las ciencias sociales Madrid. Editorial Alianza. (Fotocopia)"

Pero él experimenta la necesidad de su ejecución, y en respuesta actúa voluntaria e intencionalmente. Por casualidad descubre que accionar sus miembros le es agradable. Ignora el por qué y ni siquiera comprende qué está haciendo. Más, siente el placer de entrar en conocimiento de sí mismo, de su propia presencia, de aquello que puede poner en acción a voluntad.

Y de tal modo comienza a disfrutar plenamente, y por primera vez, del ejercicio de su libertad, que es precisamente donde radica la magia del juego.

Este "juego de ejercicios", que ocupa el ciento por ciento de la actividad lúdica infantil durante el primer año de vida, es complementado ya en el segundo por la aparición de un tipo nuevo y fundamental, que es el "juego simbólico", como consecuencia y condición de su acelerado desarrollo psicomotor, y en el cual el pequeño comienza a adquirir y perfeccionar su capacidad de imitación, elemento esencial para el aprendizaje de las conductas humanas, entre ellas la decisiva facultad del lenguaje. La manifestación más significativa de esta etapa del desarrollo lúdico es el denominado "juego de roles", que comienza con la imitación de cosas y animales, y prosigue con la representación de ocupaciones humanas.

Mediante el juego de roles la acción lúdica, que tuvo un incipiente origen en una necesidad funcional, orgánica, adquiere una definitiva y fundamental connotación social, que se refuerza con la aparición del "juego de reglas" aproximadamente desde los 7 años de edad, caracterizado por la existencia de acuerdos y convenciones que rigen la actividad de los participantes, como elementos esenciales para el desarrollo de las normas de convivencia social, del respeto a los demás, y de la voluntad de subordinar los intereses individuales a los colectivos dentro del grupo en que el pequeño se inserta.

Teniendo en cuenta los criterios emitidos por los autores anteriormente expuesto en el trabajo el autor considera que el juego es la posibilidad que tiene el niño de poder expresar sus conocimientos y habilidades de forma libre sin temor bajo ciertas condiciones, liberando la energía que lleva en su interior. Además entiende que mediante el juego el niño aprende a comportarse como adultos, ya que refleja en el juego acciones específicas relacionadas con el comportamiento de los adultos. También considera importante la utilización del juego como una vía fundamental para la formación multilateral del niño en la esfera social.

1.9 El béisbol como deporte

El béisbol es un juego con pelota que desde sus inicio en nuestro país tuvo gran arraigo entre el pueblo por sus peculiaridades y dinámica de ejecución. Este deporte presenta gran variedad de métodos y procedimientos que han sido utilizados para su enseñanza y generalización por todo el país. Todo lo cual ha permitido un aporte a la popularidad y al desarrollo alcanzado por este deporte, lo que ha dado como resultado que una gran mayoría de los participantes lo practican aceptablemente sin haber recibido una instrucción especializada sobre esta materia.

Según ²²Fonseca Marqués, A (1998). plantea que “La adaptación al rendimiento competitivo en el béisbol es asimilada por el jugador en un proceso de entrenamiento deportivo integral y sistemático, que solo se logra con óptima calidad cuando se posee una amplia cultura sobre el proceder pedagógico, capaz de ejercer una influencia transformadora en su consecución”. No obstante lo anteriormente expuesto de la enseñanza del béisbol no se puede comenzar dividiendo a los alumnos en dos equipos para celebrar juegos empleando solo el método de aprender jugando, de esta forma la cantidad de errores, el desconocimiento de las reglas y las posibles lesiones por falta de técnica para realizar las jugadas, haría perder el interés por el juego y confirmaría la necesidad de utilizar otros procedimientos mas efectivos.

A los efectos de poder planificar aceptablemente la enseñanza de los fundamentos técnico-tácticos que comprenden el contenido de los programas del Béisbol, se requiere de una visión convencional del material de estudio en dos etapas, una básica y otra de especialización, la primera de ellas en su parte inicial, para proporcionarles a los alumnos un número de conocimientos, prácticos y habilidades indispensables para poder desempeñar cualquiera de las posiciones defensivas, pararse a batear con cierta seguridad y tomar parte en los juegos.

La instrucción inicial comprende la formación de la base técnica de los alumnos mediante el aprendizaje del origen del juego y su desarrollo de los fundamentos generales de la ofensiva y de la defensiva más importante de juego y que se relaciona con el manejo de la bola (tirar y recibir), el agarre de la pelota y el tiro por encima del hombro, el fildeo de los rolling, de los batazos de fly y de línea, la precisión del tiro a las bases, la forma de pisar y colocarse en la almohadilla para tocar al corredor, la coordinación de movimiento en el bateo y en el toque

²² Fonseca Marqués, A..Béisbol. Preparación Técnico Especial. La Habana, Editorial Científico-Técnica (1998) página 67

de bola, la rapidez para correr las bases y el deslizamiento. Las posiciones del lanzador y del receptor reciben en esta etapa inicial un mínimo de conocimientos que comprende solo las posiciones reglamentarias para lanzar y la coordinación de movimientos para recibir los lanzamientos, que resultan imprescindibles para tomar parte en los juegos.

Al inicio de esta primera etapa, se recomienda la utilización de ejercicios fáciles en condiciones sencillas, para concentrar así el máximo de atención tanto los alumnos como el profesor, el cual podrá aclarar y detallar aquellos aspectos más importantes de la acción que se pretende realizar.

²³Frangel Reinaldo (2006) en su libro “Del Béisbol casi todo” plantea que “El objetivo del entrenamiento deportivo en el béisbol, consiste en preparar a los jugadores para alcanzar altos rendimientos”. Dentro del proceso de solución de las tareas que se desprenden de ello, contribuye sustancialmente al desarrollo de la personalidad y conciencia deportiva de los peloteros. Para ello hay que utilizar todas las posibilidades que existen en el proceso del entrenamiento. Las elevadas exigencias físicas, psíquicas e intelectuales permiten desarrollar en este proceso capacidades, habilidades y cualidades.

Todos los principios pedagógicos dirigidos sobre todo al desarrollo de la facultad de rendimiento, son designados para la pedagogía como proceso formativo y los dirigidos hacia la disposición para el rendimiento lo consideran el proceso educativo. La formación y educación constituyen una unidad inseparable en el proceso de entrenamiento del béisbol. Es necesario utilizar concientemente las interrelaciones que existen entre ellas.

Debemos recordar que una particularidad cada vez más sobresaliente es el carácter científico del entrenamiento deportivo, que como proceso pedagógico también se caracteriza por su unidad de formación y educación. Una característica importante radica en el papel dirigente del entrenador con un elevado grado de independencia de los peloteros.

Las exigencias intelectuales aumentan sin cesar en el Béisbol moderno, al pelotero se le exige un grado de independencia en el entrenamiento, tiene que llevar a la práctica de forma creadora, concepciones tácticas, al mismo tiempo que va aumentando constantemente el nivel y la intensidad del entrenamiento.

Las capacidades intelectuales de los peloteros repercuten, tanto en el entrenamiento como en el resultado de las competencias, las habilidades intelectuales se tienen que desarrollar desde la primaria, al comienzo del entrenamiento deportivo, en estrecha relación con las

²³ Frangel Reinaldo “Del béisbol casi todo” (2006) página 201

demás tareas para que los peloteros pueden asimilar y apreciar mejor las prácticas y las competencias, y para que, además, puedan participar en ellas con una actitud más consciente y una motivación más interesante y fundamentada, así como de una manera más creadora. Cada acción deportiva que se desempeñe en forma colectiva y planificada, como el béisbol, contribuirá a la formación de una personalidad variada y desarrollada.

1.10 El béisbol con fines recreativos

El Béisbol por sus características es un deporte que se puede convertir en una gran opción para la recreación física de la población, ya que para su puesta en práctica no se necesita de muchos recursos especiales, se puede jugar en cualquier terreno y en cualquier horario del día. También se puede jugar en todos los climas. Es un juego que desde su forma más simple se puede poner a disposición de la recreación, por ejemplo con solo poseer una pelota de cualquier confección y un bate de madera, aluminio ya sea rudimentario o con las medidas establecidas para el deporte se puede llevar a cabo dicho juego. Ya que no es necesariamente obligatorio utilizar guantes para fildear la bola. Además tiene la peculiaridad de poner a su disfrute varias personas según las reglamentaciones establecidas por cada juego.

Este juego forma parte intrínseca de la población cubana. En muchos lugares de nuestro país es utilizado en diferentes variantes para la recreación y disfrute personal, ya sea para niños, adultos o adolescentes ocupando un plano primordial en las elecciones recreativas. Otro de los aspectos que van a favor de la importancia de la utilización de éste con fines recreativos es que se utiliza por personas de diferentes formaciones sociales y culturales permitiendo una significación positiva en cuanto a su importancia recreativa.

1.11 Comunidad

Teniendo en cuenta que la comunidad constituye el entorno social más concreto de existencia, actividad y desarrollo del hombre. Existen diversidad de criterios sobre que es comunidad, algunos plantean que es un grupo social de cualquier tamaño cuyos miembros residen en una localidad específica, tienen una herencia cultural e histórica común y comparten características e intereses comunes. Es un área territorial donde se asienta la población con un grupo considerable de contacto interpersonal y sienta bases de cohesión.

²⁴Violich Vladimir (1998) plantea que comunidad es un “Grupo de personas que viven en un área específica cuyos miembros comparten tareas, intereses actividades comunes que pueden cooperar o no entre si “.

En la conferencia mundial de desarrollo comunitario desarrollada en Ginebra en 1989 se denominó como “ Sentimiento de bien común, que los ciudadanos pueden llegar a alcanzar “. En sentido general se entiende como comunidad tanto al lugar donde el individuo fija su residencia como a las personas que conviven en ese lugar y a las relaciones que se establecen entre todos ellos.

Según el criterio del autor de esta obra escrita Comunidad es la interacción de un conjunto de personas que se encuentran relacionadas entre si y que establecen ciertas normas personales regidas bajo el respeto mutuo donde se desarrollan actividades de desarrollo social.

²⁴ Violich Vladimir “Trabajo necesario en la comunidad. Moscú, editorial Progreso” (1998) página 37

CAPITULO II: CARACTERIZACIÓN DE LA COMUNIDAD, DIAGNOSTICO DEL ESTADO ACTUAL DE LA RECREACIÓN FISICA Y PROPUESTA DEL CONJUNTO DE JUEGOS.

2.1 Características de la comunidad.

Teniendo en cuenta los criterios emitidos anteriormente respecto a la clasificación de comunidad por varios autores y la consideración del autor de esta obra, estamos en condiciones de realizar una caracterización de la comunidad

Esta comunidad en sus inicios se caracterizó por ser puramente obrera siendo el sustento de trabajo, ya hoy en día el 50% de los adultos son graduados de nivel superior, eso da la medida del nivel de superación que ha tenido la población en los últimos años ya que el nivel de exigencia de empleo a aumentado progresivamente en estos tiempos, actualmente se encuentran el 97% de los adolescentes vinculados al estudio poniendo de manifiesto su gran preocupación por la superación, además que esta significa en gran medida una futura fuente de ingreso para su empleo y de esa manera puedan aportar su granito de arena a la sociedad como futuros profesionales de nuestra revolución.

Esta comunidad es bastante religiosa donde predominan los cristianos y los testigos de Jehová, siendo esta la última la de mayores problemas con respecto a las actividades políticas y de masa. Aunque podemos asegurar que en cierta medida han venido ganando en este sentido. Pero en el caso que nos ocupa afirmamos que si participan de forma activa en la mayoría de las actividades recreativas que se realizan en la comunidad.

2.2 Caracterización de la población de la investigación

Mediante la utilización de la técnica intervención comunitaria empleada se pudo conocer por los criterios emitidos por los directivos del CDR que el grupo de adolescentes objeto de investigación está compuesto por 25 de ambos sexo, 5 femeninas y 20 masculinos correspondiente al CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

Se pudo realizar la caracterización de los mismos con la utilización de métodos empíricos tales como: la revisión de documentos, encuestas y la observación. Esto permitió determinar que sentían gran motivación por las actividades físicas recreativas cuando se les informó el objetivo de dicha investigación, además de analizar los resultados de la encuesta a ellos aplicadas. Es

preciso aclarar que el 100% de los investigados estudian, mostrando interés por lo que están realizando y manifestaron su interés por su superación profesional. También se pudo conocer que muestran gran preferencias por la música moderna fundamentalmente el reguetón. En este sentido es bueno comunicar que el 20% de los investigados masculinos sienten preferencias por la cría de animales, como son los gallos, palomas, cerdos, chivos etc.

La mayoría de estos adolescentes son preocupados y en cierta medida responsables a pesar de la corta edad, aunque en ocasiones se manifiestan de manera pesimistas cuando no tienen donde sentirse a plenitud, teniendo en cuenta este aspecto se debe hacer un trabajo diferenciado con ellos con vista a tenerlos insertados en las actividades. Son educados y respetan mucho a quienes dirigen la actividad en función de la recreación.

Sería bueno resaltar que estos adolescentes al vivir en una zona urbana se interesan mucho por avances tecnológicos en especial todo lo que tenga que ver con las computadoras, las memorias MP3, MP4 en fin ellos están muy pendientes de lo ultimo en esa materia ya que pasan gran parte de su tiempo libre en juegos computarizados, pero en realidad son la gran minoría ya que todos no tienen la posibilidad de tener computadoras en la casa.

2.3 Resultados de la observación.

Los resultados que a continuación se muestran están relacionados con las observaciones emitidas por los cinco observadores que realizaron la misma durante tres semanas con frecuencia dos para un total de 30 observaciones.

El primer indicador que se refiere a las actividades que se ponen en función de la recreación física de los adolescentes de este CDR, se puede decir que se tuvo en cuenta dos aspectos, los mismos fueron: cantidad y diversidad de los juegos. Teniendo en cuenta esto se pudo observar que la cantidad de juegos ofertados es muy reducida respecto a los que lleven implícito actividad física, por lo que se evaluó de regular en once de las observaciones realizadas, ya que se ofertaron cinco actividades y de ellas solo dos eran juegos físicos recreativos. En las otras diecinueve observaciones se le dio la evaluación de mal porque solo ofertaban cuatro actividades y de ellas solamente una presentaba características físicas recreativas. En cuanto a la diversidad de los juegos se pudo corroborar que en once observaciones efectuadas se aplicó una evaluación de regular, ya que de las cinco actividades ofertadas dos eran juegos físicos recreativos como ping pong, juego de voleibol y programa a jugar, además de juegos de dominó, dama y ajedrez. En diecinueve ocasiones

se evaluó de mal, porque de las ofertas solo eran de juego físico recreativo. De forma general se puede evaluar este indicador de negativo, porque existió mayor cantidad de observaciones evaluadas de mal y no hubo un día que permitió emitir un resultado positivo, ya que se dan muy pocas variantes de los juegos con fines físicos recreativos. Teniendo en cuenta los criterios de valoración puestos en práctica, es que se le dio a este indicador un carácter cualitativo para arribar a los resultados que emitieron los tres observadores. (Ver tabla # 1).

El segundo aspecto de la observación fue dirigido a la motivación de los adolescentes con las actividades recreativas ofertadas en la comunidad, donde se puede decir que en este sentido se tuvieron en cuenta, para lograr una mayor objetividad y unanimidad en los resultados obtenidos, tres criterios, los cuales fueron: asistencia a las actividades, exaltación por el comienzo de la actividad e incitación por continuar la misma. Para poder darle respuesta a este indicador se tuvo en cuenta la muestra seleccionada que fue de 16 adolescentes del CDR # 1 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio de Pinar del Río, permitiéndonos hacer una valoración cuantitativa de los resultados obtenidos durante el proceso de observación. Aquí se analizó que en las 30 observaciones realizadas por los cinco observadores durante las tres semanas debieron participar en las actividades el 100% de la muestra que da una cantidad de 480 participaciones, pero no sucedió de esta manera. Esto permitió emitir una cuantificación real de la asistencia en las actividades ofertadas, donde se pudo corroborar que asistieron un total de 245 para un 51% de la muestra seleccionada. En cuanto a la exaltación por el comienzo se pudo observar que solo 86 estaban con deseos de empezar la actividad representando el 35% de los que asistieron frecuentemente. Igualmente se pudo observar con el otro criterio relacionado con la incitación por continuar la actividad que el 40% de los que asisten para un total de 98 adolescentes sienten deseos por seguir en lo que están realizando, ya que lo expresan verbalmente a los técnicos que estaban al frente del proceso recreativo. Analizando este segundo indicador de la guía de observación se puede afirmar que los porcentajes de asistencia a las actividades se quedan por debajo de las expectativas, ya que se pretende que el mayor número de los adolescentes de dicha comunidad participen en el proceso físico recreativo.

El último indicador de la guía de observación que fue dirigido a presenciar las ofertas de juegos derivados del béisbol en función de la recreación física de los adolescentes de la comunidad, se tuvo en cuenta cuatro criterios para tener mayor aceptación, los cuales son: juegos de bateo, de fildeo, de lanzamientos y de corrido. Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto se pudo evidenciar que de bateo, lanzamientos y fildeo no existe ningún tipo de juego a favor de la recreación de los adolescentes del CDR, en cuanto al corrido, se evidenció algunas actividades en los programas a jugar que se realizan. En este sentido se pudo corroborar que solo en 12 observaciones realizadas, que representa el 40% de las treinta efectuadas, existen juegos que tenga la presencia de carreras. De manera general se pudo apreciar que hay déficit de juegos derivados del béisbol en función de la recreación física de los adolescentes.

2.4 Resultados de la encuesta realizada a los directivos del CDR

En este indicador el autor lo utilizó para ver en que medida los integrantes de la dirección del CDR estaban identificados con la recreación de los adolescentes. La entrevista ayudo al autor arribar al siguiente análisis.

La primera pregunta de la entrevista que se relaciona con los conocimientos que tienen respecto a los juegos o actividades que se ponen en función del CDR para la recreación, el 100% de los entrevistados plantearon su inconformidad por las mismas, debido a que eran muy inestables en su realización y además manifestaron que solo se le daban la opción de juegos de mesas como dominó, damas y parchí fundamentalmente y que en pocas ocasiones realizaban un programa a jugar.

La siguiente pregunta que versa sobre que si solo con estas actividades recreativas abastecían las necesidades de la comunidad y en especial de los adolescentes, el 100% de los entrevistados expresaron que no eran suficientes para darle respuesta a las carencias de actividades recreativas en el CDR, si se tienen en cuenta las características de esta edad. También hicieron alusión a que se debería realizar otro tipo de juegos por los cuales se sientan más motivados los adolescentes para que utilicen su tiempo libre en actividades que les ayude a su formación como jóvenes revolucionarios.

La última pregunta que va dirigida a si consideran que las actividades recreativas tiene gran trascendencia en la formación de los adolescentes, el 100% de los dirigentes entrevistados manifestaron que le atribuían gran importancia a la utilización de los juegos recreativos para la formación de la personalidad de los adolescentes, ya que mediante ellos se educaban valores que van en función de la formación integral del adolescente. Además que utilizaban el tiempo libre en actividades importantes e interesantes para su formación.

2.5 Resultados de la entrevista efectuada a los adolescentes

El autor le realizó la entrevista al 70% de los adolescentes muestreados de la comunidad objeto de investigación para corroborar en que medida se sienten identificados con los juegos que se ofertan y cuales son sus preferencias.

La primera pregunta versa sobre la motivación que tienen con las actividades recreativas ofertadas en la comunidad el 100% de los entrevistados expresaron cierto rechazo a las actividades recreativas ofertadas, ya que se realizan fundamentalmente juegos pasivos y de mesas, y que hay inestabilidad en la realización de los mismos.

La siguiente pregunta que está dirigida a que tipo de juegos les gustaría para emplear su tiempo libre el 100% de los entrevistados expresaron que les llama más la atención los juegos activos o movidos, y fundamentalmente los juegos con pelota donde exista competencia individuales y colectivas. También manifestaron que se hiciera más sistemáticos la realización de los mismo por todos los meses de vacaciones y los fines de semanas cuando empiecen las clases.

2.6 Resultados de la encuesta efectuada a los adolescentes

La primera pregunta que versa sobre el orden de preferencia de las actividades que les gustaría realizar para el mejoramiento de su recreación, del 100% de los encuestados, el 70% expresó en primer lugar las actividades física deportivas, en segundo lugar la música y en tercer lugar los juegos de mesa. El 20% expresó que en primer lugar le gusta la música y después la práctica de actividades deportivas. El otro 10% manifestó que lo más que le gusta son los juegos computarizados.

La segunda pregunta que estuvo dirigida a conocer cuales eran sus preferencia por los deportes con pelotas para ponerlo en función de su recreación el 80% de los encuestados expresaron que de todos los juegos con pelotas, el que prefieren es el béisbol, por las características que posee, además que brinda la posibilidad de ponerlo en practica en varios lugares sin tener en cuenta las condiciones del terreno. También expresaron que este deporte es nuestro pasatiempo nacional al cual le dan buena divulgación que en cierta medida ha incidido positivamente en su interés por la práctica del mismo. El otro 20% expresaron que sentían mayor preferencia por el fútbol, ya que, le llaman el deporte de las multitudes y tiene muy buena aceptación entre la población, pero también manifestaron su inclinación, en segundo plano, por el béisbol por sus posibilidades de jugarlo en diferentes situaciones.

2.7 Análisis de la aplicación de la técnica de intervención comunitaria.

El Forum comunitario: se realizó una asamblea abierta con todos los directivos del CDR, miembros del consejo popular y los adolescentes sin distinguir el sexo ni edad. En esta reunión se realizó un debate sobre la necesidad de la práctica de la recreación física de la localidad sobre todo para la muestra investigada (los adolescentes entre 12 y 14 años). El objetivo de esta asamblea se cumplió ya que se logró sensibilizar a la población, a través del debate abierto sobre la importancia que reviste la práctica de la recreación física en los adolescentes. Además que se pudo conocer mediante los directivos del CDR la cantidad de adolescentes correspondiente a la edad motivo de investigación (12 a 14 años) junto con el sexo.

También nos posibilitó en cierta medida conocer la preferencia de este grupo etario por los juegos deportivos en función de la recreación física. En la medida que se fue desarrollando el debate fueron apareciendo nuevas opiniones y criterios al respecto las cuales se tuvieron en cuenta para una mejor organización a la hora de accionar en este sentido.

2.8 Fundamentación de la propuesta de los juegos derivados del béisbol para favorecer la practica de la recreación física en función del tiempo libre de los adolescentes entre 12 y 14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el Municipio Pinar del Río.

La razón que motivó al autor a pensar en la puesta en práctica de estos juegos fue en primer lugar poder brindarles a los adolescentes una forma de recreación física a través de estos juegos. Los mismos se tuvieron en cuenta porque llevan implícito un dinamismo trascendental en la práctica, lo cual es de vital significación para los adolescentes entre 12 y 14 años, dependiendo de las características de este grupo de edades. Desde el punto de vista emocional marca una pauta porque se pueden sentir a plenitud ya que existe un cierto grado de satisfacción física y espiritual con la realización de este conjunto de juego.

Estos juegos tienen como objetivo general favorecer la práctica de la recreación física de este grupo de edades motivo de investigación, pero además servirá como fuente de reserva para la motivación e interés de la práctica de nuestro deporte nacional.

Mediante la generalización del conjunto de juegos se logrará una socialización imprescindible que garantizará, en cierta medida, la unidad y cohesión de este grupo de edad que es importante desde el punto de vista social garantizando el futuro de nuestra sociedad.

La selección de este conjunto de juegos basados en elementos del béisbol está dada por las peculiaridades del mismo (dinamismo, explosividad, formas de participación, etc.). Además porque es nuestro deporte nacional y los adolescentes tienen la posibilidad de tener una mayor aproximación de ellos mediante diferentes vías comunicativas como son la prensa, la televisión y la radio. También les gusta imitar a algunos de los jugadores de nuestra provincia y otras del resto del país, y mediante ellos pueden satisfacer sus gustos y preferencias, de cierta manera con la realización de estos juegos.

Al seleccionar estos se tuvo en cuenta las siguientes características:

Pedagógica - educativa: ya que existirá un promotor o un técnico de recreación que le explicará la esencia del juego así como la importancia del mismo para el disfrute personal y colectivo, garantizando con ellos que se sientan a gusto y puedan seleccionar el que mas deseen y lograr el objetivo trazado que es la practica de la recreación física. Además que

aumenta el conocimiento general de esos juegos tradicionales que tiene como base el béisbol posibilitando mediante su práctica la educación mejorando las relaciones interpersonales.

Formadora: El conjunto de juegos que forman parte de la propuesta poseen una estrecha relación entre ellos ya que provienen de la misma disciplina, el béisbol, además que los juegos por separados en cierta medida tributan a la recreación física mediante la utilización de los elementos del béisbol formando en los adolescentes el conocimiento de nuestro deporte nacional.

Recreativa-participativa: El encargado de dirigir la actividad es el técnico de recreación o activista de la zona, demostrará todos los juegos a ejecutar y los adolescentes serán los autores fundamentales de la actividad ya que estarán disfrutando a plenitud de los juegos utilizando su tiempo libre en la recreación física permitiéndole una mayor satisfacción desde le punto de vista personal.

Además se tuvo en cuenta algunas especificidades tales como:

1. La importancia de los juegos pre-deportivos en función de la recreación física aportando elementos basados en el béisbol.
2. El desarrollo lúdico donde el adolescente puede elegir cual de los juegos escoger para satisfacer las demandas recreativas.
3. Da la posibilidad de adquirir conocimientos respecto al juego basado en elementos de béisbol mediante su realización.
4. Libre elección de los juegos por parte de los adolescentes según sus preferencias.
5. Cada uno de los juegos se pueden ejecutar de forma competitiva siempre y cuando los practicantes lo deseen.

2.9 Propuesta de los juegos basados en elementos del béisbol

NOMBRE DE LOS JUEGOS

1. Kimbumbia
2. Dirige y lanza
3. Tres Esquinas
4. Rondaud
5. Taquimbol
6. Busca el Control
7. Pisa y Corre

1. **Kimbumbia:** Este juego tiene como **objetivo:** Incrementar el contacto con la bola mediante la realización del swing. **Materiales:** este juego solo necesita para su implementación de dos taquitos de madera pequeños en sustitución de la pelota, un bate de madera más fino sin medidas oficiales. Organización: este juego se realizará en equipos tres (3) participantes por cada uno de los equipos. **Desarrollo:** este consiste en que se realizará un juego que solo se pondrá en práctica de forma más directa el bateo, ya que será en gran medida el factor fundamental para obtener la victoria. Cuando se comience a jugar uno de los dos equipos, por mutuo acuerdo, irá a batear y el otro al campo. La duración de este juego será por Ining, la cantidad será acordada antes de comenzar el juego.

Reglas:

1. La victoria será del equipo que llegue en ventaja a la cantidad de Ining acordados antes del partido.
2. El equipo estará integrado como máximo por cuatro integrantes tres en el juego y uno suplente,
3. El terreno de juego será en dependencia de las características del entrono donde se jugará, siempre existiendo limitaciones por cada lateral izquierdo y derecho que en este caso serian las líneas que delimitan la zona buena y la zona foul.
4. En este juego no se realiza corrido de bases.
5. No existe lanzador los tres integrantes estarán en función de la defensa.
6. Será declarado out a un bateador cuando falle 3 swing, realice dos foul o cuando la conexión sea cogida por los jugadores a la defensiva de aire cuando o de rolling si

llega con potencia al fildeador o cuando el taco no es fildeado el mismo tienen la posibilidad de lanzarlo desde la posición en que cayó para la zona donde el bateador lo conectó si le da al bate también es puesto out el bateador.

7. No existirá un Home que pueda marcar los strike
8. Se considera carrera cuando cuando los jugadores a la defensa fallen en su intento por golpear al bate con el lanzamiento.

2. Dirige y Lanza: Este juego tiene como **objetivo:** Desarrollar habilidades defensivas en los adolescentes mediante el juego. **Materiales:** Este juego solo necesita para su implementación de guantes y una pelota esta puede ser de béisbol, de goma o de tenis de campo.

Organización: Se jugará en un terreno normal o uno marcado visualmente por los participantes, la cantidad de participantes depende de las dimensiones del terreno, si el terreno es normal cada equipo tendrá 8 participantes, 7 en juego y 1 como suplente, si el terreno es marcado visualmente solo se jugarán con dos bases y la cantidad de participantes será de 5, 4 regulares y 1 suplente. **Desarrollo:** este juego consiste en poner en práctica solamente la defensa ya que esta puede influir directamente en la decisión final del mismo, para comenzar el juego los directores se deben poner de acuerdo para ver quien empieza al bate y quien al campo, la duración del mismo será por entradas acordadas previamente por los directivos de los equipos antes de comenzar el partido.

Reglas:

1. Se jugará con dos o tres bases, en dependencia de las características de la comunidad.
2. No se utilizará bate en el juego.
3. La pelota tiene que ser lanzada directamente hacia un jugador ya sea de rolling o flay.
4. La pelota que no sea lanzada directamente hacia un jugador el bateador será puesto out.
5. No hay que recorrer las bases
6. Se considera una anotación cuando un jugador a la defensa cometa un error.
7. Las entradas serán de tres out.

8. Se jugará por entradas, acordadas antes del juego.
9. El ganador será el que más carreras anotadas tenga al término de las entradas acordadas.

3. Tres esquinas: este juego tiene como **objetivo:** Contribuir a la recreación de los adolescentes mediante acciones de juego del béisbol. **Materiales:** tres bases que pueden ser de cualquier material o se pueden pintar en el suelo y una pelota que se pueda batear con la mano y no cause daños en la anatomía de los participantes. **Desarrollo:** este juego se celebrará en cualquier lugar que reúna las condiciones para su ejecución fundamentalmente enclavado en la comunidad. Lo jugarán dos equipos que lucharán por la victoria, uno irá a la ofensiva y el otro a la defensiva, esto se realizará por un sorteo de los capitanes de equipos. Este se realizará por ining o por cantidad de carreras realizadas. Solamente se bateará por el suelo.

Reglas:

1. Los equipos estarán integrados por 10 participantes y solo 6 estarán en el juego.
2. Se pueden realizar cambios de los jugadores del equipo en cualquier momento del juego.
3. El jugador que abandone el juego no podrá volver a participar en el mismo.
4. Se jugarán con tres bases que se encontraran a una distancia de 30 pies una con relación a otra.
5. Solo se podrá batear por el área estimada entre las bases de segunda y tercera.
6. Solo se puede batear de rolling o línea por debajo de la cabeza.
7. el que batee de flay será out.
8. El recorrido de las bases será caminado.
9. El que corra durante el recorrido será decretado out.
10. Cuando se este en base no se puede adelantar hasta que no batee el compañero que le corresponde el turno.
11. Se jugarán a 7 ining o a 15 carreras, según el acuerdo que se haya tomado antes del juego.

4. Rondaud: este juego tiene como **objetivo:** Desarrollar habilidades en los adolescentes mediante elementos del béisbol. **Materiales:** se utilizarán dos bases de cualquier material o pintadas en el suelo, guantes y una pelota que puede ser normal del deporte, de goma, de

joky, de tenis. **Desarrollo:** se realizara en cualquier lugar que reúna las condiciones fundamentalmente enclavado en la comunidad, dos equipos lucharán por la victoria, cada uno de ellos estará integrado por cuatro participantes de los cuales comienzan dos en el juego y los restantes pueden relevarlos en cualquier momento que se desee, se jugara por entradas previamente acordadas antes del comienzo del mismo, ganara el equipo que más carreras anote, el juego consiste en que dos participantes uno ubicado en cada base y un corredor del equipo que esta a la ofensiva en el rondaud este tratara de llegar quieto a una de las dos bases, si lo logra se considera una carrera anotada.

Reglas:

1. los equipos estarán integrados por cuatro participantes, dos en juego y dos de cambio.
2. Los cambios se podrán realizar en cualquier momento de juego.
3. El jugador que salga del juego puede reingresar al mismo una vez.
4. Se jugara con dos bases a una distancia entre ellas de 30 pies.
5. Se considera una anotación cuando el corredor alcancé una base sin ser puesto out.
6. Cuando un jugador a la defensa interfiera el avance del corredor sin posesión de la bola se considera interferencia y por tanto se le acredita una carrera al equipo a la ofensiva.
7. Ganara el equipo que más carreras logre anotar en la cantidad de entradas acordadas antes de comenzar el juego.

5. Taquimbol: este juego tiene como **objetivo:** Desarrollar acciones ofensivas mediante la realización del swing. **Materiales:** este juego necesita para su implementación de una pared de cualquier dimensión con un cuadro dibujado marcando la zona de strike, una pelota pequeña de cuero blando o un pomito plástico y un bate de madera sin medidas oficiales. Organización: este juego se realizará en equipos de dos (2) o tres (3) participantes por cada uno de los equipos. **Desarrollo:** este consiste en que se realizará un juego que solo se pondrá en práctica de forma más directa el bateo, ya que será en gran medida el factor fundamental para obtener la victoria. Cuando se comience a jugar uno de los dos equipos, por mutuo acuerdo, irá a batear y el otro a fildear. La duración de este juego será por Ining.

Reglas:

1. La victoria será para el equipo que cuando se termine los ining establecidos tenga mayor numero de carreras.

2. El equipo estará integrado como máximo por tres integrantes.
3. El terreno de juego será en dependencia de las características del entorno donde se jugará.
4. En este juego no se realiza corrido de bases.
5. cuando se está jugando 2 vs 2 están en el campo un pitcher y un jardinero.
6. Cuando se juega 3 vs 3, se coloca un pitcher y dos a la defensa.
7. Será declarado out a un bateador cuando falle 2 swing, realice dos foul, el lanzamiento de en la zona pintada o cuando la conexión sea fildeada por los jugadores a la defensiva de aire o de rolling si llega con potencia al jugador a la defensa.
8. Existirán dos líneas a los extremos para definir la zona de foul y de buena bola.

6. Busca el control: este juego tiene como **objetivo:** Ejecutar los elementos técnicos del lanzador en el juego de béisbol. **Materiales:** se puede realizar en cualquier escenario siempre que cumpla las condiciones requeridas en la comunidad, pelota de cuero o de goma y guantes. **Desarrollo:** este consiste en un juego que solo se pone en practica el picheo el cual tiene gran importancia dentro del juego ya que algunos especialistas le atribuyen el 70% de la victoria de un equipo, el juego consiste en dos equipos de tres participantes cada uno, dos están en juego y uno de cambio, estos dos jugadores se colocaran a una distancia de 45 pies entre ellos uno será el lanzador y el otro el receptor, se jugara por ponches propinados el equipo que llegue primero a 20 ponches será el ganador, el cambio de equipo se realizara cuando el que esta en el campo otorgue una base por bolas, se designara un arbitro que impartirá la justicia.

Reglas:

1. Se jugara en cualquier terreno que cumpla con las condiciones dentro de la comunidad.
2. Solo jugaran dos participantes durante el juego.
3. La distancia entre el lanzador y el receptor será de 45 pies.
4. Se puede realizar cambio de participante cuando se estime conveniente.
5. El jugador cambiado puede reintegrar al partido una vez cada jugador.
6. Cuando el lanzador que comienza efectúa un ponche se realizara el cambio el receptor pasa a lanzar y viceversa.
7. Ganara el equipo que primero llegue a 20 ponches.

7. Pisa y Corre: este juego tiene como **objetivo:** Ejecutar el corrido de base como elemento a la ofensiva en el juego. **Materiales:** se puede realizar en cualquier escenario donde cumpla las condiciones requeridas, tres bases de cualquier material o pintadas en el suelo, guantes pelotas pueden ser de cuero o de goma. **Desarrollo:** este juego combina dos factores del juego de béisbol uno es el fildeo de flay como defensa y el otro es el corrido de pisa y corre de gran importancia para alcanzar una base más, el juego se desarrolla entre dos equipos de 6 participantes, uno a la ofensiva y otro a la defensa, este consiste en colocar uno o dos corredores en base y el que esta en el cajón de bateo lanza la pelota para el jardinero que el elija siempre de flay, los corredores tienen que esperar que el jardinero capture la pelota para salir hacia la próxima base, los corredores que lleguen quieto al home se declarará como carrera, se jugara por entradas, acordadas antes del juego por los capitanes de equipo.

Reglas:

1. Cualquier terreno que cumpla la condiciones dentro de la comunidad.
2. Se jugara con tres bases de cualquier material o pintadas en el suelo.
3. Las bases estarán a una distancia de 30 pies entre ellas.
4. Se jugara por entradas.
5. El equipo que logre mayor cantidad de carreras al terminar las entradas acordadas será el ganador.
6. Se considera una carrera cuando el corredor llegue quieto al home.
7. El participante a la ofensiva que lance la pelota no dirigida a un fildeador, o que el lance no sea de flay será out automáticamente.
8. El corredor tendrá que esperar que el jardinero tenga posesión de la pelota para salir, si sale adelantado es puesto out.

2.10 Indicaciones metodológicas para la realización del conjunto de juegos basados en elementos del béisbol de los adolescentes entre 12 y 14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

El profesor debe tener una imagen clara del juego que enseñará a los adolescentes para garantizar el dominio por parte de los mismos del contenido del juego y su participación activa en el, se recomienda seguir los pasos metodológicos siguientes:

- **Enunciación del Juego:** Dar a conocer el nombre del juego que se va a desarrollar.
- **Motivación y Explicación:** Se realizará inmediatamente después de la enunciación, consiste en la conversación o recuento que hace el profesor con el fin de interesar a los adolescentes por la actividad, en ocasiones de una buena motivación depende en parte el éxito de la actividad. Por otra parte la explicación debe ser comprensible, conjuntamente con la descripción y la utilización de los medios de juego, se realiza una explicación del contenido y de las reglas.
- **Organización y Formación:** En este caso se incluye todo lo concerniente a la distribución, selección apropiada de los capitanes de equipo y formación de los mismos lo más parejo posible para que no decaiga el interés por el juego.
- **Demostración:** Consiste en aclarar los objetivos del juego y explicar de forma más sencilla, ya sea el profesor con algunos adolescentes o con todo el grupo la forma en que se debe llevar a cabo el juego.
- **Práctica del Juego:** El profesor debe procurar que todos los adolescentes participen de la actividad, además, actuará como árbitro impartiendo justicia.
- **Aplicación de las Reglas:** Durante la práctica del juego, se van explicando las reglas o sea, los aspectos que los adolescentes deben tener en cuenta para que el juego se desarrolle con éxito.

- **Desarrollo:** Consiste en la ejecución del juego hasta llegar a un resultado final, no se procederá a su realización mientras que todos los participantes lo hayan comprendido.
- **Variantes:** Después que se ha desarrollado el juego, el profesor puede realizar variantes y junto con éstas la introducción de nuevas reglas según las características del terreno. La variante consiste en que utilizando la misma organización, se pueda aumentar la complejidad, etc., siempre cumpliendo el objetivo trazado.

CONCLUSIONES

1. La revisión de los antecedentes nos aporta que existen juegos tradicionales derivados del béisbol, los cuales no están contemplados dentro de los programas de recreación en las comunidades para este grupo de edades.
2. Los adolescentes entre 12 y 14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre carecen de actividades físicas recreativas que favorezcan la práctica de la recreación física.
3. Se establece una herramienta mediante la implementación del conjunto de juegos basados en elementos del béisbol para favorecer la práctica de la recreación física en los adolescentes entre 12 y 14 años del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre en el municipio Pinar del Río.

RECOMENDACIONES

1. Que el conjunto de juegos basados en elementos del béisbol se pueda validar en futuras investigaciones para ver el resultado más generalizado.
2. Hacer extensiva esta propuesta de juegos basados en elementos del béisbol a otras comunidades con características similares para su generalización.
3. Utilizar este conjunto de juegos derivados del béisbol dentro de los programas de recreación en la comunidad.

BIBLIOGRAFIA

1. Abreu, M. (1999). El juego una actividad a realizar en la escuela. Tesis grado científico. La Habana. Universidad de la Habana.

2. Acosta Sánchez, María Eliza (2005) Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes

3. Amparo Torres, Maira. Y. (2000). Folleto de Teoría y Práctica de los juegos.

Material reformativo de apoyo a la decencia. La Habana, EIEFD.

4. Amparo Torres Mayra y col. (SA). Fundamentos generales de los Juegos.

Bosquejo histórico del origen y surgimiento de los juegos. En su: Folleto de Teoría y Práctica de los Juegos. Material Referativo de Apoyo a la Docencia. CD municipalización.

5. Ángela Ivón Castellanos y Luz Cristina López (2003) Universidad Santo Tomás. ORIGEN: III Simposio Nacional de Investigación y Formación en Recreación. Vicepresidencia de la República / Coldeportes / FUNLIBRE Noviembre 27 al 29 de 2003. Bucaramanga, Colombia.

<http://redcreacion.org/documentos/simposio2if/JFernandez.htm>.

6. A. A, V (1987). Seminario de animación deportiva. 20-21-22 de abril. Pamplona (paper.). Conclusiones pg. 2.

4. Arias, H. (1995) La Comunidad y su personalidad, educación salud. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

5. Arnolt Robert y Charles Gaines, 1991. Seleccione un deporte. Ed Paidotriba 355 p.

6. Antón García, Juan L. 1995 Entrenamiento deportivo de la edad escolar (bases de aplicación. Ed. Línea offset, SL. Barcelona, 308 p.
7. Averoff Ruiz, Ricardo: Bioquímica de los ejercicios. Ciudad de la Habana Ed. Pueblo y Educación. 134 p.
8. Arzauz, LI. (1996). La Investigación social en el planeamiento de comunidad con participación ciudadana e institucional en participación social; desarrollo urbano. Universidad de La Habana, Humanísticas; Universidad de (Camagüey)
9. Barrios Recio Joaquín 1986, Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Ed deportes – 140 p.
10. Bakker, F. C. (1993).Psicología del deporte: conceptos y aplicaciones. Madrid, C.S.D.
Morata
11. Bayer, C. (1986) La Enseñanza de los juegos deportivos. Barcelona, Editorial Hispano
Europea
12. Bermúdez Arencibia, Ricardo 1997 Tema de fisiología del ejercicio físico. Ed Pueblo y Educación, 178.
13. Bill Pearl. 1993 La musculación. Preparación a los deportes acondicionamiento general. 4ta edición Barcelona, 431 p.
14. Blazquez, D. (1982) “Elección de un método en Educación Física: las situaciones –
problema”. En Apunte de educación física y medicina deportiva, vol. XIX junio nº 74: 91-99. Barcelona, INEF

15. _____ (1982). "La Educación Física en preescolar: una didáctica aplicada".
En
Apunte de educación física y medicina deportiva, vol. XIX septiembre nº 75: 185-196.
Barcelona, INEF.
16. _____ (1992). "La iniciación deportiva y el deporte escolar". Zaragoza,
INDA.
17. Bozhovich, L. I. (1976) La Personalidad y su formación en la edad infantil:
investigaciones psicológicas. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
18. Cagigal, J. M. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". Citius, Altius, Fortius.-
Tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
19. Camerino, O. y Castañer, M. (1988). "1001 Ejercicios y juegos de recreación".
Barcelona, Paidotribo.
20. _____ (1997). "Didáctica de la Educación Física" En Castejón F.J. y otros:
Manual del Maestro Especialista en Educación Física. Madrid, Pila Teleña
21. Cañizares. M. (2005) Psicología y actividad física; su aplicación en la educación
física,
deportes y rehabilitación. Ciudad de La Habana.
22. Casales, J. (2003) Psicología social. Ciudad de La Habana, Editorial Félix
Varela.
23. Cuba. INDER. (2000). Programa de preparación del Deportista, Béisbol.
24. Díaz de Los Reyes, S. (2003). Programa de Cultura Física Terapéutica adaptado
a la disminución ponderal. Tesis de Maestría (Maestría en Cultura Física
Terapéutica). La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".

25. De Knop, P. (1990) "Filosofía de la animación en deporte para todos". II Curso internacional de animadores de deporte para todos. Nivel A - FISpT. Málaga 30 de julio a 4 de agosto de 1990. Junta de Andalucía. Consejería de Cultura. Dirección General de Deportes. UNISPORT
26. De Miguel Badesa, S. (1995). "Perfil del animador sociocultural". Madrid, Narcea.
27. Domínguez, L. (2003) Psicología del desarrollo : adolescencia y juventud; selección de lecturas. La Habana, Editorial Félix Varela.
28. Ealo de la Herrán, J. (1984).Béisbol. La Habana, Editorial Pueblo y Educación
29. Ealo de la Herrán, J. (SA).Béisbol Técnico-Táctico. La Habana, Editorial Científico-Técnica.
30. Elkanin, P. (1984). Psicología. La Habana, Editorial Pueblo y Educación
31. Fernández Ortega, Jairo A. (2001). ORIGEN: II Simposio Nacional de Investigación y Formación en Recreación. Vicepresidencia de la República / Coldeportes / FUNLIBRE 27 al 29 de Septiembre de 2001. Bogotá, D.C., Colombia.
<http://www.redcreacion.org/documentos/simposio4if/EOsorio.html>
32. Fírvida, C. Z. (2000). Apuntes sobre la ludoteca y la lúdica. Santa Clara. Facultad de Cultura Física Villaclara.
33. Fírvida, C. Z. y Castro, S. (1988). Análisis de las actividades recreativas de los adolescentes y jóvenes. Trabajo investigativo. Santa Clara. Facultad de Cultura Física Villaclara.
34. Fonseca Marqués, A. (1998).Béisbol. Preparación Técnico Especial. La Habana, Editorial Científico-Técnica
35. Fox. Eduardo 1992 Fisiología del deporte. Editorial Médica Panamericana, 779 p.

36. Freund, John. 1999 Estadística fundamental moderna. La Habana. ED Pueblo y Educación, 156 p.

37. Galeana, Silvia y Sainz José Luis (2001). Estrategias de participación social para el desarrollo comunitario. Desarrollo comunitario. México, Editores Buena Onda, S.A.

38. Gallardo, J. (2000). El rescate de los juegos y tradiciones populares. (Fotocopia).

39. García Montes, María Elena (1986). Planificación de actividades para el recreo y el ocio (apuntes de la asignatura). Granada (inédito).

40. Gamboa de Vitelleschi, S. (2001). El juego en el contexto escolar. Buenos Aires. (Fotocopia de la Revista Digital de Educación Física y Deportes). <http://www.efdeportes.com>

41. García Rubio, Mayda (2007). La Adaptación en la cultura física, tomo1; maestría de actividad física comunitaria.

42. Giner, Salvador. (SA). Sociología. Naturaleza de la sociología. Definición de la sociología. En: Col. Curso de Formación de trabajadores sociales. Selección de lecturas sobre Sociología y trabajo social. CD Maestría.

43. _____ (1997). Organización de Actividades y manifestaciones deportivas; Animadores Deportivos; Master en Dirección y Gestión Deportiva, Málaga, UNISPORT, (Inédito).

44. Goenaga, Juan A Martínez de Osaba y (2002) Cultura física y deportes: génesis, evolución y desarrollo. (Hasta la Inglaterra del siglo XIX)

45. González González, Martín. (2006). Desarrollo comunitario sustentable.

Propuesta de una concepción metodológica en Cuba desde Educación Popular. Tesis de grado (Doctor en Ciencias de la Cultura Física) La Habana. CIE "Graciela Bustillo".

46. Guyton, Arthur C, 1987 Fisiología Humana 6ta Edición. Ed interamericana, 704p.
47. Hernández López, N. (2000) La actividad de juegos como medio para alcanzar la relación ínter materia en alumnos de educación primaria. Tesis de Maestría (Maestría en Didáctica de la Educación Física Contemporánea) La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
48. Hernández Moreno, José (1996). Fundamentos del deporte; análisis de la estructura de juegos deportivos. Barcelona, Editorial INDE
49. Hernández Vázquez, M. y Gallardo L. (1994) "Marco conceptual: las actividades deportivo-recreativas" En Apuntes de Educación Física. 37: 58-67 Barcelona, INEFC
37. Kapman, V. L. 1989. Medicina Deportiva.. Ciudad Habana. Edición Pueblo y Educación, 264 p.
38. Kon, I. S. (1990) Psicología de la edad juvenil. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
39. Lamb, D .R. (1985) Fisiología del ejercicio respuestas y adaptaciones", Madrid, A. Pila Teleña.
40. León, M. (2004) "Bioquímica Bases para la Actividad Física". Ciudad de La Habana, Editorial "Deportes.
41. León Oquendo, Marcial (2007). Respuesta adaptativa del suministro energético y su relación con las capacidades físicas en el sujeto que realiza actividad física sistemática; tema 2; maestría de la actividad física comunitaria. Ciudad de La Habana.
42. Leontiev, A. N. (1978). Fundamentos psicológicos del juego preescolar. La Habana. Folleto para maestros. MINED.
43. López Rodríguez, Alejandro. (2003). Hacia un enfoque integral físico educativo, Habana, Editorial Deporte.

44. _____(1998) El Trabajo comunitario rural; apuntes para una reflexión”, ponencia presentada a la I’ Bienal de Estudios Socioculturales. Camagüey, Editorial Abril.
45. Martínez del Castillo, J. (1985). Apuntes Oposiciones de BUP. y FP. año 1985. Tema 49: "El concepto de recreación física en el contexto educativo escolar. Tiempo libre y ejercicio físico.
46. _____. (1986). “Actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas” En Apuntes de Educación Física. 4: 9-17 Barcelona, INEFC
47. Menshikov, H B. y N. I. Volkov, (1990). "Bioquímica", Moscú, Editorial Vneshtorgizdat..
48. Miranda, Jorge, (2001) Los Factores culturales en el desarrollo comunitario. Desarrollo comunitario. México, Editores Buena Onda, S.A, pp. 218- 240.
49. _____ (1996). La Recreación y la animación deportiva, sonrisa y esencia de nuestro tiempo. Amaru. Salamanca
50. Mischenko, V S, Monogarov, V D. "Fisiología del deportista."(Bases científicas de la preparación, fatiga y recuperación de los sistemas funcionales del organismo de los deportistas de alto nivel). Edit. Paidotribo, Barcelona, 1995.
51. Morehouse, R. y M. Miller "Fisiología del Ejercicio”.
52. Nasser, D. (1993). Curso de especialización en ocio y recreación deportiva. Principios y objetivos básicos de la Animación Deportiva, perfil y tareas del animador. Madrid. I.N.E.F.
53. Osorio Correa, Esperanza (2005) Desde donde construir contextos de ocio y recreación desde y para la infancia y la juventud. ORIGEN: IV Simposio Nacional de

Investigación y Formación en Recreación. Vicepresidencia de la República / Coldeportes / FUNLIBRE Mayo 19 al 21 de 2005. Cali, Colombia.

<http://www.redcreacion.org/documentos/simposio1vg/Conconcreto.html>

53. Olivera.2003 Programas y contenidos de la educación física. Deportiva en BVP y FP. Ed Paidotribo 779 p.

54. Oramas Delgado, M. (2003). Conferencia de Espirometría. Tesis de Maestría. (Maestría en Cultura Física Terapéutica). Ciudad de La Habana. Instituto de Neumología, Centro Benéfico Jurídico.

55. Pastor Pradillo J. L. (1979). "Importancia y valoración de la Educación física y de los Deportes en la recreación" (Congreso I.C.H.P.E.R., Kiel del 23 al 28 de julio de 1979). Revista Deporte 2000, diciembre, n^o 114: 79-81.

56. Petrovsky A. V (1978:143) Psicología Pedagógica de las Edades.

57. Pazos, F. y A. Forrellat (1990) "Selección de Temas de Bioenergética", Ciudad de La Habana, Editorial EMPES.

58. Pérez Goñi, J. I. (1989). Líneas metodológicas para una mayor Independencia del alumno en la actividad física. Ciclo Secundaria, Enseñanzas Medias. Apuntes de Educación Física. Barcelona, Junio- Septiembre, 16-17: 87-94.

59. Pérez Sánchez, Aldo (1997) Recreación; fundamentos teórico-metodológicos. Ciudad de La Habana, ISCF "Manuel Fajardo"; Departamento de Recreación y Turismo.

60. Piaget, J. (SF). Tendencias de la investigación en las ciencias sociales Madrid. Editorial Alianza. Fotocopia).

61. Pieron M. (1988). Didáctica de las actividades físicas y deportivas. Madrid, Gymnos.

62. Platonov, V. N. (1991) La Adaptación en el Deporte", Barcelona, Editorial Roca S.A.
63. _____ (1990) "Teoría y metodología del entrenamiento deportivo", Barcelona, España, Editorial Roca S.A.
64. Ramírez Rodríguez, Jorge Alberto (1999). Programación y evaluación en recreación sistema de seguimiento y evaluación – ese ORIGEN: I Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en Recreación Vicepresidencia de la República- Coldeportes –FUNLIBRE 25 al 27 de Noviembre de 1999. Paipa, Colombia.
65. Santos Guerrero (1977). Algunos aspectos de la recreación de la historicidad de la recreación en Cuba
66. Sánchez, Alipio, (1991) Psicología Comunitaria, bases conceptuales y operativas. M Universitarias, S.A, Barcelona, España.
67. Selección de lecturas sobre sociología y trabajo social (2006). Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.
68. Sklorz Martin (1985) Tenis de mesa. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnica. – 146 p
69. Tamayo Buitrago, Gerardo (2003) Fenómenos recreativos en los juegos infantiles en los parques de Pereira. ORIGEN: III Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en Recreación. Julio 31 a Agosto 2 de 2003. Bogotá, Colombia. <http://www.redcreacion.org/documentos/simposio3vg/MMArtazcoz.html>
70. Trigo Aza, Eugenia. 1994 Aplicación del juego tradicional en el currículo de Educación física. Vol II. Ed paidotribo, 277 p.
71. Urrutia Barroso, Lourde de (2006). Sociología y trabajo social aplicado; selección de lecturas. La Habana, Editorial Deportes

72. Vigotski, L. S. (1994). Zona de desarrollo próximo en el niño y proceso de construcción del conocimiento. México. Editorial SEP. (Fotocopia).

73. Violich, Vladimir. (1998). Trabajo necesario en la comunidad. Moscú, editorial Progreso.

74. Virosta, A. (1995). Deportes Alternativos en el ámbito de la Educación Física. Madrid, Gymnos.

75. Waichman, Pablo O. (1998) Acerca de los enfoques en recreación Origen: V Congreso Nacional de Recreación Deportes Caldas / Universidad de Caldas / FUNLIBRE3 al 8 de Noviembre de 1998. Manizales, Caldas, Colombia.

<http://www.redcreacion.org/documentos/congreso5/PWaichman2.htm>

Métodos de intervención. Promociones y Publicaciones.

76. Zhuofu (1992) Tenis de mesa. Tomo 1. Ciudad de La Habana, Comisión Nacional de Deportes.

77. Zimkin, N. V. (1975) Fisiología humana. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnica.

TABLAS Y ANEXOS

GUIA DE OBSERVACIÓN

Observación: sistemática, estructurada, mixta, encubierta y participante.

Cantidad de observadores: 3

Frecuencia semanal: 2 observaciones semanales durante 3 semanas

Objetivo: Observar cuales son los juegos recreativos que se ponen en función de los adolescente y en que secuencia se realizan.

Indicadores

1. Actividades que se ponen en función de la recreación de los adolescentes.
2. Motivación de los adolescentes con las actividades recreativas ofertadas en la comunidad.
3. Ofertas de juegos basados en elementos del Béisbol para los adolescentes.

Nº	INDICADORES	CRITERIOS	B	R	M
1	Actividades que se ponen en función de la recreación física de los adolescentes.	Cantidad			
		Diversidad de juegos			

2	La motivación de los adolescentes con las actividades recreativas ofertadas en la comunidad	Asistencia.			
		Exaltación por el comienzo.			
		Incitación a continuar la actividad			

3	Ofertas de juegos basados en elementos del béisbol	De bateo			
		De fildeo			
		De lanzamiento			
		De corrido			

CRITERIOS DE VALORACIÓN

Cantidad:

B: más del 50 % de las actividades que se ofertan sean pre deportivas y deportivas físicas, colectivas o individuales ya sea con implementos u obstáculos. Además realizar siete o más actividades.

R: Entre el 30% y el 49% de las actividades que se ofertan sean pre deportivas y deportivas físicas, colectivas o individuales ya sea con implementos u obstáculos. Además de realizar de cinco a seis actividades.

M: Inferior al 30 % de las actividades que se ofertan sean pre deportivo y deportivas físicas colectivas o individuales con implementos u obstáculos. Además de realizar menos de cinco actividades.

Diversidad de juegos:

B: que tenga características de más de 5 deportes físico recreativo.

R: que tenga características de 2 a 4 deportes físico recreativo.

M: que tenga características de un solo deporte físico recreativo.

ENTREVISTA A LOS DIRECTIVOS DEI CDR

Objetivo: Obtener información sobre como se desarrolla el proceso de recreación en la comunidad.

1. ¿Qué actividades recreativas fundamentales desarrollan los adolescentes en nuestra comunidad?
2. ¿Qué opinión usted tiene sobre las ofertas de las actividades recreativas que se desarrollan en la comunidad para los adolescentes del CDR # 1 de la Zona 29 del Consejo Popular 10 de Octubre?
3. ¿Cómo creé usted que influyen las actividades recreativas en la calidad de vida de los adolescentes del CRD?

Gracias

ENTREVISTA A LOS ADOLESCENTE DEL CDR

Objetivo: conocer cuales son las motivaciones, gustos y preferencias de los adolescentes respecto a las actividades recreativas.

1. ¿Cuál es tu opinión de los juegos recreativos que se le ofertan en la comunidad para la utilización del tiempo libre?
2. ¿Que tipos de juegos les gustaría realizar en su tiempo libre?

ENCUESTA REALIZADA A LOS ADOLESCENTES DEL CDR

Objetivo: Conocer las preferencias por las actividades recreativas.

1. ¿Mencione en orden de preferencia las actividades que mas les gustaría realizar para el mejoramiento de la recreación?
2. ¿De los deportes con pelota que más conoces cual te gustaría jugar para recrearte?

TABLA # 1

Resultados de la observación

Nº	INDICADORES	CRITERIOS	B	R	M
1	Actividades que se ponen en función de la recreación física de los adolescentes.	Cantidad		11	19
		Diversidad de juegos		11	19

Nº	INDICADORES	CRITERIOS	Nº	%
2	La motivación de los adolescentes con las actividades recreativas ofertadas en la comunidad	Asistencia.	245	51
		Exaltación por el comienzo.	86	35
		Incitación a continuar la actividad	98	40

Nº	INDICADORES	CRITERIOS	Nº	%
3	Ofertas de juegos derivados del béisbol	De bateo		
		De fildeo		
		De lanzamiento		
		De corrido	12	40

TABLA # 2

Resultado de la entrevista a los directivos del CDR

Nº	PREGUNTAS	RESULTADOS
1	¿Puede usted hacer referencia a las actividades recreativas fundamentales que desarrollan los adolescentes en el CDR?	100%
2	¿Solo con estas actividades recreativas que se desarrollan en el CDR abastecen las necesidades de los adolescentes.	100%
3	¿Usted le atribuye gran trascendencia a las actividades recreativas para que los adolescentes mejoren su estado de vida en nuestro CDR?	100%

TABLA # 3

Entrevista a los adolescentes del CDR.

Nº	PREGUNTAS	RESULTADOS
1	Se siente usted motivado e interesado con los juegos recreativos que se le ofertan en la comunidad para la utilización del tiempo libre.	100%
2	Que tipos de juegos les gustaría realizar en su tiempo libre.	100%

TABLA # 4

Encuesta a los adolescentes

Preguntas	Resultados
1. ¿mencione en orden de preferencia las actividades que mas les gustaría realizar para el mejoramiento de la recreación?	70% (11)
	20% (3)
	10% (2)
2. ¿De los deportes con pelota que mas conoces cual te gustaría jugar para recrearte?	80% (13)
	20% (3)

El 70% de los adolescentes prefieren en primer lugar las actividades físicas deportivas. En segundo lugar la música. En tercer lugar juegos de mesa.

El 20% de ellos prefiere en primer lugar la música. En segundo lugar actividades físicas deportivas. En tercer lugar juegos de mesa.

El 10% manifestó que prefieren los juegos computarizados. En segundo lugar actividades físicas deportivas. En tercer lugar juegos de mesa.

El 80% prefiere el béisbol como juego deportivo.

El 20% prefieren el fútbol como juego deportivo.