

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte

“Manuel Fajardo”

Facultad de Villa Clara



TRABAJO DE DIPLOMA

Actividades Físicas – Recreativas para jóvenes de 16 a 19 años en la
Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del Municipio de Santa Clara.

Autor: Eisa Rosa Herranz Andrade.

Tutor: MSc. Jorge Luís Velázquez Pedroso.

2011-2012

PENSAMIENTO



"Cuando cada muchacho encuentre en la ciudad, en el pueblo, en el barrio un lugar apropiado para desarrollar sus condiciones físicas y dedicarse por entero a la práctica del deporte de su preferencia, habremos visto satisfecho el deseo de todos los que hemos hecho esta Revolución".

Fidel Castro Ruz (14 1959)

DEDICATORIA:

Dedico este trabajo a las personas que con su válida ayuda hicieron posible trazarme la meta que hoy culmino. A mis padres que han derrochado esfuerzos por verme convertida en una profesional.

Por hacer de quien soy.

Por estar dando lo mejor de mí.

AGRADECIMIENTOS:

A todas aquellas personas que de una forma u otra contribuyeron a lo largo de mi carrera, llegue mi eterno agradecimiento.

A mi familia, esposo y en especial a mis padres.

A mi tutor MSc. Jorge Luís Velázquez Pedroso por brindarme su ayuda y aceptarme como su Diplomante.

A todos mis compañeros de aula por el camino recorrido.

A todos los profesores de la facultad que de una forma u otra contribuyeron a mi transformación de estudiante a profesional.

Y especialmente a La Revolución por la oportunidad que me brindó para estudiar una carrera universitaria.

RESUMEN

El presente trabajo se titula Actividades Físico – Recreativas para jóvenes de 16 a 19 años en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del Municipio de Santa Clara. Tiene como objetivo diseñar un plan de acciones Físico - Recreativas para incrementar la participación de los jóvenes de 16 a 19 años de la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara. Para la recogida de la información se utilizaron diferentes métodos, del nivel teórico, del nivel empírico: la revisión de documentos, observación, encuestas y entrevistas, del estadístico matemático, la distribución empírica de frecuencia. Los mismos facilitaron la elaboración de una novedosa propuesta de acciones físico – recreativas en correspondencia con los gustos, preferencias, necesidades e intereses de la población objeto de estudio. El trabajo está estructurado en Introducción, el marco teórico referencial, el desarrollo metodológico, el análisis de los resultados, así como las Conclusiones y Recomendaciones que expresan los resultado del trabajo evidenciándose la satisfacción tanto de las necesidades individuales como colectivas de los sujetos investigados, con la aplicación de la propuesta, además de ocupar el tiempo libre de los mismos en el desarrollo físico e intelectual mejorando así sus estilos de vida. La investigación incluye también una extensa Bibliografía y los Anexos.

ÍNDICE:

I.	Introducción	1
II.	Desarrollo.....	5
CAPITULO 1: Marco teórico referencial.....		5
1. La Cultura Física, Recreación, Tiempo libre, Recreación Física.....		5
La Comunidad y el trabajo comunitario, Principio del “Deporte Derecho del Pueblo”.		
CAPITULO 2: Marco metodológico de la investigación.....		33
2.1. Métodos y técnicas empleados.....		33
2.2. Población en estudio.....		36
2.3. Procesamiento de la información.....		38
CAPITULO 3: Análisis de los resultados.....		46
3.1 Diagnóstico Inicial.....		46
3.2 Propuesta de soluciones.....		48
3.3 Evaluación de la efectividad.....		50
III.	Conclusiones	53
IV.	Recomendaciones.....	54
V.	Bibliografía.	
VI.	Anexos.	

INTRODUCCIÓN

El triunfo de nuestra Revolución Socialista en enero de 1959 y la política mantenida por el Partido y el Gobierno de extender los servicios de la Educación Física a todas las instituciones educacionales del país y hacer del deporte un derecho del pueblo, ha permitido, que actualmente toda la población practique ejercicios físicos y participen en diversas manifestaciones como competencias deportivas, etc.

La necesidad de proporcionar una generación saludable, físicamente preparada, multilateral y armónicamente desarrollada, está determinada por la vida, por las exigencias de las sociedades que construyen el socialismo. Cada vez más la cultura física se convierte en una necesidad de cada individuo, de toda la sociedad y específicamente en las comunidades.

En Cuba se trabaja en la práctica del deporte sano, ayudando al disfrute del hombre al despliegue de sus potencialidades físicas y espirituales, libres de mercantilismo y de toda influencia conducida a prácticas dañinas a la salud. Los estudios sobre la recreación de la población en el contexto del empleo eficiente del tiempo libre, cobran en la sociedad actual una gran importancia, tienen la tarea de propiciar el desarrollo de capacidades físicas, el dominio de habilidades motrices, contribuyen al desarrollo de esferas importantes de la personalidad.

La Recreación constituye un fenómeno en el cual intervienen numerosos factores interrelacionados y que en dependencia del modo en que se traten estos componentes, pueden enriquecer el modelo recreativo en los diferentes sectores poblacionales. Nuestro proyecto social cubano, hace que enfrentemos la

recreación con mayor relevancia, sobre todo dirigido al enriquecimiento de la calidad de vida en nuestras comunidades y en sectores tan priorizados como la juventud.

Es importante recordar cómo, en febrero de 1996, se creó el Grupo Ministerial Central para atender y desarrollar el Programa Nacional de Trabajo Comunitario. El INDER, en correspondencia con lo dispuesto por la dirección de la Revolución, trazó como política priorizada hacer llegar a todos los rincones del país, planes y programas diversos, que posibiliten la participación masiva de toda la población en diferentes actividades física, deportiva y recreativa.

La práctica de actividades deportivas y físico recreativas, aporta un sin número de beneficios que contribuyen a corto, mediano o largo plazo a la socialización plena del individuo. Se hace necesario rescatar la actividad deportiva y físico recreativa como la principal fuente integradora de la familia, en la comunidad, en los grupos sociales y en la sociedad en general, teniendo en cuenta el período en que vive nuestra sociedad y los cambios en el sector económico, se hace necesario buscar un equilibrio entre lo físico y lo espiritual.

En la investigación se demuestra el alto nivel humano que representa en materia de educación para la salud, el deporte y la recreación ya que fortalece la salud del hombre, además, contribuye al mejoramiento del trabajo durante la semana, fin de semana y las vacaciones.

Teniendo en cuenta lo planteado es que consideramos necesidad introducir en la práctica social de la comunidad las acciones físico - recreativas que potencien las actividades del tiempo libre de la población joven comprendida en las edades de

16 a 19 años, en dicha comunidad. Se considera que una vía para hacerlo puede ser a partir de un adecuado diagnóstico de la situación actual, la cual permita proyectar las acciones que conducirían al cambio desde la situación actual a la deseada:

Si tenemos en cuenta lo anterior se hace necesaria la búsqueda de soluciones a la problemática planteada, por lo tanto se declara como Situación problémica: Pobre participación, desmotivación de los jóvenes de 16 a 19 años a la práctica sistemática de actividades físico – recreativas en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara.

Por todo lo anterior se hace necesaria la búsqueda de soluciones a la problemática planteada, por lo que se declara como problema científico:

¿Cómo aumentar la participación de los jóvenes de 16 a 19 años a la práctica sistemática de actividades físico – recreativas en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara?

Dando respuesta al problema científico planteado anteriormente nos proponemos los siguientes objetivos:

Objetivo general: Diseñar actividades físico - recreativas para aumentar la participación de los jóvenes de 16 a 19 años a la práctica sistemática de actividades físico – recreativas en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara.

Objetivos específicos:

1. Diagnosticar la situación actual acerca de las motivaciones, gustos, preferencias, intereses y necesidades de los jóvenes de 16 a 19 años por la práctica sistemática de actividades físico – recreativas en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara.
2. Elaborar actividades físico – recreativas para los jóvenes de 16 a 19 años pertenecientes a la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara.
3. Valorar mediante la implementación práctica la efectividad de las actividades físico – recreativas para los jóvenes de 16 a 19 años en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara.

Métodos utilizados en la investigación

La investigación precisó del uso de diversos métodos:

Del Nivel Teórico: Analítico –sintético, Inductivo-deductivo.

Del nivel Empírico: Estudio de documentos, Observación, Encuestas escritas y la Entrevista.

Métodos del nivel Matemático y/o Estadístico: Tablas de frecuencia.

El trabajo científico está estructurado en Introducción, Desarrollo, (que aborda los fundamentos teóricos metodológicos del problema, se realiza el diagnóstico y los resultados obtenidos en análisis de los métodos y técnicas aplicados, que permitió la fundamentación y diseño de la propuesta), las Conclusiones, Recomendaciones Bibliografía y Anexos.

CAPITULO I

Fundamentación Teórica:

1. La Cultura Física.

La Cultura Física resulta una actividad esencialmente humana que está orientada hacia el perfeccionamiento físico y espiritual del hombre. Esta, del mismo modo que la Cultura, no puede ser entendida fuera de lo esencial de lo humano, por lo tanto se deben analizarlas en su relación.

El sistema cubano de Cultura Física y Deporte, según cita el Dr. C. Omar Gómez Anoceto en su tesis Doctoral, “es el conjunto de elementos que con su integridad y unidad, contribuye mediante sus relaciones, conexiones e interdependencia en forma organizada y debidamente estructurada, al bienestar físico y moral, la prevención y promoción de salud, la elevación de la maestría deportiva, el aprovechamiento del tiempo libre, la formación de la personalidad comunista, y en correspondencia con estos objetivos, eleva la calidad de vida de toda la población”.

1.1. Recreación

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

A continuación presentamos varios enfoques conceptuales de recreación, pues esta ha adoptado connotaciones de índole práctica y ejecutiva que la separa del concepto de tiempo libre que se analizará a su debido momento.

Aldo Pérez define a la Recreación: es un término al que se da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamó recreo al lapso entre dos materias u horas clases, en el que permitía a los alumnos jugar o descansar, reponiéndose del esfuerzo de concentración requerida por el estudio.

Para Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, Recreación "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, divertirse, desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales ". Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

Una muy aceptable y completa definición fue elaborada en Argentina, durante una convención realizada en 1967, definición que mantiene su plena vigencia y plantea: "La Recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad".

1.3 CARACTERÍSTICAS SOCIO-PSICOLÓGICAS DE LA RECREACIÓN.

Entre las principales características socio - psicológicas de la recreación en todas sus formas, están las siguientes:

1.- Las personas realizan las actividades recreativas por sí mismas; libres de cualquier obligación o compulsión externa.

2.- Las actividades recreativas brindan a los participantes satisfacción inmediata.

3.- El elemento esencial de la recreación no está en los resultados, sino en el disfrute a través de la participación.

4.- La recreación es una forma de participación en la cual el hombre siente lo que hace y hace lo que siente como expresión de una necesidad satisfechas.

Al analizar los conceptos de Recreación es necesario tener presente otro concepto muy a tono vinculado que es Tiempo Libre, a continuación se expone.

1.4. Tiempo libre

El tiempo libre en si mismo se identifica como liberación " de las tareas monótonas que agotan y frustran a las personas en el trabajo diario. Su empleo busca la ruptura con la tabla de valores tradicionales, resulta una evasión.

La problemática del tiempo libre es realmente muy antigua, al describir una gran parábola teórica que parte de Aristóteles, ideólogo de la sociedad esclavista .y

llega hasta Carlos Marx, líder del proletariado revolucionario, se demuestra la gran importancia que esta categoría sociológica ha tenido en curso de la historia.

La estructura del tiempo libre depende del tiempo que la sociedad tiene estrictamente para sí, de acuerdo con el trabajo, posición y función que aporte cada individuo a la reproducción material y espiritual de la colectividad. Su utilización varia de acuerdo con el sexo, edad, estado civil, si se tiene hijos, si la población es urbana o rural, el nivel cultural y técnico de los trabajadores, la cuantía de sus ingresos personales, etc.

"Las actividades del tiempo libre deben convertirse en las herramientas que le permitan al recreador ayudar a entrar o ampliar sus procesos de recreación, en ellas tenemos tres niveles temporales asociados al mismo que son: Entre semanas (de lunes a viernes), fines de semanas (sábados y domingos) y el relacionado con las vacaciones (considerado el más amplio). Los cuales involucran diversas actividades, estas van desde lo lúdico hasta su participación social y que pretenden lograr una relación armónica con el individuo y con su entorno (el otro, el medio ambiente) y un desarrollo integral de la persona que ha sido protagonista de la recreación como sujeto y objeto".
(Clavijo, 54)

El tiempo libre puede considerarse en efecto una riqueza social cuando se emplea en intereses del desarrollo armónico del hombre, de su capacidad y, así mismo, para un aumento aún mayor del potencial material y espiritual de toda la sociedad.

Para Marx y Engels, el tiempo libre se destina a la introducción, al desarrollo intelectual, al cumplimiento de las obligaciones sociales y la comunicación camaraderil, al libre desempeño de las fuerzas, físicas e intelectuales, así como al disfrute de la recreación.

Rolando Zamora, en sus estudios sobre tiempo libre con la población cubana, expresa desde la perspectiva marxista: "(...)todo el tiempo libre activo es lo que llamamos recreación y constituye la parte más importante del individuo y la sociedad", añade que en definición de trabajo el tiempo libre es aquel que resta después de descontar el tiempo empleado en realizar el conjunto de actividades propias de un día natural de trabajo o estudio, actividades biofisiológicas, tareas domésticas, compromiso social y transportación, criterio este que ha sido muy útil para la comprensión del fenómeno recreativo".(Zamora, 1984: 8)

1.5. Recreación Física: Siguiendo las orientaciones de Dumazedier y Piel, podemos presentar una primera aproximación al concepto que nos ocupa, definiendo: las prácticas físicas del tiempo libre como aquellas actividades físicas a desarrollarse durante el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivo-competitivas...) sin importar cualquiera que sea el espacio donde se desarrollen, el número de participantes, el objetivo o la entidad organizadora.

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

equipamiento). El estudio de la sociedad es, por tanto, una fuente de información abstracta para realizar el análisis de las actividades físicas.

En efecto, para la práctica de actividades físico - recreativas, los individuos se identifican a menudo con un estrato social determinado; muchos autores denuncian el caso. En Piel hallamos la influencia de los estratos socio profesionales en las prácticas físico – recreativas.

Jesús Martínez del Castillo, acotará que tras las aproximaciones anteriormente expresadas nos hallamos en la medida de especificar con mayor claridad el concepto de actividad física del tiempo libre: “Son todas las actividades físicas que pueden desarrollarse en el tiempo libre con diversas finalidades (recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivas, competitivas...) sin importar el espacio en que se desarrollen, el número de participantes y el cuadro o nivel de organización”.

Entonces podemos expresa dentro de esta línea de acotamiento del concepto que Recreación Física “Es el conjunto actividades de contenido físico- deportivo, turístico o terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual”.





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

Objetivo y Principios:

La Recreación Física persigue en la sociedad como objetivo más general, lo siguiente:

La satisfacción de las necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado de esta influencia salud y alegría.

Atendiendo a este objetivo la Recreación Física se encauza por los siguientes principios:

-  Tiene lugar dentro del tiempo libre de las personas.
-  Es una forma de actividad libre, realizada voluntariamente de forma opcional, sin ninguna compulsión.
-  Debe cumplir una función educativa y auto educadora, a la vez que su práctica coadyuva al trabajo y a la vida social.
-  Debe estar al alcance de todos independientemente de la edad, sexo, talento y capacidad.

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

Por sus características de voluntariedad, de actividad que produce agrado y satisfacción, por ser básicamente una actividad grupal, es decir social; la Recreación Física se inscribe dentro de las actividades sociales y culturales de la sociedad, sin embargo quitarle importancia a esta característica socio-cultural, es un error pues juega un valioso papel en la salud de la población, y en el caso de nuestro país, tiene una gran eficacia en el desarrollo de una actividad preventiva en la salud del pueblo.

1.6. Recreación Física Para un Grupo Urbano o Comunitario.

Se entiende por grupo urbano o comunitario un determinado conjunto o espacio residencial en los que existe determinada organización territorial. En correspondencia con el desarrollo de las construcciones urbanas y de asentamientos poblacionales se hace imprescindible la organización de la Recreación Física en su seno como vía eficaz para la dinamización del uso del tiempo libre de esas poblaciones mediante la concepción de que no es necesario trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa.

En las comunidades la organización de los vecinos, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones de la realización de actividades, crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de vida de estos. La participación de los vecinos en las actividades recreativo- físicas crea y desarrolla:

- Buenas relaciones sociales.

- Sentido de pertenencia zonal (regionalismo)
- Atmósfera de sugerencia social por la zona (identificación)
- Preservación de la propiedad social
- Conciencia de participación por la comunidad.

¿Qué es un Grupo? Es la más común y familiar de las organizaciones sociales, y se le define como una cantidad de personas entre las cuales existe una comunicación frecuente y regular, cuyo número es lo bastante reducido como para que pueda existir entre todos sus componentes una relación de cara a cara. Esta relación frecuente y regular debe mantenerse durante cierto tiempo. Para ser evidente que un número de personas constituye un grupo, su comunicación debe estar respaldada por ciertas propiedades:

1.7. La Comunidad y el trabajo comunitario.

El concepto de comunidad está definido por varios autores los cuales aportan diferentes ideas, pero siempre respetando las características principales de la comunidad. Algunos la definen de forma simplista atendiendo solamente al área geográfica, su determinación histórica, social o étnica. Otros la consideran un grupo social vinculado a la fuerza interna que regula el desarrollo del mismo, a sus intereses, necesidades y potencialidades materiales y espirituales.

¿Qué se entiende por comunidad? Según el Grupo Ministerial para el Trabajo Comunitario (1995), la comunidad se conforma objetivamente y, a partir de ello, puede ser definida como:

“... el espacio físico ambiental geográficamente delimitado, donde tienen lugar una serie de interacciones socio – políticas y económicas que producen un conjunto de relaciones interpersonales sobre la base de las necesidades”.

Un enfoque más amplio sobre este conocimiento básico de la comunidad lo ofrece Ander Egg (1976), quien considera a la comunidad como “una unidad social cuyos miembros participan de algún rasgo, interés, elemento o función.

Según Arias Herrera (1995) en su libro *La comunidad y su estudio*, plantea que en la definición del término se conjugan elementos "estructurales" y "funcionales": el hecho de ser un grupo social lo bastante amplio como para contener la totalidad de las principales instituciones y la totalidad de los estatus e intereses componentes de una sociedad; el hecho de constituir un grupo de habitantes de una zona determinada, regida por una dirección política, económica y social que hacen vida común a través de sus relaciones; el hecho de constituir un grupo social de cualquier tamaño cuyos miembros residen en una localidad específica, comparten un gobierno y tienen una herencia cultural e histórica común.

De ahí que a la hora de definir y estudiar la comunidad, el autor plantee la necesidad de tener en cuenta cuatro elementos esenciales: el geográfico o territorial; el social; el sociológico; y el de dirección.

Una definición muy aceptada y actualizada de la comunidad la ofrece el Centro de Estudios Comunitarios de la Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas (UCLV), en Santa Clara, que ha venido trabajando una concepción de comunidad tomando parte de los elementos esenciales señalados por los

investigadores antes citados e incorpora otros ligados a la subjetividad comunitaria, estableciendo que “La Comunidad es un grupo social que comparte espacio donde la participación y cooperación de sus miembros posibilita la elección consciente de proyectos de transformación dirigidos a la solución gradual y progresiva de las contradicciones potencializadoras de su auto desarrollo”. (Alonso, 2004: 27-28)

1.8. El Trabajo Comunitario.

Al respecto, resulta esencial la definición de trabajo comunitario que realiza González Rodríguez (1998), al estimar que el trabajo comunitario es:

“... no solo trabajo para la comunidad, ni en la comunidad, ni siquiera con la comunidad; es un proceso de transformación desde la comunidad: soñado, planificado, conducido, ejecutado y evaluado por la propia comunidad.”

González Rodríguez (1998) plantea que el trabajo comunitario es el que tiene como objetivo central fortalecer la defensa de la Revolución en todas las formas en que ella se expresa, consolidando así el proyecto cubano de desarrollo socialista, mediante la cohesión de los esfuerzos de todos para lograr el mejor aprovechamiento de las potencialidades de la comunidad.

Para ello se dirige a:

-Organizar y movilizar a la comunidad propiciando su participación en la identificación, toma de decisiones, elaboración, ejecución de soluciones a problemas y respuestas a necesidades de la propia comunidad.

- Desarrollar las relaciones de colaboración, ayuda mutua entre sus miembros; entre distintas comunidades, entre la comunidad y la sociedad en general.
- Crear expectativas positivas objetivas de desarrollo social y personal para contribuir al bienestar y equilibrio emocional de las personas que viven en la comunidad.
- Propiciar la expresión e intercambio de ideas y opiniones entre los miembros de la comunidad.
- Reforzar el sentimiento de identidad cultural como vía de valoración y apropiación de lo universal, lo nacional y lo focal, frente a las tendencias globalizadoras.

1.9. Participación en el Trabajo Comunitario. La participación generalmente está reconocida como un proceso de comprometimiento que exige a los ciudadanos dar de sí y también recibir, con el propósito de cambiar las cosas y así mismos; es compartir, sentirse parte, trabajar en la solución de los problemas comunes en un clima de estrecha comunicación, respeto y ayuda mutua, significa un compromiso moral y emocional que alienta a trabajar en grupos, siguiendo metas grupales y repartiendo responsabilidades para lograrlas. La participación ofrece ventajas individuales y grupales, las fundamentales son:

- Aumenta la motivación y la satisfacción por el trabajo.
- Impulsa a aceptar responsabilidades en las actividades de la comunidad.

- Colectivismo laboral.
- Aumenta la creatividad de los miembros del colectivo al obligarlos a resolver sus problemas.
- Crea compromisos y sentido de pertenencia.
- Reduce los conflictos entre los miembros del grupo porque han llegado a la solución del problema a través de consenso
- Mejor adaptación al cambio, porque se evidencia como necesidad.
- Mejor comunicación grupal.

1.10. Formas de participación

Participación voluntaria: Cuando se da a partir de la motivación y los intereses de los propios participantes, los que definen su organización, establecen sus objetivos y métodos de trabajo.

Participación formal: Cuando las formas y los espacios para la participación están reglamentados, esta se produce de acuerdo con las normas formales establecidas.

Participación informal: Cuando se produce de forma espontánea, sin organización estable, formas, ni espacios reglamentados, en cuantas ocasiones y oportunidades sea posible.

Participación directa: Cuando la participación se produce sin mediación alguna.

Participación indirecta: Cuando se produce mediante delegados o representantes elegidos por las personas.

Participación impuesta: El individuo es obligado a formar parte de grupos y realizar ciertas actividades consideradas indispensables.

Como toda clasificación, esta también corre el riesgo de no ser exacta para todos los casos y ocasiones, pero aún así constituye un intento, además de una propuesta útil que nos sirve para definir desde qué posición realizamos la participación; estas formas pueden superponerse unas a otras e incluso presentarse varias de ellas en un solo caso.

En la actualidad la participación continúa siendo el eje primordial y controvertido de los debates comunitarios, tal es así que en el Primer Encuentro Nacional de Experiencias Comunitarias celebrado del 23 al 26 de noviembre de 1998 en La Habana, se plantearon un grupo de limitaciones significativas donde reflejan los problemas existentes del trabajo comunitario en cuanto a participar, principalmente en las actividades programadas por el INDER.

Sin embargo, en nuestras comunidades son pocos los proyectos referidos a la necesidad de obtener conocimientos que generen cultura, lo cual conlleva a una mejor comprensión de por qué participar, y de esta forma cumplir con las condiciones para producir la participación planteada por De la Riva, quien interpreta el fenómeno de la participación de la siguiente manera: trata de

que las personas se sientan motivadas y sepan cómo participar, cuenten con los mecanismos para poder hacerlo, ejecuten sus tareas orientadas hacia sus objetivos, a partir de esto, garantizar el conocimiento y la comunicación de los miembros del grupo, su funcionamiento, la solución de las tareas, la administración de sus recursos, el establecimiento de sus identidades, el mantenimiento de relaciones externas al grupo con su entorno, con las estructuras de la sociedad y con otras instituciones. Planteando las siguientes condiciones para producir la participación, (citado por González Rodríguez. (Motivación para querer participar. Formación para saber participar. Organización para poder participar).

La motivación para querer participar: significa que las personas quieran participar a partir de sus motivaciones, sus intereses, de la satisfacción socio-afectiva esta refuerza sus sentimientos de pertenencia al grupo y la percepción de la utilidad de la participación para satisfacer sus necesidades e intereses.

La formación para saber participar: está dada porque las personas tengan preparación, formación para saber participar, es decir, que cuenten con los conocimientos así como capacidades necesarias para ello, para la comunicación y la cohesión del grupo además organizar el funcionamiento de este en la participación.

La organización para poder participar: significa que las personas a quienes está dirigida la participación se organicen para poder hacerlo, pues en esa

organización es donde se establecen al interior del grupo las influencias, afloran los conflictos o las necesidades, por lo tanto hay que atender a su estructura de funcionamiento, al desarrollo de acciones eficientes y eficaces que faciliten poder participar.

¿Cuál es la problemática del trabajo comunitario en Cuba?

En el Proyecto de programa de trabajo comunitario integrado (1998), donde se establece la composición de diversos ministerios e instituciones del Estado cubano en torno a la problemática del trabajo comunitario, se hace una evaluación crítica de la situación existente en el país en torno a este asunto. Al respecto se señalan, entre otras cuestiones, las siguientes:

- Existencia de una cultura centralista – verticalista – consumista, manifestada en hacer estrictamente lo que se orienta, sin tener en cuenta las particularidades de cada lugar y los intereses específicos; lo cual limita la actividad.
- Dimensiones importantes como la actividad económica, los problemas ambientales y los habitacionales, son objeto de atención o son insuficientemente atendidos.
- Marco jurídico estrecho para el desarrollo de enfoques creadores del trabajo comunitario.
- Tendencia a una producción teórica sin práctica y a una práctica sin debido fundamento teórico.

- Diversidad de programas institucionales que actúan simultáneamente sin una articulación objetiva, por lo tanto trae superposición de acciones y una reducción de la efectividad.
- Deficiente preparación para el trabajo comunitario del personal encargado de ejecutar los programas en la base, sobre todo en lo referido a las técnicas participativas.

1.11. Principio del “Deporte Derecho del Pueblo”.

En la Constitución de la República de Cuba, proclamada el 24 de febrero de 1976 y que contiene las reformas aprobadas por la Asamblea Nacional del Poder Popular en el Período Ordinario de Sesiones de la III Legislatura, celebrada en junio de 1992, en varios de sus capítulos y artículos se aprecia cómo se convierte en Ley el funcionamiento de la Cultura Física en nuestro país, así lo refiere en su tesis Doctoral El Dr. C. Omar Gómez Anoceto.

Para garantizar que todos los ciudadanos tengan acceso a las instalaciones y medios para el disfrute de la cultura física y el deporte, se establece la igualdad de derechos y deberes ciudadanos en el capítulo VI, en su artículo 41 refleja: “todos los ciudadanos gozan de igualdad de derechos y están sujetos a igualdad de deberes”.

El artículo 43 plantea: El Estado consagra el derecho conquistado por la Revolución de que los ciudadanos, sin distinción de razas, color de la piel, sexo, creencia religiosa, origen nacional y cualquier otra lesiva a la dignidad

humana, disfruten de los mismos balnearios, playas, parques, círculos sociales y demás centros de cultura.

1.12. Caracterización de los jóvenes comprendidos en las edades de

16 a 19 años.

Todos sabemos que los límites entre los periodos evolutivos no son absolutos y están sujetos a variaciones de carácter individual, de manera que el profesor puede encontrar en un mismo grupo escolar, estudiantes exponentes de rasgos propios de la juventud, mientras otros mantienen todavía un comportamiento típico del adolescente. Muchos consideran el inicio de la juventud como el segundo nacimiento del hombre; entre otras cosas, ello se debe a que en esta época se alcanza la madurez relativa de ciertas formaciones y algunas características psicológicas de la personalidad.

Las características de los jóvenes deben ser tomadas en consideración por el profesor en todo momento. A veces olvidamos estas peculiaridades de los estudiantes de preuniversitario y tendemos a mostrarles todas las verdades científicas, exigirles el cumplimiento formal de patrones de conducta determinados; entonces los jóvenes pueden perder el interés y la confianza en los adultos, pues necesitan decidir por sí mismos.

Con respecto al desarrollo físico es necesario señalar que en la juventud el crecimiento longitudinal es más lento que en la adolescencia; aunque comúnmente entre los 16 y 19 años ya los jóvenes han alcanzado una estructura

muy próxima a la definitiva. En estas edades es muy característico el predominio de la tendencia a realizar apreciaciones sobre todas las cosas, apreciación la cual responde a un sistema y enfoque de tipo polémico, que los alumnos han ido conformando, así como la defensa pasional de todos sus puntos de vista.

Las convicciones y puntos de vista empiezan a determinar la conducta así como la actividad del joven en el medio social donde se desenvuelve, lo cual le permite ser menos dependiente de las circunstancias que lo rodean, ser capaz de enjuiciar críticamente las condiciones de vida que influyen sobre él y participar en la transformación activa de la sociedad en que vive.

La función de los educadores es exitosa sobre todo cuando poseen un profundo conocimiento de sus alumnos. En el caso específico de la comunicación óptima con los estudiantes, es fundamental el conocimiento acerca de sus preferencias comunicativas, de los temas que ocupan el centro de sus intereses y constituyen el objeto de las relaciones de los alumnos entre sí y con otras personas.

En investigaciones especialmente diseñadas para conocer las preferencias comunicativas de los jóvenes y encaminadas a profundizar en las regularidades psicológicas de los escolares cubanos, se puso de manifiesto que en la actualidad los temas de conversación más frecuentes entre los estudiantes de preuniversitarios están relacionados con el amor, el sexo, el tiempo libre, la recreación, los estudios y la proyección futura de estos.

Al igual que en la adolescencia el contacto refuerza su necesidad de autorreflexión de conocerse, valorarse y dirigir en cierta medida su propia personalidad. Es importante que en este análisis el joven alcance cierto grado de autoestimación de aceptación su personalidad al cual pueden contribuir los adultos, padres y profesores en sus relaciones con él y sobre todo en las valoraciones que hacen de él. El joven necesita ayuda, comprensión, pero también busca autonomía, decisión propia y debe permitírsele que lo haga. (Programa. – Orientaciones metodológicas. 2001, pág.2)

1.13. El Programa de Recreación Física para los Jóvenes:

Los jóvenes son el grupo etario al que va dirigido la mayor cantidad de Programas Recreativos, pues representan uno de los mayores grupos poblacionales, además se encuentran en una etapa de formación y evolución de la personalidad muy compleja, donde la recreación es un factor coadyuvante en este proceso sobre todo la etapa inicial juvenil, la adolescencia, etapa aproximada entre los 13 y 20 años. En esta etapa inicial comprendida entre el fin de la niñez y el comienzo de la edad juvenil adulta, el individuo ha dejado de ser niño, pero aún no es adulto, ello lo hace mover dentro de una ambigüedad en el fenómeno de madurez sexual y adaptación heterosexual, de la adopción de una filosofía de vida con la consecuente adaptación de una escala de valores, haciéndose sentir con fuerza la necesidad de lograr prestigio y auto - independencia.

1.14. Los planes recreativos. Su planificación y programación.

La planificación de la recreación es un elemento indispensable en el proceso de la dirección científica de la sociedad socialista. Es y debe ser un punto de

partida además la base de una estrategia de desarrollo de las actividades físico – deportivas en las condiciones actuales. Pero para que la planificación de la recreación pueda desempeñar verdaderamente un papel de información, conocimiento y prognosis en la dirección de la sociedad, es imprescindible que organice y dirija su actividad científica sobre la base de una estrategia integral. La planificación no es nunca espontánea, pues se construye como un proceso de obtención de información y conocimientos sobre la realidad social que está sujeto, se regula por ellos y formula un sistema de procedimientos y principios conceptuales los cuales, creativamente utilizados, deben viabilizar el logro de los objetivos propuestos.

En general, la actividad de planificación, es un proceso conscientemente diseñado y sometido a un conjunto de autorregulaciones que tienen su base en los fines de la actividad; por una parte, los fines se vinculan indisolublemente a las tareas de la dirección de la sociedad, por otra, su dinámica interna se regula por un sistema de reglas de tipo especial y por una interrelación permanente entre la teoría y la práctica -- es decir el conocimiento acumulado – y la práctica de producción de nuevos conocimientos.

La finalidad de la planificación es la formulación de una estrategia, un paso cualitativamente superior en el desarrollo. Los fines de las planificaciones específicas – como la de las actividades físico – recreativas están determinadas por necesidades sociales particulares, satisfaciendo la creciente demanda de un enfoque global en la planificación a mediano y largo plazo.

El Departamento de Recreación del Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo” ha mantenido durante varias décadas un sistemático trabajo de fundamentación teórica, actualización metodológica y validación práctica de una metodología para la planificación de la recreación que se ha enriquecido con lo mejor del conocimiento científico contemporáneo, en especial, es fuerte el aporte de dos prominentes profesionales latinoamericanos: el Prof. argentino Esequiel Ader Eng (1, 42) y el mexicano José Luis Cervantes así como la práctica social continuada denominado, Programación Recreativa , la cual se continúa distinguiendo por ser no solo una concepción general de trabajo, sino una estrategia de intervención en el tiempo libre.

En nuestro país el desarrollo actual consecuente al desarrollo social ha impulsado el desarrollo de esta metodología, para lo cual no ha dejado de tenerse en cuenta:

- La política nacional de desarrollo.
- Los organismos implicados en el fenómeno de la recreación.
- La realidad objetiva de cada lugar.

1. 15. La Programación Recreativa. Metodología de trabajo.

Al realizar una programación recreativa , es necesario tener en cuenta los objetivos propuestos a alcanzar en los sectores poblacionales hacia quienes vamos a dirigir este servicio, toda vez, que a partir de los mismos, fijaremos las tareas las cuales nos permitirán lograr nuestra finalidad de una forma efectiva,

a través de diferentes métodos y procedimientos para desarrollar las actividades. Nuestra aspiración será motivar a los jóvenes de 16 a 19 años en la práctica sistemática de actividades físico – recreativas en la comunidad favorecida por la salud, el bienestar físico y mental de los individuos en el tiempo libre.

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

El empleo del tiempo libre por parte de la población está determinado por una serie de factores que incluyen desde la oferta recreativo cultural como tal, tomando en consideración su calidad, efectividad, posibilidades de participación, etc., hasta los hábitos de vida, consumo, intereses y forma de concebir sus ratos de esparcimiento. El hombre establece una relación activa con el medio que lo rodea y recibe sus influencias de forma individual, o sea, interpreta la realidad objetiva de forma subjetiva. A esto no escapa la percepción de la categoría tiempo libre, la cual se torna el individuo en una condición interna, subjetiva. Por tanto, el uso y el contenido del mismo, sin pasar por alto los conocimientos sociales que imponen sus normas y regulaciones necesarias, individuales, aunque estos sean formados en el proceso de interacción activa del hombre con la realidad. Estos intereses y necesidades pueden ser muy variados o a lo inverso, no poseer un contenido lo

suficientemente rico, pues precisamente esto no se logra de forma automática, sino a través de un proceso educativo. La tarea de educar la utilización del tiempo libre, que los individuos aprecien la importancia del mismo para su desarrollo, luchar por su mejor utilización, no son problemas simples.

Se ha comprobado que no siempre una mayor disponibilidad de tiempo libre lleva aparejado un mejor empleo, esto significa que no basta lograr un aumento de dicho tiempo, incluso no es suficiente propiciar un sistema de ofertas rico en contenidos y variedad, garantizando las condiciones objetivas, sino también tenemos que operar con las condiciones subjetivas, despertar en los individuos necesidades e intereses hacia esas ofertas y formar una actitud favorable hacia ellos (motivación). Debemos lograr en los individuos motivos para organizar y emplear el tiempo libre en todas sus funciones: mediante actividades físico- recreativas.

Si tenemos en cuenta que las actividades de tiempo libre se encuentran en una situación de competencia con la otras posibilidades de ocupación del tiempo libre y para un gran círculo de ciudadanos estas actividades son solo una parte integrante de la organización integral del tiempo libre ya que las actividades físico - recreativas, no tienen una finalidad primordial y única, sino están incluidas en la satisfacción de múltiples necesidades sociales y culturales, ellas resaltan la importancia de crear proyectos recreativos con una sólida planificación que se inserten en los diferentes ámbitos sociales.

1.16. Etapas de la Programación Recreativa.

1- Etapa de Diagnóstico. El Diagnóstico, es una forma de investigación en la cual se describen y explican los problemas, con el fin de comprenderlos. Este está basado en el principio de “comprender para resolver”. El mismo es un proceso que va de los fenómenos a la esencia. Se parte de hechos concretos en la realidad, paulatinamente se van relacionando con las situaciones más generales y las estructuras de la sociedad. Esto irá recorriendo un proceso ordenado de investigación desde los fenómenos quizás aislados hasta la esencia misma de las cosas. El diagnóstico se apoya en la teoría: Durante este proceso juegan un papel importante los conocimientos teóricos sobre la realidad. La teoría, expresada en libros y documentos, nos da elementos para analizar e interpretar las informaciones y para ayudar a comprender el porqué de los problemas y cómo ellos se ubican dentro de un contexto más amplio. Sin embargo, la teoría no es una verdad inamovible. Siempre será necesario en el diagnóstico comprobar si los aportes teóricos son válidos o no, para explicar la situación específica.

2. Determinación de objetivos y metas. Los objetivos de un plan pueden definirse como los enunciados de los resultados esperados o como los propósitos deseados dentro de un período determinado a través de la realización de determinadas acciones articuladas (1, 36). A menos que los objetivos de un plan o proyecto estén muy claramente definidos. El plan es un conjunto de actividades coherentemente estructuradas entre sí dedicadas al logro de determinados propósitos. Realizar acciones y

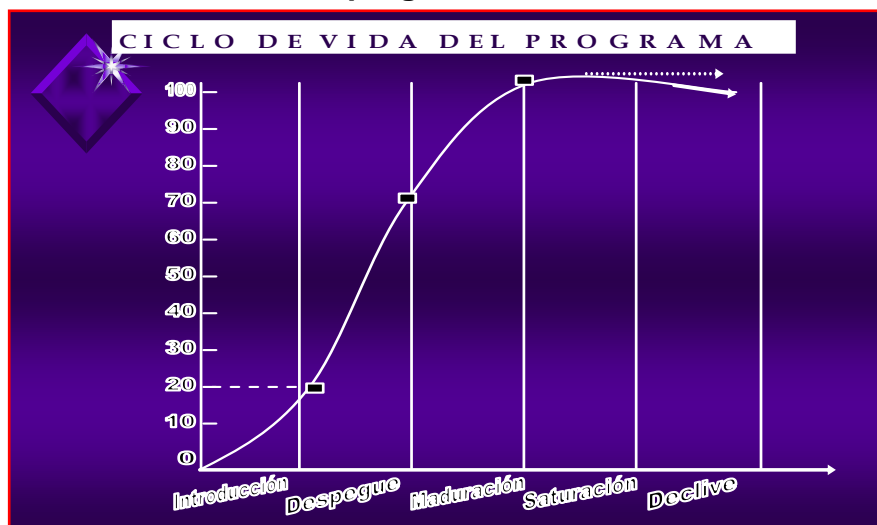
actividades sin objetivos, es andar a la deriva y para eso no hace falta la planificación.

Por esta razón definir y enunciar claramente los objetivos así como las metas, es la condición esencial y básica para la elaboración de planes y proyectos.

3. Diseño del Plan. Al tener fijados los objetivos de la programación, se procede con los datos que se poseen a seleccionar las actividades recreativas ofertadas, deben constituir una amplia gama definidas por la necesidad de intereses los cuales representan la variedad de factores de la actividad del hombre cuya calidad de las actividades a ofrecer se mide socialmente en su relación con el nivel de desarrollo que en la sociedad concreta presentan las actividades recreativas.

Es muy importante tener en cuenta que en los primeros tiempos de la adolescencia hasta los 17 años aproximadamente, el joven presente un marcado interés - en lo motor - por actividades prestadas al auto-examen, a la superación y a la competencia, así como se produce un afianzamiento de las posibilidades de participación en equipos deportivos.

1.17. Ciclo de vida de un programa:



Todo programa es sometido a un ciclo de vida cuyo programador o promotor debe identificar perfectamente bien, y se describe a continuación:

Introducción. En un principio todo programa de recreación tendrá poco éxito. Es difícil saber cuánto dura esta etapa, sin embargo, se debe saber que las personas van llegando y conociendo poco a poco el programa. Un error es desesperarse y cancelar el programa. La promoción en esta etapa juega un papel sumamente importante. Se debe lanzar información continua sobre el programa de recreación, a la población, inquietarla, provocar o despertar su curiosidad. Toda información debe ser breve, pero precisa.

Despegue: Aquí es donde empieza a tomar fuerza, la población ya no se fijará en la promoción, sino que empezarán a comunicárselo a los demás, de boca en boca. La existencia del programa de recreación, la habilidad del grupo de trabajo en esta fase es saber ofrecer actividades atractivas y novedosas.

Maduración: En esta parte, el programa continúa ingresando participantes, pero la escala de crecimiento disminuye. El grupo de programadores, animadores, líderes o activistas debe centrar su atención en hacer del programa un elemento altamente competitivo, es decir, que deberá mantener a sus participantes, por la calidad, cantidad y atractivo de las actividades. Un fenómeno a suceder aquí es que los participantes pueden empezar a perder interés en lo ocurrido y ofrecido en el programa, por lo cual conviene proporcionar opciones novedosas.

Saturación: No hay nuevos participantes, algunas estrategias que pueden emplearse son: cambio de personal, de los horarios, de las actividades, diversificación de los servicios, etc.

Declive: Hay una baja en la cantidad de participantes, llega a ser un momento crítico, pueden pasar tres cosas:

- El programa de recreación puede terminarse.
- Haber conformismo en el grupo de trabajo por los logros alcanzados y mantener la situación más o menos estable.
- Instrumentar nuevas ideas y reiniciar el ciclo.

CAPITULO II

METODOLOGÍA EMPLEADA:

2.1-MÉTODOS DEL NIVEL TEÓRICO:

Los métodos del nivel teórico tienen una gran importancia en el proceso de asimilación, profundidad y amplitud con las que el investigador se enfrenta al proceso.

Analítico-sintético: Este método se basa en los procesos cognoscitivos y permite la descomposición de fenómenos o procesos estudiados en los principales elementos que lo conforman para determinar sus particularidades, simultáneamente mediante la síntesis se integran, permitiendo descubrir relaciones y características generales.

Este método está presente en toda la investigación, primeramente al hacer un análisis por separado de toda la información, posteriormente proceder a una integración la cual permite establecer regularidades y el proceso de los resultados. Además se aprecian en la revisión del material especializado que aborda la problemática y objeto de estudio.

Inductivo- deductivo: La inducción es una forma de razonamiento por este medio se pasa del conocimiento de casos particulares a un conocimiento más general quien refleja lo que hay de común en los fenómenos individuales. (Pérez Rodríguez y Nocedo León, 1983,)

En la investigación se hace necesario el análisis del fenómeno de la pobre participación, desmotivación de los jóvenes de 16 a los 19 años hacia la práctica de actividades físico-recreativas desde lo general a lo particular y viceversa, de

esta manera se pueden determinar las regularidades en el objeto que se estudia, lo cual permite llegar a importantes conclusiones en el transcurso de la investigación.

MÉTODOS Y/O DEL NIVEL EMPÍRICO:

Los métodos y/o técnicas del nivel empírico están vinculados a los momentos en que se produce una interacción directa del investigador con la realidad, en este caso lo relacionado con la pobre participación, desmotivación de los jóvenes de 16 a los 19 años en la práctica de actividades físico-recreativas, de modo que el reflejo obtenido mediante el análisis cualitativo y cuantitativo de los resultados abarque las propiedades externas e internas del objeto de estudio determinado y se obtenga la información necesaria para el procesamiento de los datos.

Análisis de documentos: En el Manual Metodológico del programa Nacional de Recreación Física, constituye una vía para el trabajo metodológico para los profesionales de la cultura física, en particular los profesores de recreación, donde se explican los principales conceptos y líneas de acción de la recreación física, constituye un documento de consulta de apoyo al trabajo práctico, en él explican las disciplinas que conforman el programa de recreación física y cómo desarrollar las actividades en la comunidad, tienen dentro de sus objetivos contribuir a la calidad de vida de la población cubana en su diversidad de grupos étnicos, de género y ocupacionales, brindando opciones recreativas adecuadas para llenar el tiempo libre de forma sana. El Convenio Individual del Consejo Popular Chambery, facilitador del conocimiento de lo que está establecido, normado, reglamentado y planificado sobre las actividades de la recreación física

.A sí como el libro de Recreación: Fundamentos Teóricos Metodológicos. (Aldo Pérez Sánchez) 2003.

Observación: Es un método empírico esencial en la investigación científica. Permite conocer la realidad mediante la percepción directa de los objetos y fenómenos en sus condiciones naturales, a partir de objetivos previamente establecidos y utilizando métodos científicos.

El empleo de este método hizo posible el conocimiento de las condiciones socio-psicológicas que inciden en la pobre participación, desmotivación de los jóvenes de 16 a 19 años por la práctica de actividades físico-recreativas, en las acciones desarrolladas en la Circunscripción.

Encuesta escrita: Se aplicó a la muestra seleccionada una encuesta estructurada, combinando preguntas abiertas, cerradas y de filtro. También se incluyeron preguntas de contenido sobre las condiciones objetivas para la práctica de las actividades físico –recreativas. El propósito de la aplicación de este método fue conocer los gustos y preferencias de los jóvenes de 16 a 19 años en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery de manera que expresen con espontaneidad y franqueza sus ideas relacionadas con las actividades recreativas que son de su agrado. (Anexo2).

Entrevista: A los profesionales de la Cultura Física, Salud y factores de la comunidad Se aplicó un cuestionario con el propósito de conocer las principales actividades que se realizan en el consejo popular dirigida a los jóvenes y las sugerencias propuestas para ser incluidas como parte de la proposición de

actividades. Además para constatar el conocimiento que tienen acerca de la importancia de la práctica de actividades físico-recreativas en estos.

MÉTODOS DEL NIVEL ESTADÍSTICO Y/O MATEMÁTICOS:

Los métodos del nivel estadístico y/o matemáticos permiten realizar el adecuado procesamiento de los datos y su ilustración mediante la estadística descriptiva.

Tablas de frecuencia: Se utilizó para representar de forma reducida los indicadores medidos en la muestra que responden a las actividades físico-recreativas. Aparecen las frecuencias y el por ciento representado del total de personas encuestadas en cada una de las preguntas del cuestionario realizado. Se incluye dentro de este aspecto el instrumento para medir participación. (Anexo No.4)

2.2-Characterización de La Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara

La misma limita al norte con la calle Barcelona, Consejo Popular Hospital, al sur con la calle 1era del Oeste, Consejo Popular Chambery, al este con la calle Alemán, Consejo Popular Chambery y al oeste con el río Bélico, Consejo Popular Condado Sur. La cual tiene una extensión de 300 metros de largo por 400 metros de ancho, presenta 1725 habitantes, de ellos 1353 son mayores de 15 años. De estos 372 están comprendidos entre las edades de 16 a 19 años.

Para nuestra investigación tomamos de la población de 372 jóvenes una muestra de 124 que representa el 33.3 %. 60 hembras y 64 varones. Dicha muestra se seleccionó de forma intencional, abarcando bastante similitud en el sexo y se

escogió aproximadamente para su representatividad 1 de cada 3 sujetos investigados. De forma general manifiestan tener pobre desmotivación y participación en actividades relacionadas con el deporte y la recreación

POBLACIÓN	MUESTRA	%	HEMBRAS	VARONES
372	124	33.3	60	64

Se utilizó una **segunda población** integrada por 10 profesionales de la Salud y la Cultura Física, esferas comprometidas con el desarrollo de esta problemática: 2 Médicos de la Familia, 2 Enfermeras, 1 Director de Combinado Deportivo, 1 Técnico de Recreación, 1 Promotor Cultural y 3 Técnicos de Cultura Física y el Deporte.

Además intervino una **tercera población** en la investigación formada por 10 miembros de los diferentes factores de la comunidad: 1- Delegado, 2- Presidentas de Bloque de la FMC, 6 – Presidentes de los CDR y 1 – Presidente de Asociación de Base de Combatientes.

Infraestructura de la Circunscripción 127, Consejo Popular Chambery.

Entre los centros más relevantes de su infraestructura se encuentran los siguientes:

- La Secundaria Básica “Antonio Aúcar Jiménez”
- 3 Bodegas, “La Ronda”, “Topes de Collantes” y el” Crucero”.
- 1 Carnicería “La Purísima”.

- 1 Punto de Venta “La Piña”.
- 1 Organopónico ”El Alimentario”.
- 1 Centro Gastronómico “Cuatro de Abril”.
- 2 Consultorios de la Familia 32.2 y 32.3.
- 1 Parque Infantil “Chichí Padrón”.

La circunscripción no presenta instalaciones, ni terrenos deportivos, sin embargo existen suficientes áreas y espacios disponibles para la realización de actividades físico - recreativas, destacándose las de la Secundaria Básica Antonio Aúcar Jiménez.

2.3-Diagnóstico Inicial:

Análisis de los resultados de la revisión de documentos.

- El Manuel Metodológico del programa Nacional de Recreación Física, constituye una vía para el trabajo metodológico de los profesionales de la cultura física, en particular los profesores de recreación, donde se explican los principales conceptos y líneas de acción de la recreación física, constituye un documento de consulta para apoyar el trabajo práctico, en él exponen las disciplinas que conforman el programa de recreación física y cómo desarrollar las actividades en la comunidad, tienen dentro de sus objetivos contribuir a la calidad de vida de la población cubana en su diversidad de grupos etéreos, de género y ocupacionales, brindando opciones recreativas adecuadas con qué llenar el tiempo libre de forma sana, aunque se evidenció que en la comunidad objeto de estudio no se cumple lo establecido.

- Programa de Actividades físico – recreativas en jóvenes de 16 a 19 años

En este documento se esclarece que las actividades físico – recreativas en jóvenes de 16 a 19 años requieren de un tratamiento relativo a las particularidades, necesidades y preferencias de los jóvenes con una base científico metodológica que coadyuve a la solución de los problemas presentados para su implementación y desarrollo unido a la labor investigativa en aquellos aspectos de la problemática de este campo social. Es importante resaltar cómo las actividades planificadas no cumplen con el objeto de estudio de esta investigación.

- Además se consultó variada bibliografía que sirvió de base para conformar el marco teórico abordado en dicha investigación, la cual asume temáticas muy estrechamente relacionadas con la tratada en este caso.

Análisis de los resultados de la Observación: (Anexo I).

Regularidades Observadas: El nivel de conocimiento no es el adecuado, faltan elementos esenciales con relación a la preparación de los profesionales de la Recreación, los mismos tienen el diseño ya elaborado y su posible desarrollo, pero se observa que no está dirigido a las actividades con los jóvenes, además, este presenta limitaciones en la diversidad de las ofertas recreativas para motivar a los mismos en las actividades que más les interesan, Se observó también limitaciones en el desempeño de dichos profesionales sobre la conducción y animación de los diferentes juegos recreativos y otras acciones. Con respecto a la calidad de las actividades desarrolladas podemos decir que se evalúan deficientes, muy malas, no correspondiéndose con los gustos y preferencias de los participantes.

Al analizar la frecuencia con que participan los jóvenes en las actividades se corroboró que lo hacen de forma esporádica, casual, sin mucha motivación, fundamentalmente los fines de semana, cuando se desarrolla alguna actividad central programada por el Combinado Deportivo, este atiende la Circunscripción. Además se observó que dichas actividades no son de su agrado, interés, ni de su preferencia, por lo cual las evaluamos deficientes, teniendo en cuenta que es un aspecto fundamental para poder lograr participación en las actividades físico - recreativas.

Se observó que la disponibilidad de terrenos e instalaciones disponibles, así como los medios y recursos necesarios para el desarrollo de las actividades no es un factor determinante para el desarrollo adecuado de las mismas.

Por último se observó la insatisfacción de los jóvenes al concluir el desarrollo de las pocas actividades desarrolladas en la Comunidad, aspecto muy importante a tener en cuenta en estas edades por la contribución y el aporte que tienen las mismas en el desarrollo físico y espiritual de la personalidad.

Análisis de los resultados de las encuestas aplicadas a los jóvenes

(Anexo No. 2).

Al analizar la pregunta 1 con relación al conocimiento sobre las actividades físico – recreativas desarrolladas en la comunidad, 110 investigados, que representan el 88.7 % manifiestan desconocimiento de las mismas, el resto, o sea 14 de ellos para un 11.29 % afirman conocer el desarrollo de actividades físico – recreativas en la Comunidad. Sobre la calidad de las actividades desarrolladas, los 14 para el 100%

de los sujetos afirman conocer el desarrollo de las mismas y las evalúan de mal.

La segunda interrogante sobre la frecuencia con que se realizan dichas actividades, la inmensa mayoría, 120 sujetos para un 96.7% respondieron que lo hacían de forma esporádica, solo 4 de ellos para el 3.2% contestaron que practican una vez por semana. Aspecto a tener en cuenta cuando se programen, planifiquen y desarrollen actividades físico - recreativas en la comunidad por parte de los responsabilizados con tan importante tarea, muy en correspondencia con los gustos, preferencias e intereses de los participantes.

La pregunta tres sobre las actividades más gustadas a practicar en su tiempo libre contestaron por orden de preferencia las siguientes:

1. Torneo de fútbol.
2. Festivales deportivos de recreación.
3. Paseos y excursiones.
4. Torneos de dominó.
5. Competencias de bailes.
6. Planes de la calle.
7. Juegos pre deportivos (voleibol, baloncesto)
8. Juegos pasivos (cartas, damas, ajedrez)
9. Competencias de objetos volantes (papalotes).

10. Juegos tradicionales (trompo, bolas, etc.).

Dándole respuesta a la cuarta pregunta sobre la existencia de terrenos, instalaciones, recursos y medios disponibles para el desarrollo de las actividades físico - recreativas, de los 124 jóvenes, la mitad, 62 o sea el 50% respondieron que sí existían los terrenos, pero no los medios y recursos disponibles, 62 restantes, los cuales representan, el otro 50% respondieron que no tenían conocimientos algunos de estos, siendo esencial para lograr el éxito de la investigación que el 100% de los sujetos tengan conocimiento de la existencia de tan determinantes aspectos, para un mejor trabajo a desarrollar en la comunidad.

Al examinar las respuestas dadas a la quinta pregunta sobre el grado de satisfacción de sus necesidades e intereses es interesante como 25 encuestados que representa el 20 % respondieron positivamente y 99 para un 80% respondieron no, aspecto este de vital importancia a tener en cuenta cuando se programen las actividades físico – recreativas en correspondencia con los gustos y preferencias de los sujetos en cuestión, máxime si tenemos en cuenta que la satisfacción de los participantes es el cumplimiento del objetivo central al aplicar programas de actividades a cualquier nivel.

Análisis de los resultados de la Entrevista: (Anexo 3).

Es importante analizar cada una de las respuestas dadas por los profesionales del INDER, la salud y los diferentes sectores de la comunidad, ya que sobre la base de sus respuestas, debemos actuar en aras de cambiar la problemática objeto de estudio.

En la primera pregunta sobre los conocimientos que se tienen de las actividades físico recreativas plantean que son escasos, solo se desarrollan las actividades planificadas en fechas conmemorativas, resaltándose la pobre participación de los jóvenes como aspecto distintivo en el desarrollo de las mismas.

Las respuestas dadas a la pregunta dos con relación a la frecuencia en que los jóvenes realizaban las actividades físico - recreativas en la comunidad es importante destacar cómo de forma generalizada manifiestan su realización de forma esporádica o una vez a la semana, correspondiéndose con los fines de semanas.

En la pregunta tres sobre qué actividades físico – recreativas consideran se deban realizar con los jóvenes en la comunidad sugieren: Los deportes populares, festivales deportivos recreativos, recreación turística, las competencias de baile, juegos de mesa, excursiones, planes de la calle, entre otros.

Las respuestas dadas a la cuarta interrogante en la cual se les consulta si existen los medios, recursos e instalaciones y terrenos deportivos necesarias para el desarrollo de las actividades físico – recreativas en la comunidad, los mismos respondieron unánimemente, que si existen pero proponen explotar más los terrenos e instalaciones con los que cuenta la comunidad, trabajar más unido con el INDER, así como la mejora y aumento de los implementos deportivos, aprovechando las iniciativas, inventivas, recursos y materiales de desecho existentes en la comunidad

La interrogante cinco sobre si el trabajo realizado tiene alguna influencia en el desarrollo físico y espiritual de los jóvenes en estudio, es de notar cómo de forma masiva coinciden en plantear, que mediante este se logra: unidad, disciplina, consolidar valores como el colectivismo, solidaridad, honestidad, etc, a la vez que ayudan al desarrollo físico, síquico, mental y espiritual de los jóvenes, lográndose un desarrollo multifacético de sus personalidades.

Generalidades de los resultados del diagnóstico inicial:

De forma generalizada, la aplicación de los instrumentos indica grandes insatisfacciones en la población estudiada, agrupándolas en niveles bajos de interés y desmotivación por la práctica sistemática de las actividades físico – recreativas, es por ello que se hace necesario realizar esta investigación, demostrándose la necesidad de la realización de actividades que les aporten no solo bienestar , sino también satisfacción personal, según sus intereses, gustos y preferencias, confianza y ser capaces de sentirse parte de la sociedad. Estas deben propiciar la participación de los mismos, buscando mejorar la asistencia y la incorporación de los demás miembros de la comunidad. .

Podemos plantear como conclusiones del diagnóstico inicial que:

1. El nivel de conocimiento no es el adecuado, faltan elementos esenciales con relación a la preparación del profesional de la cultura física que labora en la comunidad.
2. No existe diversidad de ofertas recreativas para motivar la participación de los jóvenes en las actividades físico – recreativas.

3. La frecuencia de participación en las actividades físico - recreativas no es la deseada.
4. Se corroboró que las actividades realizadas no son las más gustadas ni preferidas por los jóvenes.
5. Existen terrenos e instalaciones disponibles, no así los medios y recursos necesarios para el desarrollo de las actividades.
6. Existen limitaciones en el desempeño de los profesionales en la conducción y animación de los diferentes juegos recreativos y otras actividades.
7. Existe alto grado de insatisfacción en los jóvenes al desarrollar las actividades físico –recreativas en la comunidad.

CAPITULO III. FUNDAMENTACIÓN. DISEÑO DE ACTIVIDADES.

3.1-Fundamentación de la Propuesta. El plan de actividades diseñado se fundamentó de acuerdo con los siguientes elementos:

El interés del Estado cubano por el desarrollo del trabajo comunitario, a partir de la fortaleza y el trabajo integrado de las organizaciones políticas y de masas así como la puesta en práctica de múltiples iniciativas para insertar a los jóvenes a la vida cultural de la comunidad.

El auto desarrollo comunitario estimula la voluntad de participar, en la solución e impulso de la recreación, desde el interés de la comunidad, en particular el de los jóvenes de 16 a 19 años, otorgándoles posibilidades para realizar actividades de recreación que contribuyan a la mejor utilización del tiempo libre, en actividades sanas, cultas y útiles.

La necesidad de los Jóvenes de satisfacer sus intereses recreativos, exigiendo el incremento y diversidad de las actividades de la recreación física, de la cultura artística y literaria según sus gustos, preferencias, además de la creación de otros espacios e instalaciones para la realización de actividades deportivas y recreativas.

La necesidad social y biológica de los jóvenes para estimular la creación y formación de modos de actuación relacionados con la actividad física a lo largo de toda su vida, que contribuyan a mejorar las relaciones interpersonales de los jóvenes de la comunidad.

La necesidad de la juventud de participar en las actividades Físico-Recreativas, a partir de satisfacer sus intereses, lograr el reconocimiento y propiciar su autorrealización, al sentir motivaciones encaminadas a crear, prepararse y organizarse para la participación.

Aporte de significación práctica: La propuesta de acciones físico recreativas para los jóvenes de 16 a 19 años en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery tiene como elemento esencial la realización de actividades de forma amena, agradable, instructiva-educativa, en contacto con el medio natural; que trasciende lo tradicional, teniendo en cuenta los motivos recreacionales de los jóvenes, así como, sus intereses, gustos y preferencias; con énfasis en el redimensionamiento de la motivación para elevar el nivel de pertinencia del proceso, en aras del logro de un mayor nivel de conocimientos valiosísimos en los jóvenes, al involucrarlos en actividades dentro de su propia comunidad.

Novedad Científica: Desde esta perspectiva sería interesante para futuras investigaciones analizar la trascendencia hacia la recreación de los jóvenes en las comunidades lo cual, debe ser un tránsito paulatino hacia nuevas concepciones de la recreación, no solo como fenómeno que lleve implícita a la actividad física, única forma para alcanzar los objetivos previstos sino como un proceso complejo, armónico, recuperativo, medio ambientalista, educativo, sistemático fundamentado en los enfoques teóricos los cuales explican los fenómenos que acontecen en los contextos actuales, estos son: la teoría de la complejidad, la teoría de la diversidad, la teoría del desarrollo sostenible, el enfoque ecológico de la Educación contemporánea, entre otros.

3.2-Propuesta de Actividades Físicas Recreativas.

Actividades	Responsables	Frecuencia	Medios	Impacto
1-Torneo de fútbol.	Promotor de recreación y deporte.	Quincenal.	Pelota, porterías o marcadores.	Crecimiento de la motivación. Hacen equipo. Se recrean.
2-Festivales deportivos.	Promotor de recreación y deporte.	Mensual.	Pelotas, suizas, zancos, sacos, banderas, otros.	Consolidar la unidad, la motivación, se divierten.
3-Competencias de bailes.	Promotor de recreación y cultura.	Trimestral.	Música.	Competitividad, unidad, bienestar.
4-Paseos y excursiones.	Promotor de recreación.	Trimestral.	Los necesarios del equipo personal del excursionista.	Desarrollo espiritual, cultural.
5- Torneo de dominó.	Promotor de recreación y miembros de la comunidad.	Los fines de semana.	Mesas, dominó, lápiz y papel.	Destreza, agilidad, alegría.
6- Plan de la calle.	Promotor de recreación y deporte con los miembros de la comunidad.	Trimestral.	Cuerdas, pelotas, sacos, música, banderas, otros.	Unidad, motivación, competitividad alegría, bienestar.
7-Juegos pasivos	Promotor de recreación.	Fines de semana.	Cartas, damas, ajedrez, dados.	Destreza, motivación, bienestar.
8-Juegos pre deportivos (Voleibol/Baloncesto).	Promotor de deporte.	Mensual.	Cuerdas, pelotas, aros.	Unidad, competitividad responsabilidad, bienestar.
9-Juegos tradicionales).	Promotor de recreación.	Fines de semana.	Trompo, pita, bolas,	Rescate de cultura, bienestar, motivación.
10-Competencias de objetos volantes.	Promotor de recreación.	Trimestral.	Papalotes, chiringas, cometas.	Diversión, bienestar, motivación.

Validación de las actividades físicas – recreativas diseñadas.

Diagnóstico Final

Resultados de la Guía de encuesta final para valorar la efectividad de las Actividades: (Anexo No 2).

Teniendo en cuenta las respuestas dadas a la pregunta 1 sobre las actividades físicas recreativas desarrolladas en la comunidad, 120 encuestados para un 96.7% respondieron afirmativamente, conocen las actividades calificándolas de excelentes, muy motivadas, organizadas acorde a sus gustos y preferencias, los 4 restantes que representan el 3.3% responden que sí las conocen, pero plantean que la calidad de las mismas es regular, por no corresponderse con sus funciones en la sociedad, al no ajustarse a los mismos, por estar trabajando en el caso de uno de ellos y los dos restantes estar desarrollando tareas relacionadas con los estudios, las cuales les ocupan mucho tiempo.

Al analizar las respuestas a la pregunta 2 referente a la frecuencia con la que practican las actividades físico – recreativas, sorprendentemente los 124 que representan el 100% alegaron que las realizan tres veces por semanas, sobre todo los fines de semanas en el horario de las tardes, participando de forma activa en las actividades realizadas en la comunidad, aspecto observado, además por la forma y disposición con que enfrentan las actividades.

En la pregunta 3 en la cual se les consulta sobre las actividades que prefieren realizar en su tiempo libre, es interesante cómo la inmensa mayoría, 106 de ellos para un 85.4% aproximadamente coinciden con el orden de las actividades

programadas en la investigación, lo cual refleja que se trabajó sobre la base de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de los sujetos estudiados. Solo los restantes 18 investigados, que ascienden aproximadamente al 14.5% difieren de este orden aunque relacionan las mismas actividades.

La interrogante número 4 sobre la existencia de medios y terrenos para el desarrollo de las actividades físico – recreativas en su comunidad, los 124 para un 100%, reconocen su existencia, además, fueron protagonistas del mantenimiento y realización de medios utilizados en dichas actividades, con sus iniciativas e inventivas aprovechando recursos desechables y dirigidos por los técnicos y responsables de desarrollar estas actividades en la comunidad.

En la pregunta 5 sobre si las actividades físico – recreativas ayudaron a la satisfacción de sus necesidades el 100%, es decir los 124 respondieron afirmativamente, pues consideran que su participación los ayudó en su realización personal, que les aumentó la comunicación con el resto de los jóvenes, los conocimientos sobre la recreación física y la cultura en general, sobre el uso y conservación del medio natural por un desarrollo sostenible, en resumen, mejoraron su salud además se sienten más motivados ante la vida.

3.3-Resultados de la Guía de entrevista final para valorar la efectividad de las actividades: (Anexo No. 3).

Las respuestas a la pregunta 1 sobre el conocimiento y la calidad por parte de los jóvenes de las actividades físicas - recreativas desarrolladas en la comunidad, respondieron uniformemente que los jóvenes tienen el conocimiento de las

actividades, de su desarrollo y sistematicidad, lo cual al comienzo de la investigación no existía. Con respecto a la calidad, afirmaron en general que eran amenas y motivadoras para los jóvenes participantes, esto se evidencia con el aumento unánime de los mismos al desarrollarse las actividades, quienes están planificadas en función de sus gustos y preferencias.

En la pregunta 2 sobre la frecuencia de participación en las actividades físico – recreativas en la comunidad consideran que la totalidad de los jóvenes participan con frecuencia sistemática, aspecto este que al compararlos con los resultados del inicio de la investigación nos refleja un resultado favorable pues el cambio es radical y positivo.

Al analizar los resultados de la interrogante 3 sobre si las actividades realizadas con los jóvenes en la comunidad responden a sus intereses, gustos y preferencias, plantean en su totalidad, que se corresponden con el programa elaborado, al no existir ejercicios que no puedan ser desarrollados por los jóvenes, todas las actividades planificadas están acorde con sus edades, ellas los incentivan a crear alternativas para compartir con el resto de los jóvenes de su comunidad.

Los resultados de las preguntas 4 sobre si existen instalaciones y terrenos, así como medios y recursos para el desarrollo de las actividades físico – recreativas en la comunidad respondieron unánimemente con gran satisfacción, el método aprovechado en las áreas existentes de la comunidad, al igual que la forma en que se trabajo para la mejora de los medios a utilizar en el desarrollo de las actividades, tanto de los existentes, como de los nuevos creados.

En la última interrogante sobre la influencia del trabajo desarrollado afirmaron que existe un gran cambio en la comunidad sobre todo en los jóvenes objetos de estudio, observándose que su conducta no es la apática que existía con anterioridad en la práctica de las actividades en general, todo lo contrario, son parte activa, entusiasta, capaces de integrar hasta sus familiares en las acciones a desarrollar y demostrando motivación ante las actividades, no solo físico – recreativas, sino de compromiso social dentro de la comunidad.

CONCLUSIONES

- 1 El diagnóstico inicial corrobora que existen deficiencias en la planificación, organización y desarrollo de las actividades, no correspondidas con los gustos, preferencias, intereses y necesidades de los jóvenes entre 16 y 19 años de la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery, evidenciándose muy pobre participación.
- 2 Las actividades físico-recreativas fueron diseñadas a partir de los gustos, preferencias, intereses y necesidades, detectadas en el diagnóstico inicial realizado a los jóvenes entre 16 y 19 años de la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery.
- 3 A través de la puesta en práctica del plan de actividades físico-recreativas se comprueba que estas son eficientes y favorecen la participación activa de los jóvenes entre 16 a 19 años en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery.

RECOMENDACIONES

1. Analizar con las instancias responsabilizadas con esta problemática la posibilidad de aplicar los resultados de esta investigación en circunscripciones de otros Consejos Populares del Municipio objeto de estudio.
2. Continuar con otras investigaciones relacionadas con la recreación dirigida a los jóvenes de la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery para favorecer con su participación en actividades sanas, cultas y útiles que le permitan una utilización correcta de su tiempo libre.

BIBLIOGRAFIA.

1. Alonso, F. (2004) El autodesarrollo comunitario. Crítica a las mediaciones Sociales recurrentes para la emancipación humana. Santa Clara, Editorial Feijoo. 134 p.
2. Ander- Egg, E. (1992) Metodología y Práctica de la Animación Sociocultural. Buenos Aires, Editorial Hymanitas. 255 p.
3. Cuba. Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación. (2001) Programa y orientaciones metodológica de la educación física PRE universitario. La Habana, Editorial Deportes. 61 P.
4. De Urrutia Barroso, Lourdes. (2003) Sociología y Trabajo Social Aplicado: Selección de lecturas. La Habana. Editorial Félix Varela. 129 p.
5. Delgado Moreno, Yaniely. (2009). Acciones de Recreación Física dirigidas a la participación de niñas y niños en la Circunscripción # 159 del Consejo Popular Camacho Libertad de Santa Clara. Trabajo de Diploma. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
6. Estévez Cullell, Migdalia. , Margarita Arroyo Mendoza y Cecilia Gonzáles Ferry. (2004) Las Investigaciones científicas en la actividad física: su metodología. La Habana, Editorial Deporte. 318 p.
7. García Ríos, Julieta. (2007). Tiempo Libre I, Proponer no es imponer. Juventud Rebelde (La Habana) 16 de junio del 2007: 4.

8. Gómez Anoceto, Omar. (2006). Estudio de la Cultura Física en la Comunidad propuesta de un Modelo de Intervención. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
9. González Aguilar, Ariel. (2005). El Modelo de Recreación Física y su intervención en el sector urbano "Los Sirios" de la ciudad de Santa Clara. Trabajo de Diploma. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
10. González Rodríguez, Nidia. (2002) Selección de lecturas sobre trabajo comunitario. Ciudad de la Habana. CIE "Graciela Bustillos" Asociación de Pedagogos de Cuba. 254 p.
11. Iglesias Rodríguez, Osmany. (2005). Actividad físico deportiva y la comunidad: una alternativa para el desarrollo local. Acción: Revista Cubana de la Cultura Física. (La Habana).
12. Martí, J. (1991). Obras Completas, Tomo VIII, IX, X y XI. Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.
- 13.----- (1991). Obras Completas. Tomo XII. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.
- 14.----- (1997). Martí en la Universidad. La Habana, Editorial Félix Varela.
15. Maslow, A. (1954). Motivation and personality. New Cork, Editor Harper and Row.
16. Mesa Anoceto, Magda. (2006) Asesoría Estadística en la investigación aplicada al deporte. Villa Clara, Editorial José Martí.

17. Moreira Barahona, Ramón. (1977) La Recreación como un fenómeno socio-cultural. Ciudad de la Habana, U.I."José A. Huelga". 38 p.
18. Pérez Sánchez, Aldo y col. (1997) Recreación Fundamentos-Teóricos Metodológicos. México D.F, Editorial Talleres Gráficos Instituto Politécnico Nacional. 180 p.
19. Ramos, Alejandro y Col. (s.f.) Recreación Física Comunitaria En: La universalización de la Cultura física. Material digitalizado. (CD-ROM) La Habana, ISCF Manuel Fajardo.
20. Rivas Rodríguez, Jorge. (2005). La recreación no constituye un fin: un medio para promover procesos de desarrollo y mejoramiento de la calidad de vida. Trabajadores (La Habana) 26 de diciembre: 11.
21. Sánchez Paz, Bárbara. (2004) Sistema cubano de Cultura Física y Deporte. La alternativa. Ciudad Habana, Editorial Deportes. 150 P.
22. Sosa Loy, Desiderio Alberto. (2000). Hacia el necesario transito del consumismo al protagonismo como concepción de la Recreación. Tesis de doctorado (Doctorado en ciencias de la cultura física y el deporte). La Habana, ISCF"Manuel Fajardo".
23. Vigotski, L.S. (2001) Selección de Lecturas de Psicología del Desarrollo. La Habana, Editorial Félix Varela.
24. Zamora Fernández, Rolando. (1984) El tiempo libre de los jóvenes cubanos. La Habana, Editorial Ciencias Sociales. 98 p.

Anexo No. 1

Guía de Observación:

Objeto de Observación: Las actividades físico – recreativas que realizan los jóvenes de 16 a 19 años en la Circunscripción 127 del Consejo Popular Chambery del municipio de Santa Clara

Objetivo de la Observación: Determinar la situación actual de los sujetos objeto de estudio en correspondencia con su participación en las actividades físico – recreativas de acuerdo con sus gustos, preferencias, necesidades e intereses.

Cantidad de Observadores: 1

Tiempo total y Frecuencia de las Observaciones:

Todo el tiempo que dura el proceso de la investigación con dos o tres observaciones semanales, según lo planificado.

Tipo de Observación: De campo estructurada.

Aspectos a Observar:

1. Nivel de conocimiento y calidad de las actividades desarrolladas.
2. Frecuencia con que se realizan las actividades físico – recreativas.
3. Actividades que se realizan, gustan y prefieren los sujetos objeto de estudio.
4. Terrenos e instalaciones disponibles, así como medios necesarios para el desarrollo de las actividades.
5. Grado de satisfacción al concluir las mismas.

Anexo No. 2

Guía de Encuesta:

Compañero(a):

La encuesta presentada pretende recopilar información a partir de sus criterios, sobre las actividades físico-recreativas que tienen lugar en su comunidad. Su cooperación será de gran ayuda para el éxito del trabajo comunitario, no es necesario reflejar su nombre, Gracias.

Edad _____ Sexo _____

A continuación les relacionamos una serie de preguntas, usted debe contestar marcando con una X en la que crea conveniente de acuerdo con su situación.

1 – Sobre las actividades físico-recreativas conteste:

A) ¿Conoces las actividades físico-recreativas que se desarrollan en la comunidad?

_____ SI _____ NO

B) Si respondes afirmativamente. ¿Cómo considera la calidad de las actividades desarrolladas?

_____ Buena _____ Regular _____ Mala

2 - ¿Con qué frecuencia practicas actividades físicas - recreativas?

_____ Tres veces a la semana.

_____ Dos veces a la semana.

_____ Una vez a la semana.

_____ Esporádicamente.

3 - ¿Señale cuáles de estas actividades te gustaría practicar en tu tiempo libre?

___ Festivales Deportivos Recreativos. ___ Juegos Pasivos (cartas, dama, otras).

___ Torneos de dominó.

___ Competencias de Ajedrez.

___ Paseos y excursiones.

___ Planes de la calle.

___ Cumpleaños colectivos.

___ Torneos de Voleibol.

___ Torneos de Fútbol.

___ Torneos de Baloncesto.

___ Competencias de bailes.

___ Otras.

4 - ¿Existen terrenos y medios disponibles para el desarrollo de las actividades físico – recreativas? Explique.

5 - ¿Crees que las actividades físicas – recreativas desarrolladas te ayudan a la satisfacción de tus necesidades e intereses?

___ SI ___ NO

ANEXO No. 3

Guía de entrevista:

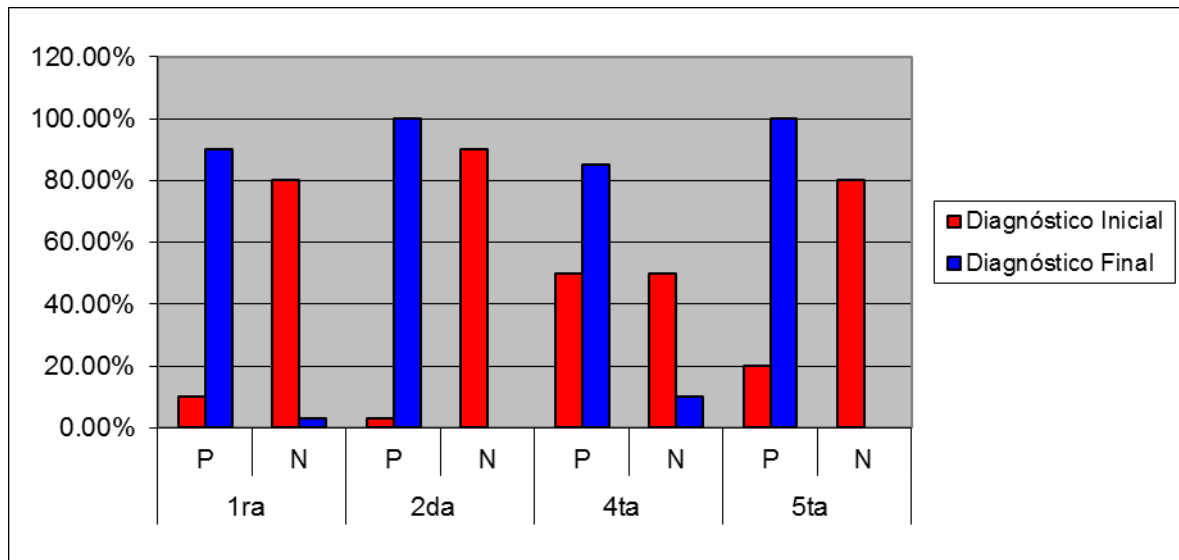
1. ¿Cómo consideras el conocimiento y la calidad por parte de los jóvenes de 16 a 19 años de las actividades físico - recreativas que se desarrollan en la comunidad?
2. ¿Con qué frecuencia practican las actividades físico – recreativas los jóvenes de 16 a 19 años en la comunidad?
3. ¿Qué actividades físico – recreativas consideras deban realizarse con los jóvenes de 16 a 19 años en la comunidad?
4. ¿Consideras que existen los medios, recursos e instalaciones deportivas necesarias para el desarrollo de las actividades físico – recreativas en la comunidad?
5. ¿Crees que el trabajo desarrollado influye en el desarrollo físico y espiritual de los jóvenes de 16 a 19 años en la comunidad?

ANEXO No. 4

COMPARACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA

	1ra PREGUNTA A		2da PREGUNTA		4ta PREGUNTA		5ta PREGUNTA	
	P	N	P	N	P	N	P	N
Diagnóstico Inicial.	11,2 %	88,7 %	3,2%	96,7%	50%	50%	20%	80%
Diagnóstico Final.	96,7 %	3,3%	100%	0%	85,4%	14,5%	100%	0%

COMPARACION DE LOS RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS.

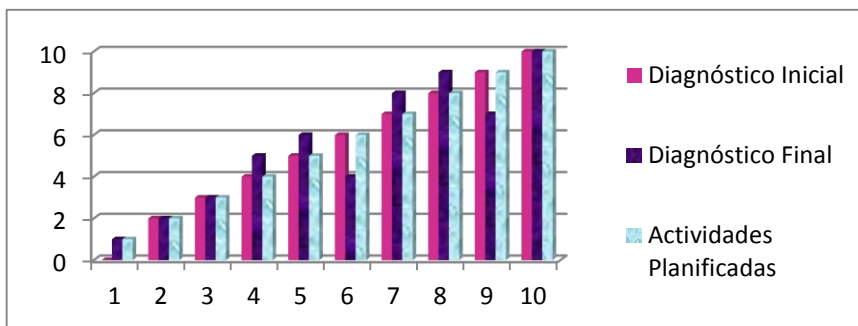


NUMERACIÓN DEL ORDEN DE LOS JUEGOS

1. Torneo de fútbol.
2. Festivales deportivos de recreación.
3. Competencias de bailes.
4. Paseos y excursiones.
5. Torneos de dominó.
6. Planes de la calle.
7. Juegos pasivos (cartas, damas, ajedrez)
8. Juegos pre deportivos (voleibol, baloncesto)
9. Juegos tradicionales (trompo, bolas)
10. Competencias de objetos volantes (papalotes).

RESULTADOS DE LA PREGUNTA No. 3

Diagnóstico Inicial	Diagnóstico Final	Actividades Planificadas
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	5	4
5	6	5
6	4	6
7	8	7
8	9	8
9	7	9
10	10	10



Fuente: Resultados comparativos de las preferencias en el Diagnostico Inicial y el final, en relación al Plan de actividades.

