

Plan de actividades físico-recreativas de la Escuela Primaria 'Quintín Bandera Betancourt'

Proposal of physical-recreational activities of the students of the Primary School "Quintín Bandera Betancourt"

*Graduado de la UCCFD. Profesor de Educación Física
de la Escuela Primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro
**Profesor Asistente de la UCCFD, colaborador del Departamento de Recreación
(Cuba)

Lic. Darbin Aroldo Milán Peña*
Msc. José Manuel Batista González**
josebg@uccfd.cu

Resumen

Las actividades físicas de tiempo libre han sido poco estudiadas desde el punto de vista del impacto en la comunidad a pesar de saber que las mismas son de necesidad para la calidad de vida del hombre tanto de la ciudad como del campo; sin dudas la recreación beneficia al hombre desde muchos puntos de vista tales como salud, cognoscitivamente, motrizmente, mentalmente. La metodología utilizada, tenemos los métodos teóricos, empíricos y matemáticos, dentro de los teóricos, utilizamos la Revisión bibliográfica, el Análisis y síntesis, como método empírico realizamos, la Observación no estructurada, la Técnica de entrevista y la técnica de Encuesta además de los Procedimientos matemáticos como el Análisis porcentual simple, para dar respuesta a las tareas de la investigación y cumplir con el objetivo del trabajo. Esta investigación se llevó a cabo con el objetivo de brindar una herramienta para la toma de decisiones por parte de los profesores de Recreación al planificar las actividades físico-recreativas en la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro, teniendo en cuenta los gustos y preferencias de estos alumnos.

Palabras clave: Tiempo libre. Gustos y preferencias. Actividad física recreativa. Intereses.

Abstract

The physical activities of free time have been little studied from the point of view of the impact in the community in spite of knowing that the same ones are of necessity for the quality of the so much man's of the city life like of the field; without doubts the recreation benefits the man from many such points of view as health, cognitively and mentally. The used methodology, we have the theoretical, empiric and mathematical methods, inside the theoretical ones, we use the bibliographical Revision, the Analysis and synthesis, as empiric method we carry out, the not structured Observation, the interview Technique and the technique of Survey besides the mathematical Procedures as the simple percentage Analysis, to give answer to the tasks of the investigation and to fulfill the objective of the work. This investigation was carried out with the objective of offering a tool for the taking of decisions on the part of the professors of Recreation when planning the physical-recreational activities in the primary school "Quintín Bandera Betancourt" of the municipality Cotorro, keeping in mind the likes and these students' preference.

Keywords: Free time. Likes and preference. Recreational physical activity. Interest.

Recepción: 27/09/2014 - Aceptación: 03/01/2015

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 20 - N° 204 - Mayo de 2015. <http://www.efdeportes.com/>

1 / 1

Introducción

La Recreación, como fenómeno socio cultural ha constituido a través de los tiempos un medio que permite caracterizar el desarrollo alcanzado por determinada nación.

En Cuba el Estado ha priorizado dentro de lo posible este fenómeno en todas sus manifestaciones.

Le corresponde al Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER) velar por el desarrollo de una de sus manifestaciones: la Recreación Física; siendo su objetivo principal la satisfacción de las necesidades del movimiento y goce espiritual del hombre en su tiempo libre.

Es por esto que nuestro país, tal vez el único que asume las actividades físicas en el tiempo libre como un derecho de todos, toma desde el nivel nacional, provincial, municipal, consejos populares, circunscripciones, una estructura en la dirección de las actividades físicas en las distintas manifestaciones de la Cultura Física y con un mayor ahínco en la recreación física desde la niñez hasta la tercera edad.

La gestión de la recreación física en el desarrollo local, no puede asumirse solo en la distracción del participante en el tiempo libre, en actividades simples como muchos piensan; sino hay que dejar el protagonismo a los participantes en el, cómo desea realizar las actividades recreativas, es decir la postura que asumen. Lo que no puede existir en una actividad recreativa es la imposición, obligación externa. -Yo elijo cual y cómo quiero ocupar mi tiempo libre, los especialistas facilitan el cumplimiento de mis objetivos-.

Relacionado con ello el compañero Fidel Castro Ruz señaló en la inauguración de la Escuela de Iniciación Deportiva "Mártires de Barbados": "...Hablar de Educación Física y Deportes no es hablar de campeones olímpicos y mundiales, es hablar de plenitud de salud, capacidad de estudio y trabajo, es hablar de una ciencia universal. Es la antítesis de las drogas, del alcoholismo, es el remedio preventivo de numerosas enfermedades que matan; es hablar de calidad de vida...".

La actualidad del tema de la investigación de este trabajo está determinada por la necesidad de elaborar indicadores físicos-recreativos los cuales permiten la gestión y toma de decisiones por parte de los actores sociales en el desarrollo de las actividades a realizar en la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt"; esta se encuentra ubicada en la avenida 99 entre 97 y Final Alberro, Cotorro. La instalación está compuesta por dos aulas por grado desde el preescolar hasta el sexto grado, con una matrícula de 221 alumnos los cuales 110 son niñas y 111 varones.

Situación problemática

- Poca participación de los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt", en las actividades físico-recreativas programadas.

Problema científico

- Cómo contribuir a satisfacer los gustos y preferencia de las actividades recreativas, de los alumnos de segundo ciclo en la escuela

primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro.

Fundamentación e importancia

Dada la poca participación de los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" en las actividades físico-recreativas del municipio Cotorro, se conforma esta investigación.

El trabajo tiene como objetivo la gestión de las actividades físico-recreativas de los alumnos de segundo ciclo en la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" en el municipio Cotorro, todo esto a través del análisis de indicadores que permitieron mayor rapidez, eficiencia y fiabilidad a la hora de la toma de decisiones por los actores sociales y por lo tanto una mejor planificación de las actividades físico-recreativas para lograr satisfacer las necesidades de movimiento de los alumnos del segundo ciclo.

Esta investigación influyó en el mejoramiento del Tiempo libre y la recreación física, proporcionando el bienestar del niño en sus relaciones familiares y personales; Ayudando a satisfacer las preferencias y necesidades, permitiendo una buena salud física y mental, así como disminuir la incidencia traumatólogica que está provocando la tecnología, mejorando la experiencia recreativa y la apreciación estética.

Objetivo

- Caracterizar los gustos y preferencias físico-recreativas de los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro.

Preguntas científicas

¿Que fundamentos teóricos sustentan la recreación física?

1. ¿Cuál es el estado actual de las actividades físico-recreativas, de los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro?
2. ¿Cómo elaborar un plan de actividades que satisfaga los gustos y presencias de los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro?

Tareas de investigación

Análisis de los fundamentos teóricos que sustentan la recreación física.

1. Comprobar el estado actual de las actividades físico-recreativas de los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro.
2. Elaborar un plan de actividades que satisfaga los gustos y presencia de los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro.

Definiciones de trabajo

Conocer cuales son las actividades físico-recreativas que mas interés despiertan en los alumnos y cual es el orden de prioridad de estas. Esto nos permitió una mejor toma de decisiones por parte de los actores sociales a la hora de planificar las actividades físico-recreativas. Teniendo en cuenta el siguiente glosario de términos:

- **Gustos:** Son aquellas actividades físicas de tiempo libre por las que se inclinan y optan los participantes de acuerdo a criterios individuales sin importar el grado de conocimientos, habilidades o hábitos para la practica de las mismas.
- **Preferencias:** Las preferencias recreativo-físicas es el orden de ejecución que el hombre establece en relación a sus gustos y en relación directa con sus intereses, en las preferencias en muchas ocasiones se establece en función del conocimiento, habilidades, hábitos que se tenga en relación a las actividades a ejecutar.
- **Intereses:** Los mismos están relacionados con los gustos, dependen de las individualidades condicionadas por las posturas de los participantes, la forma de realización, lugar de realización, el como realizarlas y con quien realizarlas.

Caracterización de los escolares de segundo ciclo de la educación primaria

Los niños que estudian en quinto y sexto grados (segundo ciclo) en nuestras escuelas tienen como promedio de diez a doce años. Conocer las características de los escolares de estas edades es de gran importancia y constituye un requisito para el trabajo de los maestros y para la labor docente educativa que realizan puede cumplirse con éxito.

El hecho de que los escolares de quinto y sexto grados tengan características psicológicas, sociales y otras muy cercanas, y evidencien conductas y formas de enfrentar la enseñanza y el mundo en general de manera muy similar, posibilita que se pueda delinear una caracterización conjunta para estas edades.

Metodología utilizada.

Para darle respuesta al objetivo de la investigación utilizamos métodos teóricos y empíricos.

Métodos teóricos

- Revisión bibliográfica. Análisis y síntesis.

Métodos empíricos.

- Observación no estructurada: Se realizó una observación no estructurada, con el objetivo de justificar la realización de actividades físico-recreativas programadas y orientadas por los profesores de recreación, donde participan los alumnos de segundo ciclo de la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt". Realizándose una vez por mes (de Octubre a Marzo), esta se realizó con un solo observador sin ayudantes.
 - » Este método permitió determinar anticipadamente que elementos del proceso estudiado tienen mayor importancia para la investigación.

Entrevista

- Con los profesores de Recreación, permitió conocer los horarios y días más factible para realizar las actividades físicas recreativas.

Encuesta

- Conocimos como se conduce nuestro objeto de estudio en la actividad práctica. Facilitándonos las opiniones de nuestros alumnos que componen la muestra escogida, sobre sus peculiaridades y preferencias, encaminadas a estas van nuestros cuestionarios con la finalidad de dar respuestas a los objetivos de la investigación.
- El cuestionario fue formado por 9 preguntas, este instrumento se les aplicó a todos los alumnos del segundo ciclo (100% de la población), fueron reunidos en 2 locales habilitados para el caso, a todos se le explicó cada una de las preguntas, dándole un tiempo para responder de 1 hora, cualquier duda presentada se le fue aclarada de momento.

Matemático

- Análisis porcentual simple, con este conocimos los por cientos (%) que representa cada pregunta de la encuesta.

Población y muestra

- 75 personas. 71 alumnos de 5to y 6to grado, segundo ciclo de ellos 36 niñas (51%) y 35 niños (49%). 4 profesores de Recreación (100%).

Análisis de los resultados.

Análisis General de la Observación

Estas observaciones se realizaron dentro y fuera de la escuela, en actividades en saludo a fechas significativas, las que fueron ejecutadas por profesores de recreación física, instructores de arte y deportivos entre otros representantes de diferentes instancias.

Se realizan actividades deportivas, como juegos deportivos con pelotas. No se realizan actividades en contacto con la naturaleza. Pocos juegos tradicionales, solo se pudo observar en una actividad. En algunas ocasiones realizan juegos de mesa como, juegos de parchís y de damas. Otras actividades que se ofertaban, concursos de pinturas, dibujo para niños, competencias de baile, danza.

Análisis de la encuesta.

1. ¿Realizas la Educación Física en la escuela?

El 95% de los alumnos practica la educación física en la escuela y el 5% restante no, por problemas de salud y rehabilitación en áreas especiales, algunos de estos se incorporan a la actividad física después de un tiempo rehabilitado.

2. ¿Realizas actividades físicas en su tiempo libre?

La realización de actividades físicas en el tiempo libre refleja que el 78% realiza actividades en este tiempo y el 17% las realiza a veces, destacando que el tiempo libre de ellos se refleja después del horario de las clases. De los que realizan actividades físicas en su tiempo libre el 70% son niños y el 30% niñas.

3. De las siguientes actividades deportivas señale cuáles realizas en tu tiempo libre: Béisbol, Fútbol, Voleibol, Atletismo, Baloncesto, Natación, Gimnasia Aerobia y Ciclismo.

El estudio arrojó que se realizan en el tiempo libre actividades deportivas con mayores incidencias en los deportes de Béisbol 40%, Fútbol 30%, Voleibol 15%, Atletismo 10 % y Baloncesto 5%. Refleja además que le gustaría realizar con mayor frecuencia los deportes Natación, Gimnasia Aerobia y Ciclismo. En esta pregunta se llega a la conclusión de que los deportes de mayor preferencia para estos alumnos son los deportes colectivos con pelotas.

4. ¿Cuáles de los juegos tradicionales son de su preferencia? Juegos de carreras, pelota a las 4 esquinas, papalote, juegos de bolas, el trompo, juegos de salto y otros.

Concluimos con esta pregunta que los Juegos de carreras representan el 25%, la pelota a las 4 esquinas 20%, y el papalote el 15%, los juegos de bolas 12%, el trompo 10% y con el mismo porcentaje, juegos de salto y otros con 9% cada uno, en esta pregunta se pone de manifiesto la importancia del juego en el niño como la actividad rectora en estas edades.

5. ¿Qué actividades le gustaría practicar en contacto con la naturaleza? Campismo y excursionismo, Marchas por Señales

de Pista, Carrera de Orientación, Cabuyería, otras.

Las actividades que se realizan en contacto con la naturaleza sobresalen como las más llamativas la práctica del Campismo y excursionismo 60%, Marchas por Señales de Pista 25%, Carrera de Orientación 7%, la Cabuyería con otras actividades representaron 4% de preferencia entre los niños y niñas. Esto está propenso en estas edades debido a la influencia que ejerce el Movimiento de Pioneros Exploradores, el cual le brinda el conocimiento y la información requerida para este tipo de actividades.

6. ¿Señale los juegos de mesa que son de su preferencia? Ajedrez, Dominó, Parchís, Baraja, Damas, otros.

Con mayor preferencia aparecen, el Ajedrez con un 35%, seguido del Dominó con 25%, sin dejar de mencionar que con niveles inferiores de preferencias están, el Parchís 15%, la Baraja 12% y el Juego de Damas con 8% y otros de preferencia con un 5%.

Se nota una gran influencia y preferencia al Ajedrez ya que está comprendido dentro del sistema de enseñanza lo cual motiva la práctica de este Juego.

7. ¿Qué día de la semana prefieres para la ejecución de actividades físico- recreativas organizadas por el profesor de recreación?

La preferencia según el día de la semana para practicar actividades física recreativas organizadas por los profesores de recreación denota un resultado similar en cada día de la semana, lo que demuestra que prefieren realizarla todos los días.

8. Para la práctica de actividades físicas recreativas organizada en su tiempo libre de lunes a viernes, ¿Cuál sería el horario más factible para ti?

Según el horario de preferencia para la práctica de actividades físicas organizadas existen dos horarios de preferencia: de 4:20 a 5:30 pm y de 5:00 a 6:30 pm

Después de haber realizado el análisis a partir de la caracterización de los gustos y preferencia de las actividades físico-recreativas de los alumnos en la escuela primaria "Quintín Bandera Betancourt" llegamos a fomentar un resultado basado en el análisis de la encuesta ya mencionados.

Esto permitió conocer los intereses, gustos y preferencias de estos alumnos para realizar el siguiente Plan de actividades.

Plan de actividades a desarrollar

Nº	Actividades	Fecha	Hora	Lugar	Responsables
1	Béisbol	Lunes	4:30pm-5:30pm	Escuela	Prof. E.F. y activistas
2	Futbol	Miércoles	Ídem	Escuela	Prof. E.F. y activistas
3	Voleibol	Martes	Ídem	Escuela	Prof. E.F. y activistas
4	Atletismo	Jueves	9:00am-12:00m	Terreno del Palmar	Prof. E.F. y activistas
5	Baloncesto	Viernes	4:00pm-5:00pm	Escuela	Prof. E.F. y activistas
6	A Jugar	Jueves	4:30pm-5:30pm	Indercito	Prof. E.F. y activistas
7	Pelota 4 esquinas	Viernes	Ídem	Plaza 14 Festival	Prof. E.F. y activistas
8	Papalote	Domingos	9:00am-12:00m	Terreno del Palmar	Prof. E.F. y activistas
9	Ajedrez	Sábados	9:00pm-12:00m	Academia	Prof. E.F. y activistas
10	Domino	Sábados	9.00am-12:00m	Escuela	Prof. E.F. y activistas
11	Juegos de mesa	Toda la semana	4:30pm- 5:30pm	Escuela	Prof. E.F. y activistas
12	Pesca	Sábados	9:00pm- 12:00m	Presa del Cacao	Prof. E.F. y activistas
13	Competencias de cabuyería	Sábados	9:00pm-12:00m	Plaza 14 Festival	Prof. E.F. y activistas
14	Mini Futbol	Lunes	4:30pm-5:30pm	Indercito	Prof. E.F. y activistas
15	Plan de la calle	Sábado	9:00am- 12:00m	Combinado Deportivo	Prof. E.F. y activistas
	Campeonato de				

16	Kikimbol	Martes	4:30pm-5:30pm	Escuela	Prof. E.F. y activistas
17	Acampada y Fogata	Una vez al mes	Sábado y domingo	Escuela	Prof. E.F. y activistas
18	Juegos con Suizas	Toda la semana	4:30pm-5:30pm	Escuela	Prof. E.F. y activistas
19	Juegos de Yaquis	Toda la semana	4:30pm- 5:30pm	Escuela	Prof. E.F. y activistas
20	Juego del Pon	Toda la semana	4:30pm-5:30pm	Escuela	Prof. E.F. y activistas

Luego de aplicado el Plan de actividades arribamos a:

Conclusiones

- El análisis de los fundamentos técnicos, nos permitió sustentar el proceso para satisfacer los gustos y preferencias físico-recreativas de los alumnos del segundo ciclo de la escuela "Quintín Bandera Betancourt" del municipio Cotorro.
- Las actividades físico-recreativas que se ofertaban, no cumplían los gustos y preferencias de los alumnos del segundo ciclo de la escuela "Quintín Bandera Betancourt".
- Con la confección y puesta en práctica del plan de actividades se satisfacen los gustos y preferencias de los niños y niñas de los alumnos de segundo ciclo de la escuela de primaria "Quintín Bandera Betancourt"

Por lo que recomendamos:

Recomendaciones

- Que este trabajo sirva de herramienta a los profesores de Educación Física, Recreación y activistas, para la toma de decisiones en cuanto a los gustos y preferencias físico-recreativas de los alumnos de segundo ciclo en la enseñanza primaria.
- Exhortar a que se realicen este tipo de investigación en las escuelas para que se conozcan los gustos y preferencias de las actividades físico-recreativa, de los niños y niñas, para una mejor planificación de su tiempo libre.

Bibliografía

- Artec, M.C. (2000). Análisis del proceso de planificación de la Recreación Física en el municipio San José de las Lajas. La Habana, UNAH. Trabajo de Diploma.
- Castro Ruz, F. (2001). Discurso en la inauguración de la Escuela Internacional de Educación Física y Deportes. Periódico Granma. Edición del 23 Febrero.
- Hernández Mendo, A. (2000). Acerca del Ocio, del Tiempo Libre y de la Animación Socio-Cultural. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 23. <http://www.efdeportes.com/efd23/ocio.htm>
- Hernández Mendo, A. (2000). Psicología de la evaluación de programas de la actividad física: el uso de indicadores. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 18. <http://www.efdeportes.com/efd18/psoc.htm>
- Munné, F. (1980). Psico-Sociología del tiempo libre: un enfoque crítico. México: Ed. Trillas.
- Pérez Sánchez, A. (1997). Recreación: fundamentos teóricos metodológicos. México: Talleres Gráficos de la dirección de publicaciones y materiales educativos del Instituto Politécnico Nacional.
- Ramos Rodríguez, A. (2001). Las necesidades recreativas físicas en los Consejos Populares Norte y Sur del municipio San José de las Lajas.
- Romero, C. 1997). Análisis de la demanda y oferta de las actividades físico -recreativas de los adolescentes (12-14) de ambos sexo de la comunidad micro brigada del Consejo Popular Norte, San José de las Lajas. Trabajo de Diploma. La Habana: ISCAH, 36 p.

Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 20, Nº 204, Mayo de 2015.
<http://www.efdeportes.com/efd204/plan-de-actividades-fisico-recreativas-de-la-escuela.htm>

