

FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
“NANCY URANGA ROMAGOZA”
PINAR DEL RIO
SUM DE SAN LUIS

TÍTULO: Plan de actividades deportivas – recreativas para la ocupación del tiempo libre en el proceso de recreación comunitaria de los adolescente de 14 - 15 años del concejo popular urbano # 56 Municipio San Luís.

AUTOR: Lic.: Cristina Mena Rodríguez.
Lic. Maria Zenaida Azcuy Miranda
Lic. Luís Piloto Padrón

SINTESIS CURRICULAR

Cristina Mena Rodríguez, San Luís , 1960 , Licenciada en Educación Física, ha alcanzado logros positivos en las jornadas pedagógicas en los Forum de Ciencia Y Técnica, labora como profera de Educación Física en la escuela primaria Sarah Cordonera Cementerio viejo San Luis Pinar del Río , 798279

RESUMEN

Este trabajo ,está encaminado con el objetivo de insertar a los jóvenes a las diferentes actividades deportivas –recreativas para la ocupación de su tiempo libre arrojado en el diagnóstico a través de encuestas y entrevistas que le fueron realizados , por lo que nos trazamos un plan de actividades para darle cumplimiento alas ofertas propuestas por ellos, por lo que se ha visto los resultados a través de la incorporación de estos en las diferentes disciplinas

deportivas recreativas , donde se puede incluir el entusiasmo y dedicación que le prestan en la participación de los mismos. Desde el punto de vista social, podemos decir que estos jóvenes, junto con la familia y la comunidad apoyan todas las actividades que se realizan de forma tal que tres de ellos se incorporaron a la licenciatura en cultura física y uno en la escuela Nacional de deporte Cerro Pelado. Este plan fue trazado debido a que no tenían actividades sistemáticas, ya que no existían activistas que se ocupara de esta actividad , empleaban su tiempo libre en actividades negativas a la sociedad como: el alcoholismo, tabaquismo , juegos prohibidos etc. .Una vez confeccionado el plan de actividades deportivas-recreativas, la incorporación ha sido masiva , pues estos jóvenes eligen la disciplina que más le gustan y por la cual sienten afición , teniendo a través del activista , actividades sistemáticas , que les permitió emplear su tiempo libre en desarrollar habilidades y destreza , formar al joven que exige nuestra sociedad con principios éticos , morales, políticos y con dignidad patriótica.

INTRODUCCIÓN

Tras la creación del INDER, el deporte cubano ,con el más hondo sentido humano, a encaminando todos los esfuerzos para llevar la Educación Física, el Deporte y la Recreación a los mas recónditos lugares del país haciendo realidad el propósito de la revolución de que la Cultura Física y la Recreación fueran realmente un derecho del pueblo.

Cada día ellos se convierten en una necesidad de cada individuo y de toda la humanidad, con independencia a estos logros es evidente que las actividades de la Recreación Física necesitan de una planificación que responda a los intereses recreativos, puesto que estos implican una forma de recreación activa que tiene como finalidad el desarrollo multifacético de los niños, jóvenes y adultos.

Nuestro país viene realizando una labor extraordinaria en el desarrollo cultural, ideológico, artístico, deportivo y de educación general, tratando de responder a las necesidades y aspiraciones de cada uno de los miembros de la sociedad en aras de contribuir a su disfrute y desarrollo multilateral.

El ser humano constituye el elemento fundamental de la organización social, que se articulará activamente a ésta cargando con las necesidades, expectativas e intereses que tiene, y que intenta satisfacer con la vivencia de actividades.

En este proceso el área de recursos humanos y más específicamente la de Bienestar Social, han debido dedicar esfuerzos orientados a la comprensión y estructuración de modos de generar satisfactores de las necesidades humanas, de las motivaciones de la gente, la desrutinización, las actividades extralaborales, los planes de beneficio social y la búsqueda de factores estimulantes en el trabajo y la comunidad aspectos que se han constituido dentro del campo de la salud ocupacional como factores de riesgo biopsicosocial en las organizaciones y el conocimiento de la Psicología del ser humano en cuanto a sus necesidades y satisfactores, deben orientar la búsqueda de las estrategias y los medios para propiciar la salud física, social y mental de la gente y en últimas un capital humano dispuesto a aportar al desarrollo de sí mismo, a la sociedad, un contingente humano enriquecido.

La recreación como proceso es considerada por Joffre Dumazedier 1964, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, como "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales " (Dumazedier, 1964). Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

Las funciones que a la recreación le están dadas cumplimentar son las inherentes a las posibilidades que tienen en sujeción para realizar las actividades recreativas en un tiempo libre , es por ello que Carlos Marx desde el siglo pasado planteó certeramente que "El tiempo libre presenta en sí mismo, tanto el ocio como el tiempo para una actividad más elevada, transformando naturalmente a quien lo posee en otro individuo de mayor calidad, con la cual regresa después en el proceso directo de producción.

El tiempo libre constituye una condición obligatoria en la reproducción espiritual de la personalidad, V. Pashtarov al referirse el dice...”es una condición obligatoria de la reproducción espiritual ampliada de la personalidad. El hombre puede trabajar y descansar después del trabajo, pero si no dispone de tiempo para aumentar sus conocimientos, para dominar la ciencia, no crece intelectualmente. Con esto se quiere decir que la sociedad no podrá conseguir la reproducción ampliada de las fuerzas espirituales. Expresando más adelante que fomentar la cultura, aprovechar el tiempo libre y organizarlo racionalmente, es una tarea de gran trascendencia social.”

Teniendo en cuenta el diagnostico inicial la problemática de nuestra investigación estuvo dada porque nuestra comunidad existen alcoholismo, tabaquismo, juegos prohibidos, pocos medios, mal estado del área deportiva.

Por consiguiente nos planteamos como Problema de Investigación el siguiente:

¿Cómo mejorar la ocupación del tiempo libre en el proceso de la recreación comunitaria de los adolescente de 14 a 15 años en el Consejo popular urbano # 56 del Municipio San Luís .

El Objeto de estudio es: Ocupación de tiempo libre en el proceso de recreación comunitaria por adolecenetes

El campo de acción es: La ocupación del tiempo, en el proceso de recreación comunitaria, de los adolescentes de 14- 15 años.

Siendo nuestro Objetivo: Proponer un plan de actividades deportivas - recreativas que mejora la ocupación del tiempo libre en el proceso de la recreación comunitaria por los adolescente de 14 y 15 años. en el Consejo popular urbano # 56 del Municipio San Luis .

Novedad Científica: Aumentar el numero de actividades deportivas y recreativas para la ocupación del tiempo libre en el proceso de la recreación comunitaria en los adolescentes de 14 y 15 años teniendo en cuenta sus gustos y preferencias, así como la planificación del plan de actividades, logrando el mayor numero de participantes en aras de promover bienestar, salud y recreación para nuestro pueblo.

PREGUNTAS CIENTÍFICAS

1. ¿Qué antecedentes teóricos existen sobre ocupación del tiempo libre, actividad deportiva recreativa en el proceso de la recreación comunitaria, de los adolescentes de 14-15 años, en el ámbito nacional e internacional del Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis?
2. ¿Cuál es el estado actual en que se encuentran los adolescentes de 14 -15 años morfofuncional y psicológico del Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis?.
3. ¿Qué actividades deportivas recreativas se pudieran ofertar para contribuir a mejorar la ocupación del tiempo libre en el proceso de la recreación comunitaria de los adolescentes de 14-15 años del consejo popular urbano #54 del municipio San Luis
4. ¿Cómo validar el plan de actividades deportivas – recreativas que contribuyan a mejorar la ocupación del tiempo libre ,en la recreación comunitaria, de los adolescentes de 14-15 años del Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis?

TAREAS

1. Estudio inicial de los antecedentes teóricos sobre la ocupación del tiempo libre en la actividad deportiva recreativa en el proceso de la recreación comunitaria ,de los adolescentes de 14-15 años en Cuba y el Mundo
2. Diagnosticar el estado actual en que se encuentra la ocupación del tiempo libre en la actividad deportiva recreativa en el proceso de la recreación comunitaria en los adolescentes de 14-15 años a del Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis.
- 3- El plan de actividades deportivas – recreativas para contribuir a mejorar la ocupación del tiempo libre, en el proceso de la recreación comunitaria, de los adolescentes de 14-15 años del Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis?
- 4-Valoración del plan de actividades deportivas–recreativas que contribuyan a mejorar la ocupación del tiempo libre, en el proceso de la recreación comunitaria

la recreación comunitaria de los adolescentes de 14-15 años en la Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis.

POBLACIÓN Y MUESTRA

El Consejo Popular Urbano # 56 del Municipio San Luis donde aparece enclavado este espacio territorial Cementerio Viejo, nombre que fue dado a finales del siglo xix por la existencia de un cementerio en ese lugar, cuenta con una población de 298 habitantes, los estudios fueron realizados a 71 adolescentes de edades comprendida entre 14-15 años de ambos sexos, tomando como muestra, por un muestreo aleatorio estratificado, 50 de ellos lo que representa un 35,5 %, el muestreo es aleatorio simple probabilística, los datos son cuantitativos y la escala de medición es la proporción

MÉTODOS TEÓRICOS Y EMPÍRICOS

Métodos Teóricos

Análisis-Síntesis: Para la determinación de las actividades deportivas – recreativas para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes en edades de 14-15 años, así como establecer la forma en que serán ofertadas.

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

Inductivo-Deductivo

Fue utilizado para elaborar el objetivo en función de seleccionar el plan de actividades deportivas – recreativas para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes en edades de 14- 15 años del Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis.

Métodos Sociales

Investigación –acción participativa:

En la búsqueda de las necesidades sociales de los adolescentes de 14 -15 años del Consejo Popular urbano # 56 del municipio San Luis , como punto de partida para determinar y transformar la realidad social en la que viven.

(Técnica Lluvia de ideas) El investigador expone una pregunta por ejemplo que actividad desea realizar o un concepto y pide a los participantes que enuncien en voz alta todas las ideas que se les ocurra, éstas se van anotando la principal meta de esta técnica es la expresión libre de sentimiento y aptitudes ante un problema, por lo que es decisivo que el investigador cree un ambiente lo más libre y espontáneo posible.

Método Empírico

Observación: A las actividades que se han desarrollado en los últimos seis meses del Consejo Popular “urbano” # 56 del municipio San Luis.

Encuesta: Aplicada a los adolescentes de 14-15 años con el objetivo de conocer sus criterios de en cuanto a, oferta, variedad, participación, así como las preferencia de las actividades deportivas – recreativas.

Entrevista: Se le realizaron a los adolescentes de la comunidad con el objetivo de conocer el programa de actividades, su secuenciación, sistematización y viabilidad.

Consulta con especialistas: Para constatar la factibilidad de las actividades deportivas recreativas planificadas y su pertinencia social

Método estadístico:

En el procesamiento de la información se utiliza el método matemático-estadístico en él cálculo porcentual.

VARIABLES PARTICIPANTES

Dependientes: Ocupación del tiempo libre

Independiente: actividades deportivas recreativas en el proceso de recreación comunitaria.

Unidad de análisis: adolescente de 14-15 años.

Actividades, Acciones o tareas	Fecha de cumplimiento	Responsable	Impacto
Levantamiento del diagnostico	mayo	Cristina y el profesor de	Matriz DAFFO

		computación	
Confección del proyecto	mayo	Cristina	Documento evaluado
Aprobación del proyecto	junio	Cristina, director y el del consejo popular	Acta de aprobación
Levantamiento de la fuerza técnica	mayo	Profesor	Planilla aprobada
Levantamiento del modulo recreativo	mayo	Profesor	Instalaciones deportivas
Establecimiento de compromiso con las organizaciones e instituciones políticas y de masas	mayo	Delegado, Director , PCC, CDR, FMC, UJC y el profesor	Apoyo de las diferentes organizaciones e instituciones
Capacitación del personal	junio	Docencia	Plan de superación
Metodología para la confección del convenio de trabajo.	septiembre	Profesores	Metodología
Seminario del proyecto integrador	septiembre	Profesores	Seminario
Seminario sobre el programa de ajedrez	octubre	Profesores	Seminario
Seminario sobre el Festival deportivo recreativo.	Julio - agosto	Profesores y activistas de recreación	Seminario

Seminario sobre el plan de la calle.	Julio - agosto	Profesores y activistas de recreación	Seminario
Seminario sobre el tiro deportivo.	agosto	Profesores y activistas de recreación	Seminario
Seminario para la organización de las actividades recreativas en el periodo de semanas de receso y para las vacaciones.	Junio, julio y agosto	Profesores y activistas de recreación	Seminario
Seminario sobre la confección de medios recreativos.	Octubre y Noviembre	Profesores y activistas de recreación	Confección de medios
Actividades fundamentales	Julio \ agosto	Cristina	Calendario de las actividades

CONCLUSIONES

Después de haber revisado la bibliografía necesaria aunque existen dificultad con la literatura de recreación tanto a nivel municipal como provincial pretendemos legar a las siguientes conclusiones

- No solo incorporar a los jóvenes de 14- 15 años a estas actividades deportivas recreativas , sino a toda la comunidad (niños, jóvenes y adultos) para el disfrute de una recreación sana y elevar así su nivel espiritual y cultural..
- Que la propuesta del plan de actividades sea del agrado a estos jóvenes
- Cada individuo tiene un modo particular ajustado a sus necesidades, de emplear el tiempo libre. Sin embargo en las investigaciones sociológicas realizadas han

definido operativamente a los jóvenes como el grupo social de mayor vulnerabilidad en una comunidad.

Es evidente que el concepto de recreación física y tiempo libre ha sido establecido por diferentes autores y cada uno de ellos considera un grupo de principios, condiciones, motivaciones, determinadas por las condiciones

BIBLIOGRAFÍA.

1. Barroso de Urrutia Lourdes, (2003). Selección de Lectura Sociología y Trabajo Social Aplicado. Editorial Deporte, Ciudad Habana.
2. Barriéntos, Julio, Giovanni (2005). Propuesta de Programación Recreativo Físico Deportiva, para Escuelas y Barrios Urbanos Marginales del Departamento de Chiquimula Guatemala, Trabajo de Diploma, Facultad de Cultura Física de Pinar del Río, Junio del 2005.
3. Caivano, F. (1987) El ocio .En Toni Puig (drto) Cultura y Ocio .Estudio de Project Jove de Barcelona, Ayuntamiento, P P. 373-381.
4. Colectivo de Autores Rusos (1988) Psicología. Ciudad de la Habana Editorial-Deporte2006. Edición, Manolo L Granada.
5. COLECTIVO DE AUTORES. (2001) Psicología para educadores. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
6. Denies Esquive Wilfredo, Coguilera Casariego Carlos A. y Gasparico Riquelme, Edición Interior: Corpografic, Guatemala 200
7. DUMAZEDIER, J (1971) Realidades del ocio e ideologías. En J DUMA ZEDIER y otros, ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella
8. _____ (1988) Révolution Culturelle du temps libre. Paris : Meridiens Klincksieck.