

FACULTAD DE CULTURA FISICA
“NANCY URANGA ROMAGOZA”
PINAR DEL RIO
SUM DE PINAR DEL RIO

TITULO: Propuesta de actividades recreativas para la ocupación del tiempo libre de los habitantes del consejo popular “Capitán San Luis” en el municipio de Pinar del Río.

AUTORAS: Lic.Yardleys Noda Rabelo.
MSc. María Antonia Afre Socorro.
Lic. Zaire Bolufe Fernández

SINTESIS CURRICULAR:

Yardleys Noda Rabelo Pinar del Río 1982 Licenciada en Cultura Física y Deportes, Profesora instructora. Ha participado en talleres y jornadas científicas, en el I Congreso Científico del Alba. Es profesora y Coordinadora de año en la Sede Universitaria Municipal Cultura Física de Pinar del Río
Dirección Calle Rafael Morales Número 120 entre Delicias e Isabel la Católica
Pinar del Río Teléfono: 726449 sumpinar@fcf.pinar.cu

RESUMEN

El proceso actual de desarrollo en las investigaciones, objetivamente, va asignando al factor Tiempo Libre y la Recreación, un papel cada vez más importante en las tareas del desarrollo económico y del bienestar social. En la base de esta importancia está el reconocimiento al fenómeno recreativo de una función de reproducción y auto desarrollo, así como el análisis del contenido de la Recreación, constituido por formas culturales, que le permite participar en la elevación del nivel cultural, elemento importante al mejorar la calidad de vida de la población. Con esta investigación pretendemos proponer un grupo de actividades en función de la ocupación del tiempo libre y la satisfacción recreativa de los habitantes de la Circunscripción motivo de estudio. El trabajo se inició con la aplicación de un diagnóstico para conocer la situación concreta del lugar, el cual contemplo un grupo de aspectos como: Datos socio-demográficos y generales de la población objeto de estudio, oferta recreativa existente, así como las necesidades e intereses recreativos de estas personas. Durante la realización del trabajo se utilizaron diferentes métodos teóricos, empíricos y estadísticos. El trabajo con ellos permitió elaborar una propuesta de actividades, las que se han estructurado sobre la base de la realidad, partiendo de los preceptos más actuales sobre la temática en cuestión, los intereses de los factores comunitarios y la satisfacción de los que han recibido los beneficios de esas actividades durante su implementación. Con la propuesta se propiciaran cambios de parecer en los habitantes, favorables a la a ocupación del tiempo libre cuando la labor instructiva toque más de cerca a los adolescentes y esas actividades constituirán una alternativa viable en el proceso de clarificación de valores en el desarrollo de habilidades deportivas, relacionadas además con el medio ambiente.

INTRODUCCIÓN

El Consejo Popular es la estructura socio – política que responde a la estructura municipal y expresa la gobernabilidad en lo económico, político y social de la población, está integrada por un grupo de circunscripciones y en el mismo se

representan los organismos, instituciones, organizaciones, centros de trabajo, empresas etc. La Cultura Física se encuentra representada en los Consejos Populares por las Escuelas Comunitarias las cuales deben proyectar el desarrollo de la Cultura Física en cada una de las comunidades, para lo que se tienen que tener en cuenta una serie de factores entre los que se encuentran áreas deportivas o terrenos con que cuenta la comunidad para realizar las actividades, en cuanto a la Recreación Física se deben poseer los sistemas de información de cada una de las circunscripciones en relación a las necesidades físico recreativas, posibilitando su integración la planificación estratégica de las actividades físicas de tiempo libre en el Consejo Popular, con el objetivo de lograr un desarrollo exitoso de nuestro trabajo y garantizando bases sólidas para la argumentación y comprensión de todos aquellos elementos que en mayor o menor grado pudieran incidir en los resultados de esta investigación, fueron utilizados los elementos más actuales, extraídos de libros, folletos, informaciones temáticas, recortes, etc., los cuales trataremos a continuación.

El tiempo social es la forma de existencia de los fenómenos materiales fundamentales de la sociedad que resultan una condición necesaria para el desarrollo, el cambio consecuente de las formaciones socio - económicas como proceso histórico-natural. Su estructura se presenta en dos partes fundamentales: el tiempo de trabajo y el tiempo extra laboral, que se encuentra fuera de la producción material. Un análisis ulterior de la estructura del tiempo extra laboral condujo a los investigadores a extraer de este tiempo el propio tiempo libre, que por lo tanto constituye una parte específica del tiempo de la sociedad. ¿Qué es?; ¿Qué representa en sí? Realmente esta problemática es muy antigua, describiendo una trayectoria que parte desde Aristóteles, ideólogo de la sociedad esclavista, hasta nuestros días, en que mucho se debate y escribe al respecto. Al hablar de tiempo libre, es preciso destacar la vinculación directa de éste fenómeno con la producción social, y por tanto, su naturaleza económica, antes que socio - psicológica, la cual una vez evidenciada permite el estudio sociológico del mismo sobre bases rigurosas.

En efecto, el tiempo libre es un concepto en el cual se reflejan distintos aspectos de las relaciones económicas, al margen de los procesos de producción, en

combinación con otros parámetros del tiempo de la actividad vital de los hombres, caracteriza las condiciones de vida de la población, la reproducción de la capacidad física e intelectual, el grado de desarrollo multilateral de las personas, la actividad social y la orientación política. Este constituye una necesidad social para el individuo, ya que en cierta medida, de su empleo racional y útil, dependerá el papel que desempeña el hombre, dentro de la sociedad en que se desarrolla. En el ámbito de las prácticas sociales, el tema del ocio o el tiempo libre ha sido uno de los más discutidos y arbitrariamente definidos. Su importancia está dada, entre otros aspectos, por el reconocimiento que de él hacen los autores de las más diversas tendencias ideológicas. Podríamos afirmar que existen tantas definiciones como autores se han referido a ellos. Es por lo menos curioso que en algunos países o idiomas se hable de ocio, en tanto que en otros se hace referencia al tiempo libre (en eslavo, italiano, etc.). Para algunos la variable central pasa por la objetividad o la subjetividad, por el sentimiento íntimo de libertad o por el ejercicio concreto y verificable de acciones que implican un compromiso con la realidad. Tal suele ser el enfoque de los que se acercan desde la Filosofía. Para otros, el territorio se circunscribe a la relación trabajo - ocio, concepción en la que se inscriben centralmente algunos sociólogos. También pueden encontrarse aproximaciones desde el psicoanálisis, la psicología social y la pedagogía con sus particulares enfoques. Para el sentido común, el análisis pasa más por definir las actividades para ese tiempo vacío de obligaciones, que en pensar por que trabajamos o como se concibe el trabajo. (1)

Así mismo Marx le atribuía al tiempo libre dos funciones básicas, la de ocio (a la que llamamos reproducción) y la actividad más elevada (denominada auto/ desarrollo). La primera dirigida a la regeneración física de los individuos y la segunda destinada al desarrollo de las aptitudes y capacidades humanas. Ahora bien, para toda la sociedad llegar a la esencia del tiempo libre tendría que ver las actividades de este tiempo, la obligatoriedad y la necesidad de ellas; en relación con la obligación, se presentan como de alta obligatoriedad el tiempo relacionado con el trabajo, es decir la producción material o espiritual, sin embargo en el tiempo de reproducción (extra laboral), esta obligatoriedad y necesidad descienden, aunque mantiene niveles de obligación y ejecución, en este caso el

hombre las puede realizar con cierta flexibilidad en relación con la oportunidad, duración y forma de ejecución. Aquí se enmarcan las actividades utilitarias como (comer, asearse, dormir, cocinar, lavar, etc.); dentro de ese propio tiempo extra laboral de reproducción hay un grupo de actividades que por el grado bajo de obligatoriedad y por la amplia gama de ellas, permite al sujeto optar por una u otra según sus preferencias, intereses, habilidades, capacidades, nivel de conocimiento, a estas actividades se les denomina recreativas y pueden seleccionarse libremente, expresándose individualmente. Pérez A. se refiere a que la interrelación existente entre las actividades recreativas, la posibilidad de opción de éstas y la disponibilidad de un tiempo para su realización dados como una unidad es lo que se denomina recreación. En relación al concepto de tiempo libre hoy en día aún se plantean interrogantes que no están solucionadas totalmente, por lo que sociólogos, psicólogos y otros, mantienen discusiones y debates desde sus ciencias respectivas; no obstante se plantean algunas definiciones para su mejor entendimiento (2), (3)

Es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones. Otro de los conceptos analizados en la literatura, plantea que el tiempo libre es aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no es de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico, se puede optar por una de ellas. 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." También O. G. Petrovich en su libro El tiempo libre y el desarrollo armónico de la personalidad, al referirse a esto lo ve como una riqueza social cuando se emplea en el desarrollo armónico del hombre, su capacidad y así mismo, para un aumento aún mayor del potencial material y espiritual de toda la sociedad. El mal interpretado o llamado tiempo libre, no es tiempo de recreación, no es tiempo libre hasta cuando se dan ciertas condiciones socio – económicas que permiten satisfacer en un nivel básico las necesidades humanas vitales que corresponden a una sociedad específica, sobre esta base se encuentra el principio de opción habilidad de libre elección de las actividades del tiempo libre. Debemos

referirnos que aunque el concepto recoge que el grado de obligatoriedad de las actividades no son de necesidad no contradice lo que en todo momento haremos al enfatizar la importancia de las actividades recreativo físicas como una necesidad en la práctica social de la comunidad; en ese caso se refiere a la necesidad desde otro punto de vista al tener presente que la opción por una u otra actividad se expresan individualmente.

DESARROLLO

El Consejo Popular urbano “Capitán San Luís” del municipio Pinar del Río posee una población de 13 497 habitantes, donde están representados todos los grupos etarios. Podemos señalar que la Circunscripción cuenta con un amplio perímetro peri- urbano que puede ser explotado con vistas a desarrollar un sinnúmero de actividades opcionales, como oferta recreativa, lo que permite aumentar perfectamente la satisfacción recreativa de los pobladores

En las entrevistas realizadas a los factores involucrados en el desarrollo de la recreación en el Consejo Popular se evidencia, la poca variedad y cantidad de las actividades que se organizan y ofertan, no existiendo la sistematicidad necesaria en la realización de las mismas, lo que influye negativamente en la creación de hábitos de participación y motivación de los habitantes de la Circunscripción. Aun, cuando existe una programación recreativa que parte de la Escuela Comunitaria, las actividades planificadas no responden del todo a los intereses y posibilidades de los habitantes, existiendo dificultades también en cuanto a la divulgación y coordinación de estas actividades. En sentido general se puede plantear que el conocimiento de los habitantes del Consejo Popular, sobre las actividades recreativas que se ofertan en el mismo, es bajo, en lo que puede incidir entre otras causas un débil trabajo en la divulgación y planificación de estas actividades, la participación en las actividades ofertadas es baja, siendo los Festivales Deportivo Recreativos y los Torneos Deportivos Populares los de mayor participación

Partiendo de los resultados de los diagnósticos aplicados, más el criterio de los especialistas, nuestra experiencia y otros elementos, nos dimos a la tarea de

conformar e implementar la nueva propuesta de actividades recreativas para los habitantes de la Circunscripción.

Este proyecto de Programación que se plantea, propicia el desarrollo socio cultural y educativo, promueve el auto desarrollo de la circunscripción, dando pasos positivos y mancomunados con la aplicación de un conjunto de ejercicios físicos recreativo. Todas estas actividades tienen el fin de lograr la unidad de criterio respecto a la amistad, el afecto y la socialización. El mismo está estructurado en el empeño de crear una oferta recreativa movilizativa, aceptada, educativa y creativa, pero no sobre la base de la demanda irracional, de una nueva infraestructura recreativa, sino con la utilización del desarrollo endógeno de la circunscripción, objetiva y existente, puesta a máxima explotación por las capacidades creadas de un personal técnico y de servicio, en condiciones de dar cumplimiento a los objetivos sociales de la recreación, en las condiciones concretas del desarrollo en nuestro país.

La propuesta de actividades físico recreativas que se proponen poseen:

Objetivo General Garantizar la satisfacción de las necesidades recreativas de la población, a partir de la diversificación de ofertas según gustos y preferencias, en correspondencia con los diferentes sectores poblacionales, incrementando los niveles de participación, contribuyendo a la elevación de la calidad de vida y ocupación sana del tiempo libre.

Objetivos Específicos

1. Dar respuesta a las demandas recreativas del territorio, con un diseño propio.
2. Diversificar la práctica de las actividades físicas de tiempo libre en relación a las manifestaciones de la recreación física y las posturas que se asume por los participantes en cada una de las zonas de la circunscripción.
3. Incorporar masivamente a la práctica de las actividades físicas de tiempo libre a la población de los distintos grupos de edades del Consejo Popular.
4. Lograr una explotación óptima de los recursos, áreas e instalaciones de la comunidad.
5. Promover la divulgación masiva de las actividades físicas recreativas en toda la extensión del Consejo Popular.

6. Fomentar la cultura recreativa de esta población, a través de la formación de valores.

En la propuesta se realiza una explicación detallada de cada una de las actividades a desarrollar, teniendo en cuenta, que las mismas pueden ser ejecutadas por un representante de la comunidad, lo que posibilita la ejecución de las mismas aunque no cuenta la circunscripción con técnicos de cultura física.

Para la puesta en práctica de dicha programación se hace necesario una adecuada coordinación y apoyo de los factores e instituciones del municipio y del Consejo Popular específicamente. Una vez coordinadas y aseguradas las actividades a desarrollar en cada caso (tipo de actividad, fecha, hora, lugar) se hace imprescindible la amplia divulgación de las mismas. Esta deberá hacerse utilizando la mayor variedad de vías posibles, tales como: murales o carteles informativos, carteleras promocionales, información directa a través de los barrios del Consejo Popular, tanto por los activistas como por los demás factores. Cada actividad general a desarrollar deberá tener un nombre alegórico, en relación con el carácter y objetivo de la misma, lo cual le dará mayor connotación e interés. Además deberá contar con una planificación específica para su feliz realización. Deberá contemplar un conjunto de aspectos organizativos, tales como: nombre de la actividad, fecha, hora y lugar de realización, actividades a desarrollar, materiales, recursos e implementos necesarios, personal de apoyo, entre otros. El festival deportivo recreativo requiere una coordinación y planificación mas profunda, dada su complejidad. Esta actividad implica brindar al unísono la mayor cantidad de ofertas y actividades posibles, de carácter libre u opcional. Por tanto, cada actividad específica a realizar en el festival constituye en si misma una sub. Área, debiendo estar previsto con antelación el sitio donde funcionará y las personas que lo atenderán, teniendo siempre presente la variedad y la flexibilidad de las opciones. Para el logro óptimo de los objetivos propuestos se hace necesario el control y evaluación de cada una de las actividades específicas que se vayan desarrollando, recogiendo además el estado de opción de los participantes en ellas.

A continuación algunas de las actividades propuestas

No	Actividades	Lugar	Sesión	Frecuencia
1	Competencias de Pesca recreativa.	Río Guamá	Mañana	Trimestral
2	Festival deport. recreativo	FCF	Mañana	Mensual
3	Plan de la calle	Calle Marina	Mañana	Semanal
4	Torn. interbarrios de Futbol	Terreno FCF	Tarde	F/S Seman.
5	Torneo Pop. De Beisbol	Complejo Guamá	Mañana	F/S Seman
6	Compet. de objetos volantes	Parqueo del estadio	Tarde	Trimestral
7	Competencia de dominó	Parque Martí	Mañana	Semanal
8	Competencia de dama	Parque el Bosque	Mañana	Semanal
9	Competencia de ajedrez	Academ.de Ajedrez	Tarde	Semanal
10	Maratón popular	Calle Martí	Mañana	Trimestral
11	Compet. juegos de ocasión	Cuadras Circunscrip.	Tarde	Semanal
12	Festival de juegos tradicionales.	áreas permanentes	Tarde	Semanal
13	Excursiones	Presa Guamá	T/D	Mensual
14	Acampadas	Inst. Campismo	T/D	Trimestral
15	Torneos de cricket	Terreno FCF	Tarde	Mensual
16	Torneos de rugby	Terreno F.C.F.	Tarde	Mensual
17	Compet. de ciclismo pop.	Pista Guamá	Mañana	Trimestral
18	Compet. de deporte	Pista de F.C.F.	Mañana	Trimestral

	canino			
19	Festival Adulto Mayor	Área del Villamil	Mañana	Mensual

El plan de actividades se está implementando con muy buena aceptación y muy buenos resultados en cuanto a satisfacción por los habitantes de la comunidad objeto de estudio **CITAS**.

CITAS

(1)-El sociólogo Dumazedier, que ha escrito bastante sobre el tema, afirma que el ocio cumple tres funciones: El descanso como reposo reparador y como liberación psicológica de las obligaciones. La diversión como antítesis de la rutina y la monotonía y el desarrollo (intelectual, artístico y físico) se opone a los estereotipos y a las limitaciones laborales.

(2)-B. Grushin afirma: “Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que quedan después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario”

(3)- V. Pashtarov, al referirse al tiempo libre 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”.

BIBLIOGRAFÍA

- 1-Asanuk, L. (2000). Gestión de tiempo libre. Barcelona: INDER Publicaciones.
- 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-Casals, Nora, 2000. La Recreación y sus Efectos en Espacios Periurbanos.
- 4-Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao
- 5-Dumazedier, J. (1971). Realidades del ocio e ideologías. En J.Dumazedier y otros, Ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella.

- 6-Fuentes, Núñez, R. 2001. Tiempo libre. España. Revista digital EF deportes.
- 7-Hernández Mendo, A. 2000. Acerca del Ocio, del Tiempo Libre y de la animación socio-cultural, Revista digital de educación Física y Deportes (Arg) 5 (23): 1-22, Julio. (consulta: 6 diciembre 2002).
- 8-Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. Colombia, FUNLIBRE.
- 9- Ponce de León, A. (2000). La educación en y para el ocio en personas mayores. Revista de pedagogía social nº 4.Universidad de Murcia.(En prensa).
- 10- Ramos, A; León, O. 2002. La Gestión de las actividades físicas de tiempo libre en el municipio San José de la Lajas con la aplicación de un Sistema de Información Geográfica. México. Revista Digital Tiempo Libre y Recreación.