

Los juegos recreativos, una vía para fomentar el interés lúdico en el adulto de edad mediana.

Sarai Vázquez-Rodríguez. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Fernando Edalio Batista-Jerez. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Yarina Alicia Sierra Suárez. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Resumen:

En la investigación que se describe a continuación, se proponen juegos recreativos como vía para fomentar el interés lúdico en el adulto de edad mediana que pertenece al club "La Filarmónica" del municipio Bayamo, provincia Granma, se emplearon métodos científicos teóricos y empíricos entre los que se encuentran la revisión documental, la observación y la técnica de entrevista, como resultado del proceso de investigación se detectaron dificultades que provocaron falta de motivación e interés hacia las actividades recreativas culturales realizadas en el club, teniendo en cuenta lo anterior se confeccionaron juegos que van a ayudar a la estabilidad física, mental, emocional y social del adulto de edad mediana.

Palabras clave: juegos recreativos / actividad lúdica / adultos medios.

Abstract:

For the research described below, it was our objective to develop a recreational playful alternative to encourage the interest in game on the average adult who belongs to the club "The Philharmonic" in the municipality of Bayamo City, Granma Province, were used scientific theoretical and empirical methods found between the document review, observation and interview technique as a result of the research process were identified difficulties caused lack of motivation and interest in cultural recreational activities carried out in the club, taking into account all previous it was build the alternative that will stimulate interest in the game, as well as help sustain physical, mental, emotional stability and social development of middle-aged adult.

Words key: recreational games / mature means.

Introducción:

Los juegos recreativos forman parte de una amplia gama de actividades recreativas, en todas las edades y en el adulto medio constituyen una actividad secundaria, compensativa de la fundamental, que es el trabajo; de ahí su gran importancia, lo que va unido a los beneficios

que puede aportar para alivianar la responsabilidad social que enfrenta este en la sociedad, entre otras cosas.

Como se ha planteado por los estudiosos del tema, los juegos recreativos o actividad lúdica recreativa, poseen un alto valor debido a que son acciones utilizadas para la diversión y su finalidad es que las personas las disfruten, contribuyendo en gran medida a la recreación, esparcimiento y entretenimiento de los adultos de edad media. Estos enriquecen y diversifican el intercambio grupal, lo que tiene gran relevancia porque los grupos representan el vínculo entre el individuo y la sociedad.

Uno de los grupos urbanos en los que se asocian espontáneamente los adultos medios, en las noches sabatinas, cada 15 días, en la zona urbana de Bayamo lo constituye el club "La Filarmónica", en este grupo se desarrollan actividades recreativo-culturales de tipo artístico-literarias, a pesar de realizar estas actividades se constató a través de la observación no estructurada que existen insatisfacciones que se han manifestado en la disminución de la asistencia a las actividades del club, apatía y falta de interés en las actividades que realizan, ocasionalmente ofrecen resistencia y muestran timidez para participar en las actividades colectivas, sobre todo miembros del sexo femenino y en la programación oficial no es una prioridad y no se especifica el uso de juegos y formas jugadas para desarrollar en ese espacio de encuentros del club, solo desarrollan actividades como cantar, declamar, bailar, hacer chistes.

Para materializar la investigación se elaboraron juegos recreativos para fomentar el interés lúdico en el adulto medio del club "La Filarmónica" del municipio Bayamo, provincia Granma.

Desarrollo:

El club "La Filarmónica" constituido por 98 integrantes, es la asociación cultural urbana donde se materializó la investigación, que se inició en marzo de 2010, se encuentra ubicado en la Casa de la UNEAC, en el centro histórico central de la ciudad y pertenece al Consejo Popular San Juan el Cristo del reparto [del mismo nombre](#) en el municipio Bayamo, provincia Granma.

Lo componen 52 adultos medios, con edades comprendidas entre los 42 y 57 años, de ellos 26 constituyen parejas y matrimonios, 46 son solteros, 55 mujeres y 43 hombres, 15 están

jubilados y los restantes trabajan, con un nivel universitario que ostenta el 56% y el 44 % tiene un nivel medio y medio superior.

Resultados de los métodos y técnicas aplicados en el diagnóstico inicial:

En la documentación oficial del club no aparecen en la programación como una prioridad y no forma parte de las actividades sistemáticas el uso de juegos y formas jugadas para desarrollar en ese espacio de encuentros del club, solo desarrollan las actividades recreativas culturales antes mencionadas.

En las 8 observaciones que se efectuaron a las actividades se apreció la disminución de la asistencia, reiteración de las actividades, mucha extensión en la duración de los espectáculos artísticos, apatía y falta de interés hacia las actividades que realizaban, no se han incluido nuevos miembros al club, manifestaban ocasionalmente resistencia y timidez para participar en las actividades colectivas, sobre todo, miembros del sexo femenino, además los juegos recreativos se empleaban esporádicamente.

A través de la técnica de los 10 deseos ningún integrante del club de los 98 muestreados expresó inclinación directamente hacia la realización de juegos recreativos. En los deseos expresados se incluyen 3 temas fundamentales relacionados en primer lugar con las actividades del club (revitalizar y añadir otras actividades) (67 integrantes representando un 68,36 %), en el segundo escaño, con la familia (unidad, comprensión, equilibrio) (64 significando un 65,30%) y en el tercero, las situaciones personales espirituales y materiales (salud, mejoramiento de las condiciones materiales, casamiento) (61 representando un 62,24%).

En la entrevista a la presidenta del club y a sus líderes se conoció que es único de su tipo en el país, otra información obtenida es la referida a la conformación del club, sus objetivos y las actividades que ejecutan.

En el diagnóstico de satisfacción debían marcar con una (x) la satisfacción que experimentan por las actividades que realizan en los encuentros del club.

De las actividades que efectúan, consideran que siempre les satisfacen las de bailar y las festivas al 100% de los miembros, la de hacer chistes a un 60,20% y cantar al 54,8%, el 42,89% no se satisface nunca con la de declamar.

	Otra (s) actividad (es) que les gustaría(n) realizar ¿Cuáles?	Cantidad	%
1.	Obras de teatros y de danzas	69	70,4
2.	Noches tradicionales	66	67,34
3.	Juegos desestresantes, relajantes, dinámicos, que motiven, tradicionales, de mesa	65	66,32
4.	Pasarelas	61	62,24
5.	Competencias de baile	61	62,24
6.	Encuentros deportivos	58	59,18
7.	Noches del piropo	53	54,08
8.	Competencias culinarias	53	54,08

Otro instrumento empleado fue el diagnóstico de interés en el que tenían la posibilidad de seleccionar cuáles eran las actividades que más les interesaría realizar en los encuentros nocturnos del club. Debían marcar si les interesaba nada, poco o mucho.

Al extraer los resultados se perfilan entre las actividades que más les interesaría ejecutar las de cantar, bailar, conversar con los amigos y las festivas a un 100%, en el segundo orden le siguen el deseo de ejecutar juegos relajantes, desestresantes, dinámicos, que motiven, tradicionales, de mesa, a un 68,36% y en el tercer escaño hacer chistes a un 60,20%.

Teniendo en cuenta todos estos resultados, las características del grupo, sus necesidades, gustos y preferencias se proponen los siguientes juegos recreativos.

Juegos de participación individual y colectiva	Juegos Rítmicos	Juegos para la Expresión Corporal	Juegos Didácticos
1. El secreto	9. Las sillas	13. Identifica la película	16. Serpiente de palabras
2. Este era un hombre	10. Sigue la melodía	14. Acontecimientos y estilos	17. Rompecabezas intelectual
3. Partamos el refrán	11. Baila con la escoba	15. El tren	18. Póngale el título

4. ¡La cola loca!	12. Los campeones del baile	19. La rueda de preguntas
5. Debajo de la falda y el pantalón		20. Ejercita tu mente
6. El tesoro escondido		
7. Sigue lo inesperado		
8. Telegrama corto		

Descripción metodológica de cuatro juegos:

1. Nombre del juego: Serpiente de palabras.

Materiales: Pizarra y tizas.

Objetivo: Ejercitar la mente y recrearse.

Organización: Sentados en forma de un semicírculo, se divide el grupo en dos equipos.

Desarrollo: Cuando el recreador le da la palabra que se relacione con personas, objetos, animales o cosas al primer jugador debe hallar otra que comience con la última letra de la palabra mencionada y prosigue el otro participante hasta donde se mantenga y no se pierda la secuencia. Ejemplo: palabra inicial (juego), cadena de palabras: (oficial-león-nube), los participantes que no mencionen rápidamente la palabra se le quitará un punto a su equipo, posteriormente le tocará el turno al otro equipo.

Reglas:

- ✓ La palabra seleccionada debe ser mencionada rápidamente.
- ✓ Ganará el equipo que menos puntos se le haya quitado durante el juego.

Variante: Las palabras mencionadas deberán tener 5 letras, en singular o plural.

2. Nombre del juego: Este era un hombre.

Objetivo: Ejercitar la mente y recrearse.

Materiales: Ninguno.

Organización: Se realizará un círculo y los participantes determinarán cómo desean permanecer, en la posición de sentados o parados, el guía del juego o el recreador les dirá a todos los participantes que en ese mismo momento deben olvidar su nombre y que asumirán el nombre de una prenda que se le asigne, o puede ser que el grupo desee cada uno seleccionar la prenda, las prendas serán las que usa un hombre Ej: pantalón, medias, camisa, short.

Desarrollo: Cuando cada uno de los participantes tenga el nombre de su prenda, el recreador o guía dirá Ej: este era un hombre que no tenía pantalón o cualquier otro nombre de prenda, el que tiene esta prenda responderá pantalón si tenía, lo que no tenía era Ej: medias, el que tiene esta responde y así sucesivamente, perderá aquel participante que no responda rápido cuando su prenda sea mencionada, también el que mencione el nombre de la prenda que ya no está en el juego, la persona que no juega porque perdió debe quedarse en el círculo disfrutando del juego.

Reglas del juego

- ✓ Todas las prendas deberán ser mencionadas.
- ✓ El que no responda rápido perderá.
- ✓ El jugador que mencione la frase incorrectamente y la prenda que salió pierde también

Variante:

*Podrá realizarse con las prendas que usa la mujer o con nombres de frutas, objetos, animales o cosas.

3. Nombre del juego: Identifica la película.

Objetivo: Expresar acciones corporalmente, comunicar una información y recrearse.

Materiales: Ninguno.

Organización: Se dividirá el grupo en dos equipos mixtos o uno de hombres y uno de mujeres, se situarán a una distancia de 5 mts.

Desarrollo: Al azar se escogerá el equipo que iniciará el juego y este seleccionará a un jugador que irá hasta donde está el otro equipo para que ellos le digan el nombre de una película conocida, previamente todos los del equipo deben haberse puesto de acuerdo, cuando el integrante del equipo sepa el nombre de la misma, se trasladará nuevamente hacia donde está su equipo, para que estos traten de identificar la película ¿Cómo se llama la película? a través de preguntas, el podrá responder con la cabeza sí o no y con las acciones que ayuden a identificar esta, en un tiempo de 1 minuto, pasado ese tiempo se dará por terminada la oportunidad de ese equipo, entonces le tocará al otro equipo que hará los mismos procedimientos que el otro.

Reglas del juego

- ✓ El jugador seleccionado para ir hasta el otro equipo, no podrá hablar, para ayudar a sus compañeros sólo podrá hacerlo con la cabeza y con acciones.
- ✓ El tiempo establecido será de 1 minuto, pasado ese tiempo si el equipo ha identificado la película se le otorgará un punto, si no la identifican el punto será otorgado al equipo que seleccionó la película.
- ✓ No podrá ir siempre el mismo participante.
- ✓ Gana el equipo que más puntos acumule.

Variante: En el juego se utilizarán nombres de países, continentes y libros.

Nota

*Se recomienda que el juego se realice hasta 6 veces con 3 oportunidades para cada equipo.

4. Nombre del juego: Acontecimientos y estilos.

Objetivo: Expresar acciones corporalmente, comunicar una información y recrearse.

Materiales: Tarjetas y plumones.

Organización: Se forman los estudiantes en 2 equipos ya sea mixto o por sexo y se le da a cada uno una situación o acontecimiento.

Desarrollo: Se iniciará cuando el recreador o guía le pida a uno de los participantes narrar en un estilo que será sacado al azar de una serie de tarjetas que tiene en sus manos. Los posibles estilos en que se pueden narrar son: cómico, lírico, trágico, escandaloso, épico, entusiasta, asustado, solemne, polémico y creativo.

Observaciones: Se puede dividir el grupo en subgrupos y darle a cada uno de ellos un estilo determinado para narrar un acontecimiento.

Reglas:

- ✓ Ganará el participante que mejor narre la situación.
- ✓ El participante debe estar dispuesto a narrar la situación de la manera que le salga en la tarjeta.

Después de confeccionados los juegos recreativos se procederá a la puesta en práctica en el programa, espectáculo o en las actividades del club, puede ser al inicio, en el desarrollo o al final, también en otros momentos, cuando los subgrupos afines se reúnan para conversar, compartir y deseen jugar espontáneamente, siempre que el ambiente sea propicio, se sugiere que se planifique este espacio lúdico con una duración de 10 a 15 minutos, la cantidad de

juegos para emplear debe oscilar entre uno y tres, utilizando estos de forma variada, alternada, sin caer en repeticiones que conduzcan al aburrimiento.

Conclusiones:

- En el proceso de investigación se detectaron dificultades en la concepción y planificación, que provocaron insatisfacciones y una gran falta de motivación e interés por parte de las integrantes del club hacia las actividades recreativo-culturales, de tipo artístico-literarias, realizadas en los encuentros.
- Los juegos recreativos permitirán fomentar el interés lúdico, contribuyen en gran medida a la recreación, esparcimiento, entretenimiento, además de ayudar a la estabilidad física, mental, emocional y social del adulto de edad mediana.

Citas y notas:

1. R. CAILLOIS. (1958). Teoría de los juegos. Barcelona, Seix Barral.
2. Pedro Fullera y col. (2003). Recreación Comunitaria .Cuba, Soporte Digital.
3. Jian Piaget, K. Lorenz, y otros. (1982). Juego y Desarrollo. Barcelona, Editorial Grijalbo.
4. Herminia Watson y col. (2008). Teoría y práctica de los juegos. La Habana, Editorial Deportes.