

## Programación de actividades recreativas en la naturaleza dirigida a los jóvenes de la comunidad “El Yunque de Baracoa”

### Programming recreational activities in nature aimed at young people of the community “El Yunque de Baracoa”

Aymara Cardet-Pérez<sup>1</sup>, Maikel Ramírez-Álvarez<sup>2</sup>, Yariela Cardet-García<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup>Lic. Profesor Instructor. Universidad de Guantánamo. Cuba. [aymaracp@cug.co.cu](mailto:aymaracp@cug.co.cu)

<sup>2</sup>M.Sc. Profesor Auxiliar. Universidad de Guantánamo. Cuba. [maikelra@cug.co.cu](mailto:maikelra@cug.co.cu)

<sup>3</sup>Lic. Profesor Instructor. Universidad de Guantánamo. Cuba. [varielacg@cug.co.cu](mailto:varielacg@cug.co.cu)

*Fecha de recepción: 25 de septiembre de 2018*

*Fecha de aceptación: 27 de octubre de 2018*

---

#### RESUMEN

Los espacios naturales pueden ofrecer utilidades a las actividades recreativas, como vía para la formación de una cultura de naturaleza y como medio de protección, cuidado y conservación de los mismos. Así surge este trabajo, con el propósito de hurgar en los niveles de conocimientos de los comunitarios, así como sus expectativas con fines recreativos. Esto posibilitó la organización de una programación de actividades recreativas en la naturaleza, a través de la cual los jóvenes comunitarios del “El yunque de Baracoa” puedan promover la explotación adecuada de estas áreas.

**Palabras clave:** Programación; Jóvenes; Naturaleza; Actividades recreativas; Recreación

#### ABSTRACT:

The natural spaces can offer utilities to recreational activities, as a way for the formation of a culture of nature and as a means of protection, care and conservation of them. This is the origin of this work, with the purpose of delving into the levels of knowledge of the community, as well as their expectations for recreational purposes. This made possible the organization of a recreational activities program in nature, through which the community youth of "El Yunque de Baracoa" can promote the proper exploitation of these areas.

**Key words:** Programming; Young people; Nature; Recreational activities; Recreation

## **INTRODUCCION**

La comunidad ha estado presente en las estrategias de desarrollo a nivel macro y micro social, pero durante la década del 90 del pasado siglo, ha sido ubicada en un lugar significativo de la atención de instituciones gubernamentales, políticas y sociales, según Zamora, R. & García, M. (1988).

Cabe destacar, la prioridad que en esta labor tienen las comunidades rurales, por asentarse en ellas parte importante de la fuerza productiva del país y sus recursos naturales, donde el Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación, como órgano rector de la actividad física y el deporte, incide en las mismas, plantea Pérez Sánchez, A. (2003), a través de sus esferas de actuación, en especial la recreación, como fenómeno socio cultural donde el hombre es la entidad fundamental en la comunidad, pudiendo transformarla positivamente con su actuar. En Guantánamo, el 12% de su territorio total lo constituyen áreas protegidas, destacándose el “Parque del Nacional Alejandro de Humboldt”, donde se encuentra enclavada la comunidad El Yunque de Baracoa.

Una de las tres condiciones básicas que motivaron el establecimiento de estos recintos desde sus inicios, es lograr que los visitantes y los comunitarios de estas áreas, obtuvieran distintos beneficios (recreativos, educativos y culturales) como resultados de esa conservación. El impacto al medio ambiente, producto de la deficiente actuación del hombre, a criterio de Fullonet, F. (2004), influye en el deterioro de estos espacios, razón que justifica la necesidad que desde la comunidad se potencien las actividades recreativas en la naturaleza dirigida a los jóvenes.

Se debe hacer énfasis, en las programaciones recreativas que se ofertan en estas comunidades, ya que no establecen como contribuir a la formación de individuos sensibles a los valores de la vida y con la naturaleza. Además, promover una actitud reflexiva que posibilite la comprensión y realización de actividades en contacto con la naturaleza, y las actividades como un verdadero uso creativo del

tiempo libre. Sin embargo, sobre esto inciden en la actualidad los siguientes factores:

- Los profesores de recreación, no inciden de forma sistemática en la comunidad por las características de las zonas rurales, y por la lejanía.
- Las ofertas recreativas no satisfacen las demandas de los jóvenes.
- No se tienen en cuenta las condiciones ambientales de las áreas, en función del bienestar físico y espiritual para este grupo etéreo.
- Los jóvenes manifiestan conductas inadecuadas respecto al entorno.

A esta situación se unen otros factores importantes a tener en cuenta, entre ellos destacan:

- ✓ El no contar con instalaciones deportivas y recreativas.
- ✓ La inadecuada utilización del tiempo libre por los jóvenes.
- ✓ La falta de motivación, por el déficit de recursos para desarrollar las actividades recreativas que son puntos vulnerables para mejorar la recreación.
- ✓ La realización de las mismas actividades tradicionales, lo cual, unido al escaso conocimiento de la educación ambiental, constituye un obstáculo para la planificación de actividades, que satisfagan las expectativas de los jóvenes y resulten beneficiosas para mejorar su actuar y cuidado del entorno.

Por lo anterior, se propone un diseñar una programación recreativa para potenciar las actividades en la naturaleza dirigida a los jóvenes de la comunidad “El Yunque de Baracoa”.

La investigación propicia un instrumento científico para el accionar en ambientes naturales, que contribuya a un desarrollo humano sostenible, y a la potenciación de un conocimiento que se traduzca en la conservación en estos espacios naturales, a través del proceso de la recreación.

## **DESARROLLO**

La recreación es un término que se escucha con mucha frecuencia en la actualidad, y por la amplia variedad de su contenido permite a cada persona identificarlo de diferentes formas.

Un enfoque muy aceptable, operativo y funcional sobre la recreación, lo aporta Cutrera, J.C. (1987), quien la define como “*la actividad humana, libre, placentera,*

*efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre*". Según este autor, 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.

Al respecto Pérez Sánchez, A. (2003), define el proceso de la recreación como *"...el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artístico-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad"*.

Es por ello, que para revelar el contenido y la naturaleza de las actividades de los seres humanos durante el descanso, se debe precisar el concepto de recreación, que muestra con claridad el contenido de esta clase de actividad, de considerable importancia para el desarrollo social del individuo.

La utilización del entorno con fines recreativos, puede proporcionar la adquisición de hábitos saludables, que permitan sentir satisfacción con la propia identidad corporal de la persona, la cual será el vehículo de expresión y comunicación consigo mismo y con los demás, dotándoles con las habilidades, destrezas y recursos necesarios para desenvolverse en el medio natural.

Otro elemento a destacar, son las actividades físicas en la naturaleza, concebidas por Ramos Rodríguez, A. (2004), como *"...aquella actividad de contenido tecnomotriz (psicomotriz y/o sociomotriz), que se realiza en el tiempo libre a cielo abierto, en pleno contacto con la naturaleza, bajo la acción de agentes físicos, con el fin de satisfacer las necesidades e intereses de movimientos, cognitivos y espirituales; sin que sea impuesta u obligada su participación"*.

Para Pérez Sánchez, A. (2005), la recreación ambiental, es un sector institucional que involucra la recreación como mecanismo para la integración de las personas entre sí y con el medio en busca de una mejor comprensión y protección. Este concepto tampoco escapa a un tratamiento en extremo generalizador para

inscribirse desde una fundamentación teórica poco abordada, como una arista de la recreación, donde se enfatiza su lado ambiental.

Abraham A.O. (1990), expresa que una educación ambiental orientada hacia la sensibilización del público por los problemas que afectan al medio, debe plantearse como un proceso continuo y permanente durante toda la vida, desarrollándose a partir de los problemas más inmediatos para abrirse a los ámbitos nacional, regional e internacional.

Desde el contexto de esta investigación, aparece un término sugerente como es el de la recreación ambiental, por estar estrechamente vinculado a la recreación, como proceso sociocultural y al medio natural como fuente inagotable de recursos y potencialidades, para las actividades recreativas.

Según Pérez Sánchez, A. (2005), la recreación ambiental, es un sector institucional, que involucra la recreación como mecanismo para la integración de las personas entre sí y con el medio, en busca de una mejor comprensión y protección. Este concepto, tampoco escapa a un tratamiento en extremo generalizador, para inscribirse desde una fundamentación teórica poco abordada, como una arista de la recreación, donde se enfatiza su lado ambiental.

Al realizar un análisis de los instrumentos aplicados a los jóvenes residenciados en el área protegida motivo de estudio, Parque Nacional Alejandro de Humboldt, nos percatamos que el 89% de los investigados conoce regularmente la zona, y el 93% expresan haber recibido algún tipo de información sobre el Parque Nacional y por qué se declaró un área protegida.

En cuanto a las preferencias recreativas, se evidencian las de carácter físico como las excursiones, caminatas, los juegos deportivos en la comunidad, fundamentalmente los fines de semana, pero de forma no programada por los profesores del Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación, vinculados con la esfera de recreación.

De los encuestados, solo el 38% de ellos se refiere a que han aprovechado las potencialidades del medio natural para satisfacer sus necesidades recreativas.

Lo anterior, evidencia que a pesar de que estos comunitarios radican en la zona del Parque Nacional Alejandro de Humboldt, no poseen un vasto conocimiento de

las potencialidades que le puede brindar este espacio natural, para la realización de actividades recreativas novedosas y de gran impacto.

Propuesta de programación recreativa.

Objetivo General: lograr la satisfacción plena en los jóvenes entre 16 y 21 años, de la comunidad "El Yunque de Baracoa", donde encuentren un espacio para el disfrute, esparcimiento, diversión, relajación física, el aprovechamiento óptimo de su tiempo libre y la recreación, a través de actividades recreativas en la naturaleza.

Metas:

- ✓ Satisfacer las necesidades y demandas recreativas de los jóvenes.
- ✓ Incrementar la participación de los jóvenes en las actividades planificadas.
- ✓ Lograr la integración de los factores de la comunidad en la realización de las actividades.
- ✓ Incrementar el nivel cognitivo de los jóvenes, en cuanto a la realización de las actividades recreativas en la naturaleza, así como el cuidado y protección de entorno.

Estructura general de las actividades.

- Actividades: se debe especificar el tipo de actividad, y el objetivo de la misma.
- Fecha: se debe procurar previamente para la preparación de la actividad.
- Hora: debe estar acorde con el tipo de actividad.
- Lugar: que posibilite la realización de la actividad y la participación plena de las personas.
- Cantidad de participantes:

Nº	Actividades	Fecha	Hora	Lugar
1	Conversatorio sobre las actividades recreativas y la naturaleza.	Septiembre	10.00am	Sala de video
2	Videos debates.	T/ Fechas	9.00am - 10.00am	Sala de video
3	Clínica sobre las técnicas básicas de la recreación turística.	Octubre y Noviembre	9.00am	Comunidad
4	Juegos de mesa.	T/ Fechas	T/D	Comunidad
5	Festival deportivo recreativo.	Noviembre	4.00pm	Comunidad
6	Excursión a "Bahía de Taco".	Diciembre	8.00am	Sendero

				Acuático Bahía de Taco.
7	Festival de construcciones rústicas.	Diciembre	10.00am	Comunidad
8	Festival de fotografía.	Diciembre	8.00am	Comunidad
9	Deporte de aventura.	Enero	8.00am	Comunidad
10	Festival acuático.	Febrero	3.00pm	Rio Duaba
11	Acampada.	Febrero	8.00am	Rio Duaba
12	Excursión a "El Yunque".	Marzo	8.00am	Sendero El Yunque
13	Festival de juegos tradicionales y autóctonos.	Abril	10.00am	Comunidad

Resultados de los instrumentos aplicados.

El 100% de los encuestados participó en las actividades ofertadas, y 42 de ellos, lo que representa un 93%, lo hizo de forma activa. El 80% de los jóvenes evalúa a las actividades de bien. Estas, fueron realizadas de lunes a domingos, siendo los fines de semanas, sábados y domingos, los más utilizados por ser donde se acumula la mayor parte del tiempo libre. Se utilizaron con más frecuencias las horas de la mañana y la tarde, según el convenio y las características de las actividades.

La totalidad de las actividades, se realizaron en contacto con el medio natural, aprovechando las potencialidades que el mismo proporciona, pero teniendo en cuenta su conservación y protección, incidiendo en la actitud de los jóvenes ante el entorno.

De los investigados, 39 de ellos, para un 87%, estuvieron satisfechos con las actividades realizadas, y el resto solo en algunas. Las actividades de mayor gusto fueron: la acampada, las excursiones, el deporte de aventura y la actividad cultural. Esto se comportó de esa forma, según plantean los encuestados, porque fue donde percibieron la mayor expresión de sus emociones, y por las experiencias vividas, así como el nivel de interacción con sus compañeros y el trabajo en equipo.



A pesar de lo anterior, los encuestados exponen sus deseos de realizar estas actividades en otras zonas del Parque Nacional, para poder intercambiar con otros comunitarios, conocer sobre sus costumbres y observar las potencialidades de esas zonas. Además, para realizar otras formas de deporte de aventura, que estén potenciadas por las características de las otras zonas.

La entrevista realizada a los usuarios jóvenes de la comunidad, sobre la programación de actividades en la naturaleza, arrojó las como información que los usuarios muestran satisfacción, sin embargo, consideran como limitaciones las siguientes:

- ✓ Los pocos sectores visitados del parque y la interacción con otras comunidades, lo cual limita la realización de otros tipos de actividades.
- ✓ Existe una pobre participación del resto de los comunitarios, residentes en las áreas deportivas, en los festivales recreativos, lo que limita el intercambio.
- ✓ Recomiendan realizar más actividades en la comunidad y en otras zonas rurales, para socializar las experiencias adquiridas.

Con respecto a las observaciones de las actividades recreativas realizadas por los jóvenes comunitarios, se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos:

- Vinculación de las características de la zona con las actividades.
- Realización de las técnicas básicas de campamento, en las actividades recreativas en la naturaleza.
- Necesidades recreativas de los comunitarios.
- Implicación consciente y ente activo en las actividades.
- Vinculación entre los aspectos cognitivos y de comportamiento ambiental.
- Potenciación de actitudes de respeto al entorno.

Todos los aspectos se lograron en mayor cuantía, predominando los de la ejecución de las técnicas básicas, ya que se pusieron de manifiesto en la mayoría de las actividades, y el nivel de participación activa en las actividades.

## **CONCLUSIONES**

Los referentes teóricos asumidos después de un minucioso estudio, permitió la realización del diseño de un programa físico recreativo, que contribuyó a potenciar



las actividades recreativas en la naturaleza, en los jóvenes de la comunidad El Yunque de Baracoa. La aplicación de la programación recreativa con un carácter variado, equilibrado, flexible, y diverso, a partir de utilización de las potencialidades que brinda el medio natural, para el desarrollo de las actividades recreativas, logró mejorar las ofertas recreativas de los jóvenes, influyendo positivamente en su desarrollo integral.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Abraham A.O. (1990). *La Educación Ambiental, una acción de todos*. La Habana: Popular.
- Cutrera, J.C. (1987). *Técnicas de Recreación*. Buenos Aires: Stadium.
- Fullonet, F. (2004). La necesidad de las actividades deportivas en el medio natural. *Tándem*, 16:7-19.
- Pérez Sánchez, A. (2003). *Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos*. (Material no publicado) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana. Cuba.
- Pérez Sánchez, A. (2005). *Hábitos físico – deportivos y estilos de vida en la población de Ciudad de la Habana, Cuba*. Madrid: Gymnos.
- Ramos Rodríguez, A. (2004). *Monografía del Tiempo libre y recreación en el desarrollo humano local*. La Habana: Ciencias Sociales.
- Zamora, R. & García, M. (1988). *Sociología del tiempo libre y consumo de la Población*. La Habana: Ciencias Sociales.