

Los videojuegos, influencias negativas en la práctica sistemática de actividades físico-recreativas

Videogames, negative influences in the systematic practice of physical-recreational activities

Yarileidys Leyva-Frómeta¹, Yasmina Cedié-Casero², Yasmín Hernández-Velázquez³

¹*Profesor Asistente. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.*
yarileidys@cug.co.cu

²*Profesor Asistente. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.*
yasminacc@cug.co.cu

³*Profesor Instructor. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.*
yasmin@cug.co.cu

Fecha de recepción: 15 de mayo de 2018.

Fecha de aceptación: 10 de junio de 2018.

RESUMEN

El uso abusivo de los videojuegos ha provocado la insuficiente realización de actividades físico recreativas por parte de la población, fundamentalmente los niños y jóvenes, provocando en estas enfermedades derivadas del sedentarismo, siendo este el problema que se investiga. El objetivo de esta investigación es proponer un conjunto de actividades recreativas en el medio natural para el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de la Comunidad de San Justo. Se utilizaron métodos del nivel teórico, del nivel empírico, y del nivel matemático, para corroborar y dar posterior solución a la problemática planteada.

Palabras clave: Recreación; Tecnologías; Videojuegos; Sedentarismo

ABSTRACT

The abusive use of video games has led to insufficient physical recreational activities by the population, mainly children and young people, causing these diseases arising from sedentary lifestyle, this being the problem being investigated.

The objective of this research is to propose a set of recreational activities in the natural environment for the use of free time of young people of the Community of San Justo. Methods of the theoretical level, the empirical level, and the mathematical level were used to corroborate and give a posterior solution to the problem posed.

Key words: Recreation; Technologies; Video game; Sedentary

INTRODUCCION

El hombre contemporáneo vive en condiciones difíciles para la salud, y se expone cada vez más a las consecuencias de un acelerado proceso de industrialización, urbanización y deterioro de las condiciones ambientales de vida. Todo lo anterior hace que en busca de un equilibrio biológico y psicológico, la Cultura Física se convierta en una excepcional ayuda para lograr este objetivo.

Como lo demuestran los estudios realizados sobre la evolución de las prácticas deportivas hasta la actualidad, la actividad física se ha incrementado. A raíz de la revolución industrial se desencadenó un proceso de aumento de tiempo libre siendo rápidamente aprovechado por la sociedad para crear un “ocio consumista”. Dentro de la actividad física existía el deporte como fenómeno independiente, el cual no es considerado en el tiempo libre. Así se puede plantear que la aparición de la actividad física de tiempo libre es prácticamente un fenómeno de nuestros días.

Pérez Sánchez, A. (2003), señala que “...*el conjunto de actividades de contenido físico-deportivo, turístico o terapéutico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual es a lo que llamamos Recreación Física o Actividades Físico Recreativas*”.

El objetivo fundamental de la recreación física es la satisfacción de las necesidades de movimiento del hombre, para lograr como resultado de esta influencia salud y alegría, esta se convierte en una importante opción para el desarrollo armónico e integral del hombre y de la sociedad en su conjunto.

El uso abusivo de las tecnologías, dentro de ellas los videojuegos, ha provocado la insuficiente realización de actividades físico recreativas de manera sistemática por

parte de la población, fundamentalmente en los niños y jóvenes. No obstante, Núñez, J. (2008), opina que los videojuegos son un entretenimiento que se adecua bien a la realidad del niño nacido en la era de la informática, ya que suponen una socialización en la cultura de simulación que caracteriza a las sociedades avanzadas contemporáneas.

Según el planteamiento de Pérez Sánchez, A. (2003), el exceso en el consumo de estos videojuegos, conlleva al aumento del sedentarismo, la obesidad, la ansiedad y el hábito de fumar, provocando enfermedades crónicas no transmisibles como hipertensión arterial, accidentes cerebrovasculares, enfermedades del corazón, y otras.

Es por ello que en el objetivo de la presente investigación es analizar las influencias negativas de los videojuegos en la práctica sistemática de actividades físico-recreativas en la población.

DESARROLLO

El desarrollo científico y tecnológico es uno de los factores más influyentes en la sociedad contemporánea. La globalización mundial, polarizadora de la riqueza y el poder, sería impensable sin el avance de las fuerzas productivas que la ciencia y la tecnología han hecho posible.

También la vida del ciudadano común está notablemente influida por los avances tecnocientíficos. La tecnociencia es un tema de gran importancia para la vida pública, y sin embargo, por su carácter especializado y el lenguaje esotérico al que recurre, su manejo suele estar en manos de grupos relativamente reducidos de expertos. Estos últimos, además, suelen serlo en campos muy específicos y pocas veces tienen una visión global de una disciplina científica, y menos aún de la ciencia en su conjunto, según el criterio de Núñez, J. (2008).

La ciencia como actividad pertenece a la vida social. En cuanto se le aplica el mejoramiento de nuestro medio natural y artificial, a la invención y manufacturas de bienes materiales y culturales, la ciencia se convierte en tecnología, siendo esta el conjunto de conocimientos científicos y empíricos, habilidades, experiencias y organización requeridos para producir, distribuir, comercializar y utilizar bienes y servicios.

En el corazón de la civilización contemporánea está la moderna tecnología y esa tecnología es ciencia intensiva, plantea Núñez, J. (2008). El desarrollo tecnológico está alterándolo todo, desde lo económico y lo político hasta lo psicosocial, la vida íntima de las personas, los patrones de consumo, la reproducción humana, la extensión de la vida y su límite con la muerte. La tecnología lo invade todo en el mundo contemporáneo.

Conjunto de actividades recreativas en el medio natural para el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de la Comunidad de San Justo.

En la propuesta de actividades recreativas en el medio natural para el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de nuestra investigación, se tuvo en cuenta la edad, sexo, gustos, preferencias, así como los aspectos psicológicos, biológicos, la disposición para realizar las actividades, las cualidades psíquicas evolutivas, las condiciones y los medios con que se contaba. La propuesta está en correspondencia con los programas y orientaciones metodológicas de Recreación Física, cumple con su alcance educativo, permitiendo crear hábitos de sano esparcimiento, mejorar condiciones físicas, sociales y mentales, desarrollar el sentido de solidaridad, colaboración y trabajo en equipo.

En él participan los jóvenes, y lo hacen acompañados de sus amigos y familiares en las diferentes actividades. Existen diferentes actividades como: físicas, culturales, tradicionales, permitiendo un equilibrio, esto posibilita la participación de los jóvenes y el resto de la población, teniendo en cuenta ambos sexos.

Todas las actividades que se ofertan están sujetas a los gustos y necesidades de los participantes, quienes muestran sus habilidades en el desarrollo de los mismos. Las actividades rompen con la rutina y logran que el participante se motive, permiten variar las actividades cumpliendo con las expectativas de los participantes e incorporan otras que sean del agrado de estos.

Además mediante las diferentes actividades recreativas, se efectúan en diferentes oportunidades la transmisión cultural de generación a generación, favoreciendo su práctica y el entendimiento inter generacional cuando se crean los espacios de participación de padre-hijo-amigos. Las actividades físico-recreativas en los

jóvenes es un importante agente socializador, que permite la interacción con los miembros del grupo, disfrutar de actividades grupales y motivar el actuar de cada uno.

Persiguiendo minimizar la forma de manifestación actual que impera en ellos, estas actividades contribuyen, entre otras cosas, a asumir en su personalidad las normas morales de nuestra sociedad. Inciden en el fortalecimiento de los diferentes valores que tanto se han deteriorado en estos últimos años, haciéndose referencia fundamentalmente en el colectivismo y la cooperación, como afectos fundamentales que deben primar en el desenvolvimiento directo con la naturaleza. Para la elaboración de las actividades, se tuvieron en cuenta las ideas expuestas por Pérez Sánchez, A. (1997), en cuanto a recreación, tiempo libre, actividades recreativas en la naturaleza, entre otros, que de una forma u otra inciden en el actuar social de los investigados.

Actividades:

1. Festival Recreativo Variado "Más cerca de mi comunidad".
2. Demuestra tus potencialidades en el terreno: Voleibol, Fútbol.
3. Competencias Inter barrios.
4. Torneos de voleibol "Por el cuarteto perfecto".
5. Encuentros recreativos a través de Juegos de mesa y "contra el tablero".
6. Demuestra tus conocimientos y habilidades en el deporte.
7. Maratón Popular.
8. Fútbol Vallita.
9. Sanabanda masiva.
10. Actividades culturales.
11. Juego de pelota cuatro esquina.

CONCLUSIONES

Todo lo antes expresado, nos lleva a considerar que los avances científicos tecnológicos han tenido un gran impacto en el desarrollo de la sociedad, pero el uso abusivo de las mismas, en este caso los videojuegos, conllevan a una serie de influencias negativas en la formación general integral de las nuevas generaciones. Sus consecuencias en el orden social producen modificaciones sustanciales en el

ritmo de vida del hombre contemporáneo. El profesional de la Cultura Física y en específico el profesor de Recreación Física tiene como tarea fundamental divulgar y promover en gran medida la práctica sistemática de actividades físico - recreativas para lograr el desarrollo multilateral y armónico de las nuevas generaciones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Núñez, J. (2008). *Problemas sociales de la ciencia y la tecnología*. La Habana: Ciencias Sociales.
- Núñez, J. (2008). *De la ciencia a la tecnociencia: pongamos los conceptos en orden*. La Habana: Ciencias Sociales.
- Pérez Sánchez, A. (1997). *Fundamentos Teóricos Metodológicos de la Recreación*. México: Talleres Gráficos de la Dirección de Publicaciones.
- Pérez Sánchez, A. (2003). *Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos*. (Material no publicado) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana. Cuba.