

## *Alternativa recreativa para el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes* *Recreational alternative for the use of free time by young people*

*Cruz Delia Dumé-López<sup>1</sup>, Danieyi Felix-Rodriguez<sup>2</sup>, Alfredo Maximiliano Soler-Agüero<sup>3</sup>*

<sup>1</sup>*Lic. Profesor Instructor. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.*

<sup>2</sup>*Lic. Profesor Auxiliar. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.*

<sup>3</sup>*Ms.C. Profesor Asistente. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.*

**Email:**

[deliadl@cug.co.cu](mailto:deliadl@cug.co.cu)

[danieyifr@cug.co.cu](mailto:danieyifr@cug.co.cu)

[asoler@cug.co.cu](mailto:asoler@cug.co.cu)

**Fecha de recepción:** 5 de noviembre de 2022

**Fecha de aceptación:** 7 de diciembre de 2022

### **RESUMEN**

Esta investigación está orientada al estudio de la situación actual de la Recreación Física en la Comunidad Carrera Larga del municipio El Salvador, Guantánamo, encaminado a solucionar uno de los problemas existentes, el aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes de 20 a 24 años a través de actividades físico deportivas- recreativas acorde a sus gustos necesidades y preferencias. Durante la aplicación del diagnóstico se arrojó que a estos jóvenes no se les ofertan actividades físico-deportivas - recreativas de forma sistemática y con una concepción metodológica dirigida a estas edades, por lo que participan en manifestaciones recreativas protagonizadas por adultos.

### **ABSTRACT**

Summary This research is oriented to the study of the current situation of Physical Recreation in the Carrera Larga Community of the El Salvador municipality, Guantánamo, aimed at solving one of the existing problems, the use of free time in young people from 20 to 24 years of age through of sports-recreational physical activities according to your tastes, needs and preferences. During the application of the diagnosis, it was found that these young people are not offered physical-sports-recreational activities in a systematic way and with a methodological conception aimed at these ages, so they participate in recreational events led by adults.

### **Palabras clave**

Tiempo libre; Jóvenes; Aprovechamiento.

### **Keywords**

Free time; Young people; Use.

## **INTRODUCCIÓN**

La práctica sistemática de las actividades físico deportivas-recreativas, ayuda al equilibrio físico, biológico y psicológico de los individuos, para poder enfrentar la vida en la sociedad. Su implementación dentro del entorno comunitario es de gran importancia, atendiendo que las mismas se convierten en un factor que tributa al desarrollo armónico del hombre, y que a su vez le sirve de terapia social para enfrentar el alcoholismo, tabaquismo y otras tendencias negativas; para su diversión y esparcimiento; lo que contribuye de manera especial a un mejor aprovechamiento del tiempo libre.

Precisamente la comunidad, constituye la célula básica de todo análisis que se realice a la sociedad, por constituir la cantera en la que se sientan las relaciones humanas y, por tanto, toda una serie de factores conductuales vinculados al proceso de educación y formación del hombre. Partiendo de este análisis realizado por psicólogos acerca de la recreación, se plantea que la recreación y la actividad física como parte de esta, son consideradas hoy en día como una necesidad para todos los seres humanos y debe estar al alcance de todos independientemente de la edad, sexo, talento y capacidad física. Ésta es reconocida por el gran beneficio que le brinda al hombre ya sea en la salud, en la economía, o en la sociedad.

El estado cubano, a pesar de la difícil situación económica y social que ha enfrentado durante más de 52 años, está asociado a las preocupaciones y acciones del desarrollo integral comunitario, en lo que la comunidad tiene un papel importante para la realización del trabajo educativo y formativo, por eso resulta inevitable e ineludible la obligada búsqueda de diseños que permitan enfrentar una política de desarrollo de la práctica de la actividad deportiva y la Recreación Física en función del aprovechamiento del tiempo libre de forma sana con un carácter masivo y de espectáculo, que conlleven a incrementar la calidad de vida de la población en niños, jóvenes y ancianos.

Cuba ha puesto en práctica actividades con fines recreativos que han incorporado activamente a diferentes centros laborales, de salud y educación en todas las enseñanzas para constituir un vínculo efectivo en programas y proyectos de rescate de tradiciones en la vida comunitaria, además como medio para fomentar la cultura, las tradiciones históricas y las costumbres de la comunidad.

La necesidad de solucionar los problemas propios de cada comunidad, relacionados con la práctica sistemática y controlada de la actividad física, obliga a profundizar en métodos, estilos y técnicas desde un enfoque de investigación participativa, en la elaboración y desarrollo de

proyectos comunitarios en los que a la vez que se resuelve un problema inmediato, a mediano plazo se logran crear las bases de una cultura general integral que permita a la comunidad implicada, la adopción de actitudes y prácticas adecuadas que eleven establemente su calidad de vida en la población.

Un elemento relevante de la práctica de la Recreación Física lo constituye su enfoque comunitario que, no sólo está dirigido a lograr una máxima participación de la comunidad en las diferentes actividades, sino también que los profesores, dirigentes, funcionarios, especialistas, promotores, técnicos, metodólogos y cuados del deportes trabajen en los instituciones deportivos y sean parte de ese entorno social donde viven y desarrollan todas sus actividades, siendo a la vez conductores y partícipes de los cambios sociales que se diseñan en la comunidad, para lo que deben tener en cuenta que: está constituida por el conjunto de participantes que viven en una comunidad geográficamente determinada cuyos miembros comparten intereses y actividades, con relaciones interpersonales y sobre todo intereses comunes. (Según Arias Herrera, H. 1995).  
Concepto.

Por lo que todos los procesos de aplicación o transformación que se desarrollen dentro de la comunidad y tengan participación directa o indirecta en parte, o en la totalidad de los factores que la integran, tienen un carácter comunitario y participativo.

Se debe recordar que constituye una necesidad que a los niños, jóvenes, ancianos y trabajadores se les brinden la posibilidad de contar con actividades recreativas que aprovechen de forma sana el tiempo libre del que disponen, teniendo en cuenta que la Recreación Física ocupa un lugar especial en el sistema de desarrollo integral armónico del individuo.

A pesar de que esta no descarta a ningún grupo etéreo ni establece diferencias de sexo, y que su carácter educativo, desarrollador y formador de habilidades físicas y cognoscitivas, de conductas sociales y de la personalidad del individuo está dirigido a todos por igual, se considera que los beneficios que brinda la práctica sistemática y controlada de estas actividades tiene mayor impacto en los practicantes de edades tempranas, teniendo en cuenta que estos se encuentran en una difícil etapa de formación de la personalidad, la conducta y su posición cómo ser social.

Se realizó un estudio exploratorio en la circunscripción 25 del Consejo Popular Carrera Larga del municipio El Salvador a partir de la observación y encuestas, arrojando un conjunto de problemas en la satisfacción de los gustos necesidades y preferencias en las actividades y una serie de hábitos perjudiciales en jóvenes, según investigaciones de salud.

Durante la aplicación del diagnóstico, unido a las vivencias y realidades cotidianas, se detectan las siguientes irregularidades en la oferta, organización y realización de acciones recreativas comunitarias para el aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes las cuales traen consigo la insatisfacción de los mismos.

Dado el criterio de las acciones recreativas comunitarias como necesidad y derecho del pueblo, es que la autora realiza un estudio de toda una serie de opciones, gustos, necesidades, preferencias y deseos de los jóvenes de la circunscripción 25 del Consejo Popular Carrera Larga del municipio El Salvador los que han referido no contar con una variada oferta. Esto se pudo constatar a través de observaciones, encuestas y entrevistas realizadas a los habitantes, conjuntamente con los factores vinculados a dicha actividad.

Además, se precisan a través de los instrumentos aplicados en la investigación a diferentes entes de la comunidad y en el contacto con los jóvenes una serie de limitaciones como son:

1. Escasa actividades que respondan a satisfacer los gustos y preferencias de los jóvenes en este Consejo Popular.
2. Poca divulgación de las acciones y ofertas recreativas, por lo que se realizan las actividades espontáneas de cada joven de forma desordenada y sin un fin educativo que esté en función de crear en los mismos un óptimo aprovechamiento de su tiempo libre.
3. Insuficientes las actividades planificadas acordes a la comunidad, lo que trae como consecuencia que los jóvenes presenten un uso inadecuado de su tiempo libre.

Los jóvenes son uno de los grupos etarios que abarcan mayor población, así como también la complejidad en esta etapa del desarrollo. El comienzo de la juventud los estudiosos del tema lo abordan como un segundo momento o fase de la adolescencia o adultez temprana. No se pueden establecer límites que enmarquen categóricamente la diferencia, pero sí hay rasgos que la caracterizan.

En esta etapa se desarrolla la esfera afectivo moral, en la cual se destaca como adquisición fundamental el desarrollo de la personalidad, la aparición de la concepción del mundo, que no es más que la representación que posee el joven de la realidad en su conjunto; abarca un conocimiento valorado de sus leyes, del lugar que ocupa el hombre en ella y de sí mismo, por lo que presenta un carácter generalizado y sistematizado.

Esta formación permite al joven elaborar criterios propios en las esferas de la ciencia, la política, la moral y la vida social en general. Estos puntos de vistas, con los que se siente afectivamente comprometido, se convierten en reguladores efectivos del comportamiento.

La comunidad es un lugar importante donde se reúnen los jóvenes, pues es el escenario ideal para la organización y desarrollo de múltiples actividades recreativas acordes con las necesidades y con las circunstancias existentes: intereses de estos jóvenes, gustos, preferencias necesidades y juegos creados espontáneamente por ellos mismos.

Es allí donde tiene cabida el caudal casi inagotable de juegos populares y tradicionales de la comunidad, que constituye la vía natural de juegos para los jóvenes, surgen nuevos juegos que nacen anónimamente y de forma espontánea, los que se practican intensamente hasta pasar a integrar los juegos tradicionales.

Por lo que resulta indispensable que los profesores de Recreación Física estén atentos siempre a la existencia de tales circunstancias para estimular la realización de variadas disciplinas recreativas e incidir pedagógicamente, adaptando en la actividad físico deportivas – recreativas cualquier juego nuevo, por incoherente e inútil que parezca.

Sin embargo, se pudo constatar a partir de la aplicación de diferentes instrumentos de investigación que las mayores dificultades están dadas en que después del horario docente los jóvenes no realizan ninguna actividad recreativa de forma controlada y planificada que le permita aprovechar el tiempo libre.

Estos participan en manifestaciones recreativas protagonizadas por adultos, tales como: el juego de dominó, de cartas y otros, donde predomina el consumo de alcohol, el tabaquismo, las palabras obscenas, hábitos que atentan contra la adecuada formación social de los jóvenes; si se tiene en cuenta que en estas edades comienzan a vivir una nueva etapa de su vida.

Por todo lo anteriormente dicho se plantea como problema científico: ¿cómo contribuir al aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes del Consejo Popular Carrera Larga en el municipio El Salvador, Guantánamo?

Se define como objetivo de la investigación: elaborar una alternativa recreativa para el aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes del Consejo Popular de Carrera Larga del municipio El Salvador, Guantánamo.

En el desarrollo de esta investigación se utilizaron los siguientes métodos científicos:

**Métodos del nivel teórico:**

Histórico y lógico: para captar el desarrollo histórico del objeto, el sistema de leyes que actúan como fundamento de su desarrollo y lo explican.

Análisis- síntesis: para analizar la información de la literatura consultada, así como los datos obtenidos con la aplicación de los métodos empíricos.

Inducción - deducción: para establecer generalizaciones, deducir los datos y las teorías existentes sobre las características y relaciones fundamentales del objeto de estudio.

Sistémico estructural funcional: para la elaboración de la alternativa recreativa teniendo en cuenta el carácter integrador y la concepción sistémica para el perfeccionamiento del proceso de recreación física comunitaria.

### **Métodos del nivel empírico:**

Análisis documental: permitió el estudio y análisis de los contenidos y materiales metodológicos, especialmente relacionados con las actividades físico deportivo-recreativas en la comunidad que están dirigidas a los jóvenes.

Observación: se puntualiza a través de la utilización de una guía para realizar una valoración general de la asistencia, organización y permanencia por parte de los jóvenes en las actividades físicas deportivas-recreativo, comprobando si se tuvo en cuenta la planificación, organización, control y nivel de motivación en las mismas.

Encuesta: se les aplicó a jóvenes para diagnosticar y evaluar su estado de satisfacción con respecto a las actividades que realizan en su tiempo libre, así como conocer el estado de aceptación de la muestra objeto de estudio al concluir cada actividad planificada en la alternativa.

Entrevista: se les aplicó a los directivos del combinado y los profesores de Recreación Física para evaluar y determinar el conocimiento y las principales opiniones en cuanto a la organización y desarrollo de las actividades físico deportivo recreativa realizadas en la comunidad en función de aprovechar el tiempo libre en los jóvenes.

Consulta a especialistas: para determinar la factibilidad de la alternativa recreativa elaborada.

### **De nivel matemático:**

Técnica porcentual: para interpretar cuantitativamente los resultados obtenidos en toda la investigación.

En este trabajo se tienen presente los aspectos teóricos vinculados con el proceso de la recreación física, enfatizando en los elementos que inciden en el aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes, se revelan las tendencias históricas de la Recreación Física en Cuba, teniendo en cuenta las transformaciones socioeconómicas, políticas y el desarrollo de la práctica de la actividad física de forma sana, controlada y sistemática en el país, además, se hace una caracterización de los aspectos pedagógicos y psicológicos, y los resultados del diagnóstico hasta las conclusiones del capítulo.

Para comprender el surgimiento y la evolución histórica de la recreación en Cuba se consideró oportuno tomar como referencia las etapas históricas en las que encuentran puntos de contacto con el objeto de esta investigación, determinando como contenido los siguientes elementos: estructura organizativa a nivel social, carácter y tipo de actividades recreativas que se realizaban, espacio que empleó, el objetivo y fin de esas actividades.

#### Etapa I. Antes de la colonia (1512)

Las referencias encontradas sobre las manifestaciones recreativas en Cuba durante esta etapa aparecen estrechamente vinculadas a las prácticas productivas y religiosas, así las representaciones músico-danzarías y pictóricas respondían a los preparativos de las cosechas, la caza y la pesca. G. Gutiérrez, (1979), reconoce en tales expresiones la génesis de actividades físicas con fines recreativos.

#### Etapa 2. Colonia (1512 - 1889)

En esta etapa el surgimiento de la diferenciación social y la propiedad privada da paso al modo de producción donde se pone de manifiesto los primeros síntomas diferenciadores entre el tiempo dedicado al trabajo y el dedicado al ocio; dadas las nuevas relaciones sociales y características de la época, la ocupación del tiempo de ocio fue expresión de nuevas formas de entretenimiento o diversión por parte de los diferentes grupos sociales que fueron creando la simiente de la cultura autóctona.

#### Etapa 3. Neocolonial o República Neocolonial. (1902 – 1958)

En la etapa neocolonial en Cuba, la Recreación física como fenómeno social inherente a los derechos del hombre como ser social era casi desconocida. Se han encontrado datos que revelan que en 1807 es enviado el Padre Juan Bernardo O´ Gaban de Santiago de Cuba, por la Real Sociedad de la Habana, a Europa para hacer estudios sobre la Cultura Física. Para muchos es considerado el Padre de la

Cultura Física Cubana. En esta época surgen instituciones sociales alrededor de las cuales principalmente se van a desarrollar actividades culturales, deportivas y recreativas, determinando su envergadura la solvencia de la clase que representan.

#### Etapa 4. Revolución en el Poder. (1959 – 2009)

Con el triunfo revolucionario en enero de 1959 la recreación, su organización y apoyo pasó a ser preocupación del nuevo gobierno, como parte inseparable del cambio en la calidad de vida de la población. En el mismo año del triunfo se creó el Ministerio de Bienestar Social que tenía entre sus funciones atender a la niñez a través del departamento de Recreación, para lo cual contaba



con tres programas de trabajo: programas en parques y calles, en centros de recreación y el dirigido a los campamentos.

Otra de las transformaciones fue la creación del Instituto Nacional de la Industria Turística, organización dedicada a la administración de las instituciones recreativas que antaño servían a la burguesía y ahora abrían sus puertas al pueblo. Las playas y antiguas sociedades, centros de pesca, cafeterías, hoteles y moteles pasaron a ser propiedad de la clase obrera en el poder.

El 23 de febrero de 1961 con la promulgación de la Ley 936 se creó el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER) institución que desde entonces se ocupa de tales menesteres en coordinación con otros organismos de la sociedad.

En 1962 se oficializó dentro de la estructura del INDER la dirección de Recreación que inició su accionar tomando como antecedentes las acciones realizadas al triunfo revolucionario por el Ministerio de Bienestar Social, para emprender la concreción de tres programas básicos: Programa de Recreación Rural y Urbana. Programa de Campismo y Programa de Excursionismo. Cada uno tenía como propósitos la organización, ejecución y control de las actividades recreativas en toda su amplitud, extensión y variedad para el beneficio del pueblo. Bajo el auspicio de estos programas la coordinación con otros organismos e instituciones sociales permitió el desarrollo de un sin número de actividades físicas, deportivas y recreativas dirigidas a los diferentes sectores poblacionales y a todo lo largo y ancho del país.

De vital importancia resultó, en estos años, el surgimiento del Instituto Superior de Cultura Física (década del 70) como eslabón indispensable para la elevación del nivel profesional de los instructores, las escuelas comunitarias y las Organizaciones No Gubernamentales (ONG) que de una forma u otra tienen relación e inciden en el desarrollo de las comunidades y especialmente de las rurales.

Cuando se habla de Recreación es necesario referirse al origen etimológico de la palabra el cual viene dado por una raíz latina de la palabra RECREATIO que significa renovar, recuperar y restaurar una situación vivida o vivenciada que generalmente produce una conducta satisfactoria en el ser humano (Ramos,1986).

Para establecer un concepto de la Recreación, es obligatorio recurrir al Dr. C. Aldo Pérez, Metodólogo Nacional de Recreación en Cuba, quien defiende el criterio de que esta: es una actividad integral, que como fenómeno social está constituida por formas creativas específicas que se expresan en actividades artísticas, literarias, cognoscitivas, físico- deportivas, educativas y profilácticas, sin olvidar algunas formas particulares que presentan la suma o integración de



más de un grupo de actividades señaladas, por ello está estrechamente relacionado con la educación, auto educación, higiene física y psíquica, la cultura y la diversión, que cumplen un papel coadyuvante en la formación de la personalidad en el socialismo. (Pérez, 2003).

Sin embargo, otro autor la define como: todo tipo de actividad relacionada dentro del tiempo libre, no sujeta a normas o intereses laborales, con carácter voluntario, capaz de desarrollar la personalidad y ofrecer al hombre una plataforma desde la cual pueda compensar las carencias y déficit surgido en el ámbito y movimiento de su existencia. (Perales, 1980)

Al analizar los conceptos planteados por los autores mencionados, se puede observar que, aunque expresados de diferentes procederes, ¡ambos coinciden en el carácter voluntario, educativo, formativo y desarrollador de la misma; así como en que esta actividad se concibe dentro del tiempo libre de las personas. Aunque la autora del trabajo asume el expuesto por el Dr. C Aldo Pérez por considerarlo más completo y actual.

La recreación física es un campo de experiencias y actividades que se realizan en el tiempo libre, libremente escogido y posee la potencialidad de enriquecer la vida, ¡mediante la satisfacción de ciertas necesidades básicas del individuo y de cultivar relaciones humanas sanas y armoniosas; es por consiguiente una actividad educativa, que promueve el desarrollo intelectual, psíquico y físico del individuo y de la comunidad, brindándole, además satisfacciones y experiencias placenteras. (Pérez, 2003).

Se aprueba el criterio de este autor, porque la función más importante de la Recreación Física es brindar al individuo bienestar y sano desarrollo de sus capacidades y expansión de sus horizontes personales.

Si se profundiza más en la conceptualización de la Recreación Física, teniendo en cuenta los criterios de los diferentes autores citados, se podría definir como el conjunto de actividades de contenido recreativo, deportivo y/o turístico que el individuo desarrolla voluntariamente en su tiempo libre como descanso activo, de forma individual o colectiva que contribuye a su formación multilateral.

En relación con todo lo expuesto, se considera que la práctica de actividades físico deportivos - recreativo deben mostrarse, como una actividad eminentemente lúdica, divertida, generadora de placer, que, aunque susceptible de establecer de forma sistemática y rigurosa se presenta generalmente como flexible, libremente.

Para Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, Recreación "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". Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

El descanso libera a las personas de la fatiga, cuando las mismas participan en actividades deportivas -recreativo se protegen del desgaste provocado por las tensiones derivadas de las obligaciones cotidianas, especialmente de las laborales. En el caso de los jóvenes que habitan en las comunidades, quienes tienen gran cantidad de tiempo libre, el participar en estas durante este tiempo contribuye a liberar las tensiones que producen las diversas problemáticas que se viven día a día y que van en detrimento de su calidad de vida.

La diversión libera al individuo del aburrimiento, la monotonía y la rutina, dado que el hombre moderno experimenta a menudo la necesidad de una ruptura con sus quehaceres cotidianos, para vencer las insatisfacciones y frustraciones que estos generan.

El desarrollo de la personalidad, libera de los automatismos del pensamiento y de la acción cotidiana, permitiendo una participación social más amplia y más libre, así como un cultivo general del cuerpo, la sensibilidad y la razón más allá de la exigencia de la formación práctica.

Entre los objetivos que debe plantearse el profesional de la recreación se encuentra, el atribuir más importancia a la participación que al resultado final y hacer énfasis en valores educativos tales como la comunicación social, divertirse a través del juego y del deporte, fomentar la creatividad, la educación, ofrecer la diversidad, estimular la cooperación y el espíritu de equipo, respeto a los compañeros.

En esta línea Camerino & Castañer, (1988), definen como actividades recreativas, aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas, técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los procesos comunitarios, que se puede generar la aplicación de un nuevo tratamiento pedagógico y no especialización ya que no se busca una competencia ni logro completo.

Diagnóstico del estado actual sobre el aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes de 20 a 24 años de edad de la comunidad Carrera Larga del municipio El Salvador.

Durante el desarrollo de la investigación efectuada en la comunidad Carrera Larga municipio El Salvador, Guantánamo, de una población de 362 jóvenes de 20 - 24 años de edad, se seleccionó una muestra de 90 integrada por ambos sexos que representa el 24,9 % de la población, conformada por 40 jóvenes de 20 a 21 años de edad, de ellos 25 son hembras y 15 varones; 30

jóvenes de 22 a 23 años de edad, correspondiendo 16 al sexo masculino y 14 al femenino, y 20 de 24 años.

Se tuvo en cuenta el criterio de cinco especialistas (un director del combinado deportivo de Carrera Larga, un subdirector del Deporte Participativo Actividad Recreativas, un metodólogo de Recreación Física de la dirección municipal de deportes de El Salvador y dos técnicos de Recreación Física), estos cuentan con más de 15 años de trabajo vinculados a la Recreación Física, además de dos funcionarios comunitarios (Presidente del Consejo Popular de Carrera Larga y el Delegado de la Circunscripción 25), con experiencia en trabajo con la comunidad donde se investiga.

Se realizó un diagnóstico preliminar que permitió conocer hacia donde orientar la investigación, para ello, tuvimos en cuenta los siguientes indicadores:

1. Características socio-demográficas de la comunidad en estudio.
2. Infraestructura en cuanto a instalaciones deportivas, recreativas.
3. Personal técnico para enfrentar en la comunidad objeto de estudio.

Principales resultados.

Antes de proceder al análisis de las encuestas y entrevistas efectuadas, es necesario aclarar que para la evaluación en Aceptable, Poco Aceptable y No Aceptable de las respuestas ofrecidas, tuvimos en cuenta los datos obtenidos mediante las observaciones hechas, que nos permitieron establecer claves evaluativas confeccionadas a partir de una valoración objetiva de la situación real de la Recreación Física y la ocupación del Tiempo Libre de los jóvenes muestreados de la comunidad donde se investiga, brindándonos elementos para proceder a la evaluación de dichas respuestas.

Análisis de los instrumentos.

Análisis de la encuesta inicial aplicada a los jóvenes de la muestra

Encuesta a los jóvenes de 20 a 24 años

Datos generales:

Sexo: M \_\_\_\_\_ F \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Hola:

En este momento nos encontramos efectuando un trabajo investigativo relacionado con el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes a través de actividades físicos – deportivas – recreativas.

El fin de este cuestionario es conocer los criterios que usted pueda poseer acerca del tema a tratar para poder profundizar en el mismo.

–Según las preguntas que aparecen a continuación, marque con una X la respuesta correcta:

1. ¿Le gusta participar en actividades físicos–deportivas–recreativas?

¿Cuándo?

Siempre\_\_\_ A veces\_\_\_ Nunca\_\_\_

2. ¿Dispone usted de tiempo libre para participar en estas actividades?

Sí\_\_\_ No\_\_\_

3. ¿En tu comunidad te ofertan actividades físicos – deportivas – recreativas –que te permita aprovechar tu tiempo libre?

Siempre\_\_\_ A veces\_\_\_ Nunca\_\_\_

4. ¿Cuáles actividades físicos – deportivas – recreativas le gustaría realizar?

- Mencione no menos de tres.

5. ¿Dónde te gustaría realizar estas actividades físicos – deportivas – recreativas para aprovechar su tiempo libre?

Dentro\_\_\_ Fuera de la comunidad\_\_\_

6. ¿En qué horario del día te gustaría realizar dichas actividades?

Mañana \_\_\_\_\_ Tarde \_\_\_\_\_ Noche \_\_\_\_\_

En un primer momento se aplicó la encuesta para determinar los intereses y necesidades recreativas, así como la frecuencia y momentos en que deseaban realizar las actividades en función del aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes.

En la primera pregunta, referido a si le gusta participar en actividades físico deportivas recreativas 78 de 90 jóvenes (¿86,66 %) respondieron que siempre le gusta practicar actividades físico deportivas - recreativas, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables; seis jóvenes (6,66 %) respondieron que a veces le gusta participar estas actividades, siendo evaluada la respuesta como Poco Aceptables y siete (7.77 %), que nunca le gusta practicar este tipo de actividad.

Con relación a la segunda pregunta, referente a si disponen de tiempo libre para participar en estas actividades, 86 jóvenes respondieron que sí, representando un 95,5 %, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables; solo 4 (4,44 %) del total respondió que a veces disponen de tiempo libre, siendo evaluada la respuesta como Poco Aceptables.

En la tercera pregunta, referida a que si en la comunidad les ofertan actividades físico deportiva-recreativas que le permitan aprovechar su tiempo libre, 68 (¿75,55 %) de los encuestados opinan que a veces se ofertan estas actividades, de ellos 32 son féminas y 46 varones, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables; 21 (¿23,33 %) plantean que siempre se ofertan, siendo evaluada la respuesta como Poco Aceptables; mientras que 17 (18,88 %) opinan que nunca se ofertan actividades físico deportiva-recreativas, siendo evaluada la respuesta como No Aceptables.

Según las respuestas ofrecidas en la cuarta pregunta, donde se preguntó sobre qué actividades físico deportiva -recreativas les gustaría realizar, el mayor porcentaje de encuestados se inclinó preferentemente por las Caminatas (63 %), el Palo enebado (57 %), Béisbol (48 %), Juegos tradicionales (45 %) y Fútbol (43 %).

En relación a la quinta pregunta, relacionada con el lugar donde prefieren realizar estas actividades físico deportiva -recreativas para aprovechar su tiempo libre, 79 (¿87,77 %) plantean que prefieren realizar las actividades físico deportiva - recreativas dentro de la comunidad, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables; mientras que 20 (22,22 %) desea recrearse fuera de la comunidad, siendo evaluadas las respuestas como Poco Aceptables. Estos resultados nos conllevaron a planificar actividades dentro y fuera de la comunidad para satisfacer las necesidades recreativas de todos los muestreados.

En la última pregunta, relacionada en que horarios del día te gustaría realizar dichas actividades, respondieron 17 (¿18,88 %) de 90 que preferían el horario de la mañana, siendo evaluadas las respuestas como Poco Aceptables; 81 (90,0 %) respondieron que, en horas de la tarde, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables. Las respuestas ofrecidas nos indican la planificación de las actividades en horas de la tarde después del horario docente.

Análisis de la entrevista aplicada a los directivos y profesores de recreación física del combinado deportivo de Carrera Larga.

Entrevista a directivos y profesores de Recreación Física del combinado deportivo de Carrera Larga.

Objetivo: determinar las principales razones que tienen los directivos del centro relacionado con la organización y desarrollo de las actividades de los físicos – deportivas – recreativas, las cuales se ejecutan con los jóvenes.

Temáticas:

1. ¿Considera que los jóvenes de tu comunidad poseen de tiempo libre?

Fundamente.

2. ¿Considera usted necesario planificar actividades físicos–deportivas–recreativas para el aprovechamiento del tiempo libre de los jóvenes de 20 a 24 años de edad?

Fundamente.

3. ¿Con qué frecuencia se realizan las actividades físicos–deportivas–recreativas en la comunidad?

Fundamente.

4. ¿Se ha instrumentado alguna alternativa recreativa para ocupar el tiempo libre de los jóvenes mediante actividades físicos – deportivas – recreativas en horario extradocente? Fundamente.

En el análisis de las entrevistas realizadas, con el objetivo de determinar las principales razones que tienen los directivos del centro relacionados con la organización y desarrollo de las actividades físico deportivas-recreativas las cuales se ejecutan con los jóvenes de la comunidad Carrera Larga, el 100 % de los entrevistados coinciden en que los jóvenes poseen tiempo libre, y añaden que este espacio de tiempo está dado esencialmente, después de terminado el horario docente donde estos realizan actividades ajenas a las planificadas por la escuela, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables.

En la segunda pregunta, donde se analiza en si es necesario planificar actividades físico deportivas - recreativas para aprovechar el tiempo libre en los jóvenes, el 100 % considera que existe la necesidad de planificar actividades de este tipo, fundamentando que estas, no satisfacen las expectativas de los jóvenes además, plantean que la práctica de actividades físico deportivas - recreativas son una vía factible para aprovechar el tiempo libre de los jóvenes, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables.

En una tercera interrogante, al preguntar con qué frecuencia se realizan las actividades físico deportivas-recreativas en la comunidad, 6 (6,66 %) entrevistados plantean que se realizan con poca sistematicidad, por la poca cantidad de profesores que laboran en la comunidad donde se investiga teniendo en cuenta las dimensiones de la misma, y se desarrollan fundamentalmente en días no laborables para agrupar mayor cantidad de participantes, siendo evaluadas como Aceptables; mientras que uno (1,11 %) opina que se realizan con bastante frecuencia, siendo evaluadas como Aceptables teniendo en cuenta que las observaciones realizadas arrojaron otra información.

Se considera que la poca práctica sistemática de estas actividades, limita las posibilidades de recreación de forma controlada y consecuente en los jóvenes, ya que para satisfacer sus

necesidades recreativas dependen de situaciones ajenas a la voluntad de los mismos, por lo que se deben planificar las mismas con una frecuencia que permita a los jóvenes satisfacerlas sin depender de factores que afecten sus intereses recreativos.

Por último, al interesarnos si se ha instrumentado algún diseño de intervención comunitaria para aprovechar el tiempo libre en los jóvenes mediante actividades físico deportivas-recreativas en horario extradocente, manifestaron que no se ha elaborado, agregando que la fuerza técnica de la recreación física que labora en el combinado deportivo está en formación profesional y no poseen los conocimientos técnico – metodológico como para realizar este tipo de investigación, siendo evaluadas las respuestas como Aceptables.

Resultados del análisis de la observación participativa.

Protocolo de Observación.

Objeto de la investigación: la participación y retención de los jóvenes en las diferentes actividades físicas–deportivas–recreativas.

Objetivo de la observación: determinar el nivel de participación y retención de los jóvenes en las diferentes actividades físicas–deportivas–recreativas.

Cantidad de observadores: 4

Tiempo total y frecuencia de las observaciones: cuatro meses, con dos frecuencias mensuales (en la Primera Etapa), y cuatro meses, con 24 observaciones (16 en días de semana y cuatro en fines de semana en la Segunda Etapa).

Tipo de observación: estructurada, no participativa.

Aspectos a observar en la unidad de investigación:

- Total de participantes.
- Nivel de retención.
- Tiempo de duración.
- Calidad de las actividades.

Fecha: \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

- Cantidad de jóvenes que asisten a las actividades.
- Cantidad de jóvenes que permanecen en las actividades.
- Cumplimiento de la planificación de las actividades.
- Calidad en la organización de las actividades.
- Ofertas.
- Estas ofertas satisface.



Llevando a la práctica los elementos que aparecen en la guía de observación, se efectuaron las observaciones en 6 momentos en fines de semana para observar cómo se comportaba la participación y la retención durante las actividades físico deportivo-recreativas que desarrollaban los jóvenes antes de la aplicación la alternativa recreativa, y 22 observaciones efectuadas durante la aplicación de la alternativa, de estas, 16 fueron en días de semana y 6 en fines de semana en un período de 4 meses.

Las observaciones realizadas inicialmente arrojaron una información concreta con relación al uso que le daban los jóvenes de la muestra a su tiempo libre, comprobándose que la participación se comportó a un 43,31 %, y la retención a un 37,23 % en las actividades, por lo que ambas fueron evaluadas como No Aceptables. Se puso de manifiesto la desmotivación de los participantes acentuada por las insuficiencias en cuanto a materiales y ofertas acorde a sus gustos y preferencias se refiere, se realizaban actividades carentes de toda planificación, organización e iniciativa, con la realización de juegos espontáneos tales como, animar, carreras y saltos.

En las observaciones realizadas durante el desarrollo de la investigación, la asistencia se comportó a un 88,81 %, mientras que la permanencia fue de un 92,43 %, en cuanto a la calidad de las actividades, se observó una buena organización y creatividad en función de los gustos y preferencias de los participantes, destacándose la Caminata, el Palo encebado y el Béisbol, desde sus inicios hasta su culminación.

Dentro de las actividades que no realizaban y aceptaron de muy buen agrado, en mayor escala, se encontraban los encuentros pre deportivos Inter Comunidad, la Caminata, el Palo encebado y el Béisbol.

Con el apoyo de los profesores de recreación física, educación física, cultura física, los directivos del combinado deportivo de Carrera Larga, el Consejo Popular y la comunidad se hizo posible la correcta ejecución de la alternativa recreativa en la zona de Carrera Larga.

## **CONCLUSIONES**

1. En el análisis de la evolución histórica de la Recreación Física en Cuba expone la necesidad de continuar profundizando en el proceso de desarrollo de la recreación física comunitaria para propiciar un enfoque diferente en cuanto a la organización, planificación, aplicación, control y evaluación de la misma.
2. La caracterización pedagógica y sociológica de la recreación física establece un sistema de conocimientos teóricos que la fundamentan y se asumen como sustento teórico para la elaboración de la alternativa recreativa.

3. Los resultados del diagnóstico mostraron que los jóvenes de 20 a 24 años del Consejo Popular de Carrera Larga no cuentan con ofertas físico deportivo-recreativas acordes con sus gustos y preferencias que les permitan aprovechar su tiempo libre de forma sana, controlada y sistemática.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Argüelles, J. (2005). Un Activista de Recreación Física en la comunidad de Piedra Blanca del municipio Holguín. Holguín .
- Armas, A. (. (2002). Metodología para el Trabajo con el Activismo de Recreación Física Comunitaria en el Municipio Cauto Cristo. Holguín. Holguín .
- Caballero, R. Y. (2004). El trabajo comunitario: alternativa cubana para el desarrollo social.
- Collazo, Y. (2004). Propuesta de un Programa Recreativo para los estudiantes del segundo ciclo en la enseñanza primaria del Consejo Popular San Agustín del Municipio Calixto García. Trabajo Diploma. Holguín. Holguín. III Jornadas de Actividad Física y Universidad. (s.f.). Barcelona.
- Rivacoa, M. Y. (2004). El trabajo comunitario: alternativa cubana para el desarrollo social.. Camagüey.
- Sanz, M. (1986). Actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas. Barcelona.
- Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España. (1993). Madrid, España.
- Urrutia, L. (2006). Sociología y trabajo Social Aplicado. Selección de lecturas . Ciudad Habana, Cuba. Editorial deportes.