

TÍTULO: PROGRAMA DE ACTIVIDADES DEPORTIVO–RECREATIVAS PARA POBLADORES DE TRES CIRCUNSCRIPCIONES DEL CONSEJO POPULAR SANDINO

TITLE: PROGRAM OF RECREATIONAL-SPORTY ACTIVITIES FOR PEOPLE FROM THREE VILLAGES OF SANDINO MUNICIPALITY

TALLER: XVI TALLER INTERNACIONAL DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA

Autores:

Eduardo Armando Prieto Tamarit

Correo electrónico: armando.prieto@upr.edu.cu

Título académico: Máster en Ciencias de la Educación en Red

Esperanza Cala Hernández

Correo electrónico: yaco2j@upr.edu.cu

Título académico: Especialista de Postgrado

Maidalys Rosa Ojeda Cosme

Correo electrónico: maidalys09@upr.edu.cu

Institución de los autores: Centro Universitario Municipal Sandino de la UPR
“Hermanos Saiz Montes De Oca”

País: Cuba

RESUMEN

En el presente trabajo se exponen los resultados de una investigación aprobada como proyecto de extensión por el Consejo Científico de la Universidad de Pinar del Río “Hermanos Saiz Montes de Oca”. El mismo tiene como punto de partida la falta de diversidad en las opciones deportivo-recreativas de tres circunscripciones del Consejo Popular Sandino, lo que limita el aprovechamiento del tiempo libre por los pobladores, además de la coordinación de esfuerzos de los distintos factores de la comunidad. Como paso previo se aplicó un diagnóstico para conocer el estado inicial, en particular lo relacionado con los gustos, preferencias y necesidades de los distintos grupos etáreos; así como la disponibilidad de instalaciones y recursos y la fuerza técnica a utilizar. Sobre esta base se trazó como **objetivo de la investigación** proponer un programa de actividades deportivo–recreativas para mejorar el uso del tiempo libre de los pobladores de tres circunscripciones del Consejo Popular Sandino, a partir de diversificar las opciones que se ofertan.

PALABRAS CLAVES: actividades deportivo-recreativas, trabajo comunitario.

ABSTRACT

In the present work is exposed the results of an investigation proved as an extension project by a scientific council of “Hermanos Saiz Montes de Oca” university in Pinar del Río. It has as a point of view the lack of diversity in the different recreational-sporty option of this villages, so it limit the good use of the free time by the population, beside the effort coordination of the different factors in the community. As a previous step it was applied a diagnostic to know the initial state particularly relate with likes, dislikes and necessities of the different groups, as well as the availability of the installations and resources and the technical force to be use.

Above this base it was trace as an objective of the investigation to propose a sporty-recreational program to improve the use of this three villages as of diversify the option that are offer.

KEY WORDS

Sporty-recreational activities , community work

INTRODUCCIÓN

La actividad física es considerada como una necesidad para todos los seres humanos, de todas las edades y razas, del campo y de la ciudad. Se reconocen sus beneficios como factor de salud, condiciones físicas, base del deporte y forma de vida activa para el bienestar del hombre. Es por ello que el país a través del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), como organismo de la Administración Central del Estado asume las actividades físicas en el tiempo libre como un derecho de todos,

El programa de Recreación Física se rige a nivel nacional y tiene como propósito la concepción, coordinación, aseguramiento y control de las actividades físico-recreativas en el marco de la comunidad y en otros objetivos del entorno, mediante proyectos integradores o puntuales basados tanto en la Misión como en la Visión de la institución. Aun cuando su formulación puede ser modificada de una edición a otra del Programa, o entre la versión nacional y las de los territorios (provincias y municipios).

El Programa Nacional expresa su visión del siguiente modo:

"Contribuir a la calidad de vida de la población cubana en su diversidad de grupos etéreos, de género y ocupacionales, brindando opciones recreativas adecuadas con que llenar el tiempo libre de forma sana y formativa, como parte de la misión esencial de la Cultura Física en sus diversos componentes (Educación Física, Deporte y Recreación Física) para la prevención de hábitos y conductas que atenten contra la sociedad". (INDER, 2015, p. 5).

Sin embargo a pesar de la importancia que tiene el desarrollo de actividades físico-recreativas, como parte del aprovechamiento eficiente del tiempo libre de forma sana y formativa, y por tanto para mejorar la calidad de vida de los pobladores de las diferentes localidades, el autor identificó como problema social: la falta de diversidad en las opciones deportivo-recreativas en tres circunscripciones del Consejo Popular Sandino, lo que no permitan un mejor uso del tiempo libre de los pobladores.

Para constatar el problema social anteriormente expresado se realizó un estudio exploratorio mediante la observación de actividades deportivo-recreativas que se desarrollan en las diferentes comunidades, la encuesta a los pobladores de las comunidades donde se realiza el trabajo y la entrevista al Presidente de la Comisión Municipal de Recreación, al presidente de los CRR y la FMC y a funcionarios del INDER. La síntesis de los resultados obtenidos permitió identificar las siguientes regularidades:

- Falta de articulación, de los grupos etéreos en los festivales deportivos recreativos en los el Consejo Popular.

- Limitación de medios rústicos e instalaciones para la realización de las actividades deportivo-recreativas; así como de ofertas.
- Carencia de un programa de actividades deportivo-recreativas que permita un mejor aprovechamiento del tiempo libre por parte de los pobladores e involucre a todos los actores del consejo popular.
- Insuficiencias en la capacitación con relación a la organización y desarrollo de las actividades deportivo-recreativas.

Para la solución de las insuficiencias anteriormente expresadas se trazó como **objetivo general de la investigación** proponer un programa de actividades deportivo-recreativas para mejorar el uso del tiempo libre de los pobladores de tres circunscripciones del Consejo Popular Sandino, a partir diversificar las opciones que se ofertan y como **objetivos específicos**:

- Caracterizar la situación que presenta el uso del tiempo libre de cada uno de los grupos étnicos de tres circunscripciones del Consejo Popular Sandino.
- Implementar el programa de actividades deportivo-recreativas.
- Elevar el nivel de satisfacción de la población sobre la diversidad de opciones para el uso y disfrute de su tiempo libre.

DESARROLLO

1. Consideraciones iniciales sobre

La palabra recreación se deriva del latín: recreativo y significa "restaurar y refrescar la persona".

Su importancia se fundamenta en la satisfacción que se genera de la actividad recreativa. Esta ofrece una salida para las potencias físicas, mentales o creativas, que es libre, placentera, su propia atracción. Estas actividades de tipo recreativas son, entonces, experiencias personales, voluntarias de las cuales se deriva un sentido de bienestar personal, disfrute y placer que eventualmente ayuda al desarrollo y logro de un equilibrio en las dimensiones físicas, mentales, emocionales, espirituales y sociales del individuo. Es por medio de la recreación que el ser humano encuentra la satisfacción de sus deseos de logro, compartir, crear, ganar una aprobación y expresar su personalidad.

Para planificar una recreación sana se hace necesario tener en cuenta elementos importantes como son las necesidades e intereses y gustos recreativos físicos de la población, valorando no solo desde; ¿cuándo?, ¿con quién?, ¿dónde? o ¿cómo? quieren realizar algo, sino también la "disposición" y las "posibilidades" de cada uno de los grupos étnicos a los que va dirigida.

Se deben valorar las necesidades recreación físicas de la población del municipio y los Consejos Populares, teniendo en cuenta sus especificidades, ya que estas varían de un lugar a otro de acuerdo a las características de la región ya sea urbana o rural.

El Consejo Popular es una estructura socio-política que responde a los gobiernos municipales 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 y empresas.

La Cultura Física la representa en los Consejos Populares los Combinados o Centros Deportivos los cuales deben proyectar el desarrollo de la Cultura Física, en relación a la

Recreación Física para lo cual debe poseer los sistemas de información de cada una de las circunscripciones en relación a las necesidades recreativo físicas y su integración posibilita la planificación estratégica de las actividades físicas de tiempo libre en el Consejo Popular.

Cabe destacar que la recreación persigue como fin el aprovechamiento óptimo del Tiempo Libre porque en la medida que la persona sepa que hacer y este educado en cuanto a su tiempo libre, en esa misma medida mejorara su calidad de vida y su uso del tiempo libre.

El proceso de implementación de los lineamientos de la política económica y social del país lleva a la necesidad de estudiar y experimentar nuevas formas organizativas para el establecimiento de hábitos de vida saludables de la práctica del deporte, actividad física y la recreación física como vía de elevar la calidad y esperanza de vida de la población cubana, con atención especial a la creciente población de la tercera edad, a partir de los factores de riesgo, que hoy en Cuba muestran índices elevados.

Lo anteriormente expresado implica la necesidad de realizar acciones para un mejor aprovechamiento del tiempo libre por los pobladores del Consejo Popular, una de estas acciones es la implementación de un programa de actividades deportivo-recreativas que permita diversificar las acciones recreativas y por tanto motivar a los pobladores de dicho Consejo Popular para participar en las mismas.

2. Metodología

La presente investigación se realizó teniendo en cuenta las características de tres circunscripciones del Consejo Popular de Sandino, en la provincia de Pinar del Rio y la necesidad que tienen los diferentes grupos etéreos de realizar actividades deportivo-recreativas como forma de aprovechar el tiempo libre de una forma creativa y sana.

Para ello se determinaron las necesidades recreativas de los pobladores de las tres comunidades, teniendo en cuenta los gustos y preferencias de la población, posibilitando una mejor gestión para el desarrollo de las mismas.

Para la determinación del tamaño de la muestra se utilizará el SAMPLE,, según la población total de las tres comunidades.

Se utilizará como principal método de investigación el de: Investigación–Acción participativa.

Como otros métodos Teóricos que se utilizarán:

Histórico – lógico: Para la caracterización general del trabajo recreativo en la comunidad y determinar la tendencias históricas de este proceso.

Análisis y síntesis: Para determinar las relaciones e interrelaciones de los factores que condicionan el buen desarrollo de la recreación en las comunidades

Inducción y deducción: Para el análisis de la información de las fuentes consultadas, entre otros.

Se utilizaran además la Observación, la encuesta y la entrevista tanto en el diagnostico inicial como final.

La metodología seguida conto de las siguientes actividades principales:

- Identificar y listar el 100% de los grupos etéreos presentes en las dos circunscripciones
- Identificar dentro de cada uno de los grupos etéreos a líderes formales y no formales que puedan convocarlos para participar en actividades del proyecto
- Diseñar y aplicar instrumentos para el diagnóstico inicial

- Tabular los resultados del diagnóstico
- Identificar los graduados del INDER que residen dentro de las circunscripciones que pueden ser activistas en cada una de las áreas
- Evaluar las potencialidades existentes en las comunidades para la elaboración de medios rústicos y didácticos para facilitar la práctica masiva del deporte y la recreación sana
- Selección de indicadores que pueden medir las transformaciones
- Diseñar y Aplicar instrumentos para el diagnóstico final
- Implementar el programa de actividades deportivo- recreativo
- Realizar informe final del proyecto

3. Plan de actividades a desarrollar en la comunidad

Seguidamente se incluyen las actividades desarrolladas como parte del programa deportivo-recreativo dirigido a contribuir a un mejor aprovechamiento del tiempo libre por parte de los pobladores del Consejo Popular.

No	Actividades	Fecha	Hora y lugar	Participantes	Resp.
1	Festival recreativo		8.30 am, lugar área de la circunscrip ción	CDR, FMC, ANAP, Consejo popular	CUM, INDER
2	Torneo inter barrios en diferentes deportes				
3	Festival de juegos tradicionales				
4	Plan de la calle				
5	Festival de juegos de mesa				
6	Competencia del programa a jugar				
7	Recreación turística				
8	Competencia de objetos volantes				
9	Maratón recreativo				

10	Exhibición canina y otras mascotas				
11	Competencia de nudos y amarres				
12	Actividades físicas naturales en tierra				

4. Resultados de la implementación del programa de actividades deportivo-recreativas

Con la realización de las actividades deportivo-recreativas, como parte del proyecto, se han logrado los siguientes resultados:

- Se han Involucrado los actores locales del Consejo Popular Sandino en la búsqueda de opciones para el empleo del tiempo libre de la población de la comunidad: en estos momentos hay 5 organismo y organizaciones, involucrados en el proyecto: CDR, ANAP, CULTURA, INDER, DELEGADOS).
- El 85% de la población se muestra satisfecho con el desarrollo de la actividad deportivo- recreativa. (la encuesta fue aplicada a una muestra de 73 pobladores).
- Mejora de la calidad de vida de los habitantes.
- El proyecto se ha extendido a todos los combinados deportivos, 4 en total y fue muy bien aceptado por la dirección municipal de deportes.
- Se eleva la visibilidad de la actividad científica del CUM y su rol facilitador en la dinámica de la solución a los problemas concretos del territorio.
- Disminuye la ocurrencia de indisciplinas sociales.
- De los 26 activistas seleccionados se han preparado 17 en diferentes esferas de actividad que trabajan de conjunto con los especialistas en el desarrollo de las actividades que representan el 65,3% del total.
- Se mejoró la construcción de medios rústicos para el desarrollo de las actividades. (lográndose construir un total de 37 entre los juegos de mesas y los que se utilizan el las actividades físicas).
- Se mejoró la oferta de las actividades con relación a la etapa anterior con un promedio de 9 a 10 actividades por mes.
- La incorporación de 5 consejos populares, 8 circunscripciones y 4 combinados deportivos al proyecto producto de su generalización.
- Se han desarrollado un total de 21 actividades con una participación de:

CONCEPTO	TOTAL	VARONES	HEMBRAS
Niñas y niños-----	213	119	94
Jóvenes-----	107	61	46
Adultos-----	73	33	40
Total-----	393	213	180

UN TOTAL DE 159 ESPECTADORES

CONCLUSIONES

Los resultados alcanzados con el desarrollo del proyecto permiten asegurar que es posible mejorar el uso del tiempo libre de los pobladores de tres circunscripciones del Consejo Popular de Sandino, a través de la implementación de un Programa de actividades deportivo – recreativas que diversifique las opciones que se ofertan, labor en la cual resulta esencial los factores de la comunidad y la atención sistemática de las entidades municipales.

A partir de la aplicación del programa de actividades deportiva- recreativa se eleva la participación de la comunidad en otras actividades planificadas en la misma.

El programa aplicado es de gran importancia y pertinencia en dichas comunidades para aumentar la participación de la población en temas tan vitales como la recreación sana, la práctica del deporte etc.

BIBLIOGRAFÍA.

- ALDO PEREZ Y COLABORADOES. Recreación. Fundamentos Teórico- Metodológicos. México.1997
- COLECTIVO DE AUTORES. Juegos Deportivos Tradicionales. Centro de la Cultura Popular Canaria, 1994.- 227 p.
- PÉREZ, G. NOCEDO, I. Metodología de la investigación Pedagógica y Psicológica.- La Habana. Ed. Pueblo y Educación, 1983.-116p.
- SUAREZ, E. Los juegos deportivos aplicado a la recreación. Tesis presentada en opción al título académico de Master en ciencias y juegos deportivos.- Matanzas, 2001- 98p.
- Grupo de metodología de investigación social, departamento de Comunismo científico. Metodología de la investigación Social. Universidad de la Habana. Facultad de Filosofía e Historia.- Ciudad de la Habana, 1981.- 203p.
- LOPEZ CANO, J L. Método e Hipótesis Científicos. Serie Temas Básicos Área metodológica de la ciencia.- Impreso en México: Ed. Trillas, 1995.- 111p.
- MEINEL,K. Didáctica del Movimiento. Ensayo de una Teoría del Movimiento en el Deporte desde el punto de vista Pedagógico.- Habana. Ed: ORBE,1977.- 312 P 21

