

## **Propuesta metodológica para la conducción y animación de juegos recreativos.**

Lic. Lidia Pinillos Garcíarena

FACULTAD DE CULTURA FÍSICA DE MATANZAS

### **RESUMEN.**

El presente trabajo se realizó en el Consejo Popular Agramonte del municipio de Jagüey Grande, el mismo está relacionado con el uso inadecuado en la metodología para la conducción y animación de los juegos recreativos que se le da a la población en su tiempo libre, lo cual refleja como se pueden utilizar las actividades recreativas, deportivas en beneficio de los habitantes. Basado en lo antes expuesto, realizamos un trabajo investigativo sobre la utilización de una nueva metodología para la conducción y animación de los juegos recreativos en dicha comunidad y a su vez la utilización del tiempo libre en el seno de un consejo popular con el fin de mejorar las condiciones de vida de la población en busca de una recreación sana y alegre, que a la vez sea capaz de minimizar los problemas delictivos y conductas sociales, que surgen debido a una mala dirección y aplicación de los planes recreativos. En la investigación se emplearon diferentes métodos y técnicas auxiliares de investigativos como: la encuesta la entrevista y la observación, por medio de encuestas aplicadas al azar, entrevistas realizadas al personal calificado del INDER y observaciones a distintas actividades recreativas en su desarrollo, permitió conocer la realidad de la recreación en este consejo, así como las condiciones objetivas y subjetivas del aprovechamiento de las instalaciones deportivas-recreativas la cuál ofrecieron resultados de gran valor y ayudaron a la elaboración de la metodología propuesta. El trabajo aporta un grupo de juegos recreativos que pueden enriquecer el trabajo de técnicos y activistas, en el uso del buen aprovechamiento del tiempo libre y satisfaciendo las necesidades en actividades sanas y alegres de la población.

**Palabras claves:** conducción, animación, juegos.

## **INTRODUCCIÓN**

Al triunfar la revolución se comienza una nueva etapa de la recreación y la cultura física en la historia de nuestro país, se crean centros para la economía, educación, salud, el deporte, la recreación del pueblo sin costo alguno, el acceso a las actividades físicas recreativas se hizo un derecho de todo el pueblo, de la misma manera que ocurrió en todas las demás manifestaciones de la cultura física.

A partir de la creación del INDER en 1961 se desarrolla todo tipo de esfuerzos por la continuidad y desarrollo de la educación física, deporte y la recreación. En cuanto a la práctica del deporte y la recreación esta ha estado encaminada a lograr extenderlo, hacerlo masivo abarcando toda la sociedad.

Las actividades físico-recreativas está dado teniendo en cuenta las posibilidades reales del individuo y de la comunidad en general, basándose en recursos y medios que pueden ser producidos por los propios habitantes.

Actualmente la población cubana exige una mayor atención, por la creciente necesidad de realizar actividades físicas –recreativas. Teniendo en cuenta esta necesidad de los diferentes sectores poblacionales de mejorar la calidad de vida y garantizar una adecuada utilización del tiempo libre satisfaciendo las demandas de la población.

Existen factores que inciden negativamente en la incorporación sistemática de la mayor parte de la población debido a la calidad y cantidad de instalaciones, falta de implementos, la atención técnica no está al nivel de la aspiración de la población ya que el nivel de oferta no es amplio ni diverso.

A la práctica del deporte y la cultura física le corresponde un papel muy importante en la utilización del tiempo libre ya que brinda posibilidades de sano disfrute debido a la influencia que tienen el conocemos las serias limitaciones económicas en que vivimos si se quieren realizar actividades de calidad, es importante que cada área de recreación aunque sea, tenga un mínimo de medios e implementos rústico ya que la falta de estos limita a veces la práctica de varias actividades.

El deporte, la cultura, la recreación y el descanso están dados a liberar tensiones producidas por el trabajo y las horas de estudios siendo un papel importante en la vida de los hombres, ya que la recreación, ayuda a reponer las energías gastadas en el proceso de producción, tanto físicas como mentales.

La actividad física juega un papel decisivo en el trabajo de la tensión especializada como apoyo al promotor de la recreación y a la actividad recreativa como tal.

El tiempo libre contiene la actividad cultural, recreativa, deportiva, la cual posee valores educativos que son positivos. La poca o ninguna práctica deportiva acorta el período de vida debido a la falta de actividad física,

Las horas destinadas a la recreación son aquellas que deberíamos vivir más integradamente, pero muchas veces las perdemos en otras actividades que no nos aporta ningún desarrollo personal o en actividades que emplean comportamiento de riesgo (ingerir alcohol). Por tal motivo el gobierno y un gran número de instituciones deportivas y recreativas organizan diversas actividades que permiten aprovechar al máximo las vacaciones y días festivos.

Mejoramiento y preservación de la salud tratando de lograr incorporar la mayor cantidad de practicantes, e incrementando así la masividad deportiva para la promoción no solo del desarrollo del deporte sino también la ampliación y elevación de la preparación física de todos los practicantes como forma de elevar la calidad de vida.

Uno de los Organismo responsabilizados en ofertar actividades del orden físico recreativos es el INDER y este lo hace con el propósito de contribuir a la salud y al mejoramiento de la estética física, para ello se apoya en las instituciones de bases (Direcciones Municipales del Deporte) ,que a su vez a través de la sub.-Dirección de Cultura Física y Recreación ejecuta las actividades; no obstante, que existe toda una estructura creada con fin de dar respuesta a las demandas de una población ávida por la práctica de actividades recreativas con carácter físico, existen dificultades que atentan contra las posibilidades de la práctica de éstas, lo que obliga a proyectar un proyecto encaminado un trabajo dirigido a la población en el Consejo popular de Agramonte del Municipio de Jagüey Grande donde a través del mismo se le puede brindar diversos juegos recreativos, un programa que puede facilitar el trabajo de los profesores y activistas cuando planifiquen y desarrollen los mismos, contribuyendo a incrementar el nivel de participación hacia cada actividad que se realice en el consejo.

## **OBJETIVO GENERAL**

Propuesta metodológica para la enseñanza, conducción y animación de juegos recreativos en el consejo popular de Agramonte.

## **DESARROLLO**

### I. Marco teórico conceptual

## **FUNCIÓN DE LA RECREACIÓN ACTUAL.**

Como ya conocemos la recreación es realizada en el tiempo libre, las funciones que a ella le están dadas a cumplimentar son las inherentes a las posibilidades que tienen en sí el tiempo en que se realizan las actividades recreativas.

Carlos Marx desde el siglo pasado determino certeramente las funciones del tiempo libre al enunciar:

**...“ EL TIEMPO LIBRE REPERESENTA EN SI MISMO, TANTO EL OCIO COMO EL TIEMPO PARA UNA ACTIVIDAD MÁS ELEVADA, TRANSFORMA NATURALMENTE A QUIEN LO POSEE EN OTRO INDIVIDUO DE MAYOR CALIDAD, CON LA CUAL REGRESA DESPUÉS EN EL PROCESO DIRECTO DE PRODUCCIÓN”....**

De esta manera se distinguen dos elementos que en esencia constituyen las funciones de la recreación.

1. “EL OCIO” que complementa en grado significativo las funciones de reposición de las energías gastadas en el proceso productivo compuestos por descansos pasivos y activos, entretenimientos, relaciones familiares y amistosas y que atener con las actuales interpretaciones denominamos reproducción.

2. “LA ACTIVIDAD MÁS ELEVADA” Relacionada con el desarrollo del hombre, con la revelación de su capacidad de “ESTUDIO”, participación en la creación y el consumo de los valores espirituales.

Al respecto Marx realiza la siguiente observación al hecho de que el tiempo libre es capaz de transformar al hombre en una personalidad altamente intelectual y de esta personalidad desarrollada, participa en el proceso de producción no ya como su apéndice, como su agente, sino como su organizador y director.

A esta función superior que cumple la recreación, a través del tiempo libre se le denomina **AUTODESARROLLO**, es la posibilidad personal que tiene cada individuo de crearse condiciones para la participación consciente, la formación de hábitos responsables de participación en la vida social a la vez que la formación de habilidades para la creación y el enfrentamiento de cualquier situación social.

Esta función se da, al estar asignadas las condiciones socio- económicas básicas para toda la sociedad.

### **Tipos de recreación**

La recreación puede ser activa o pasiva. La recreación activa implica acción, en específico de la persona que mientras presta unos servicios disfruta de los mismos. Por

el otro lado, la recreación pasiva ocurre cuando el individuo recibe la recreación sin cooperar con ella, porque disfruta de la recreación sin oponer resistencia a ella. Por ejemplo, ir al cine. Por otra parte los campamentos estimulan las posibilidades físicas e intelectuales de los jóvenes.

Las definiciones de recreación caen en una de las siguientes tres categorías, a saber:

- Se proyecta como una institución social, unos conocimientos fundamentales o una profesión.
- Se percibe como una actividad que se desarrolla bajo ciertas condiciones o con ciertas motivaciones.
- Se enfoca como un proceso o una manera de ser que sucede dentro del ser humano, cuando usted se involucra en actividades y tiene expectativas(espera que suceda algo de esta actividad)

Muchas personas participan en actividades recreativas por una o varias de las siguientes razones: (1)

- 1 Les permite relacionarse con otras personas informal y ambientalmente.
- 2 Por intereses comunes.
- 3 Competir en deportes, juegos o arte
- 4 Interés por explorar y descubrir nuevas dimensiones.
- 5 El placer de observar algo.
- 6 Búsqueda de experiencias sensoriales como un fin.
- 7 Deseo de expresión física sin enfatizar la competencia.

### **Recreación para la comunidad**

Es aquel tipo de recreación evidente cuando las experiencias o actividades se organizan como parte de un programa para la comunidad por agencias gubernamentales o voluntarias. Este programa debe estar diseñado hacia el logro de metas constructivas que beneficien al individuo o al grupo. Denota aquellas actividades que provee la sociedad a través de diversas instituciones tales como el departamento recreativo municipal, la escuela, el hogar y la iglesia.

**Según Suárez García Eliseo, debemos tener en cuenta al desarrollar actividades de animación en la comunidad que se respeten los objetivos y funciones siguientes: (2)**

- Satisfacer las necesidades del público, conociendo antes cuales son sus motivaciones.
- Descubrir nuevas actividades culturales, recreativas, deportivas, festivas.
- Favorecer las relaciones sociales.

-Motivar explicar el patrimonio cultural e histórico.

-Estimular en el público su participación como autor y espectador en los juegos y actividades recreativas.

### **Funciones**

- 1 Producción y creación.
- 2 Mediación y comunicación.
- 3 Organización.

**Función de producción y creación:** Incluye juegos, espectáculos, veladas, cuentos, sketch, medios de información (afiches, materiales audiovisuales, folletos, etc.)

### **Función de mediación y comunicación**

- 1 Entre el público y el medio circundante.
- 2 Entre el animador y el grupo de clientes.
- 3 Entre todos los clientes.
- 4 Entre los miembros del equipo de trabajo.
- 5 Entre el animador y los demás departamentos u otras estructuras institucionales de la organización dada.

### **Función de la organización**

- 1 Realizar un programa de animación regular y uno de emergencia.
- 2 Poseer los medios necesarios para realizar una actividad organizada y coordinada con anterioridad a la misma.
- 3 Prever diferentes actividades conociendo.

Las actividades de animación ofrecen distintas facetas según el contenido de la actividad, son clasificadas según estudios de Eliseo Suárez y Pedro Paulo en:

- 1- Animación socio-cultural.
- 2- Animación deportiva.
- 3- Animación recreativa.
- 4- Animación infantil.
- 5- Animación para la tercera edad.
- 6- Animación para personas con atenciones especiales.

### **Las manifestaciones recreativas de rehabilitación**

También denominadas por muchos recreación terapéutica, constituye en muchos países una dirección de importancia en la cultura física, sobretodo de los países socialistas desarrollados. Esta actividad nos impone un estudio más detallado y análisis mas profundo. Cuando hacemos referencia a esta manifestación de la Recreación Física lo

que queremos hacer refiriéndonos a los grupos que concretamente reciben estas actividades y que por diversas causas se benefician con la misma. Así podemos ver como en primer termino aparecen las personas que sufren la perdida de la salud por diversas causas y lo convierte en las personas que por excelencia utilizan este tipo de Recreación Turística.

Aquí se supone que la perdida de la salud se produce por dos vías:

Primera vía: Accidentes.

Segunda vía: Enfermedades diversas.

Esto hace que la recreación Terapéutica se situé para el restablecimiento en los hospitales, centros especiales, casa de descanso, etc.

### **Valor y concepto de Recreación en la población.**

La gente a veces no sabe lo que significa recreación, pero realizan actividades recreativas. Estas actividades recreativas son necesidades básicas al igual que lo es el trabajo, el amor, el comer, entre otras. La recreación nos libra de tensiones, nos renueva y nos hace humanizar, lo cual es muy importante en esta era moderna tecnológica y deshumanizadora. Pero la gente por si sola no puede recrearse debidamente, necesita líderes recreativos que ayuden a esta gente encontrar retos y metas constructivas que aprovechen bien su tiempo libre.

### **La recreación comunitaria se caracteriza por:**

- Tener un ideal de desarrollo que se basa en el respeto y armonía de las personas y del medio comunitario.
- Conformar una junta de Acción Comunal que se convierta en el dinamizador del barrio, a través de la cual se elabora, con la activa participación de la comunidad, un Plan de Desarrollo en recreación a largo plazo que sea luego ejecutado en la comunidad.
- Adelantar internacionalmente acciones que involucran y benefician a todos los grupos sociales del barrio.
- Ejecutar todos los proyectos recreativos pensando en el impacto positivo que puede tener sobre la realidad social.

### **Esto hace que se realicen proyectos y actividades que son:**

- Económicamente viables, es decir que se puedan hacer con los recursos que tenemos.
- Que satisfacen nuestras necesidades.
- Que son sostenibles a largo plazo, es decir que continuarán desarrollándose en el tiempo sin agotar los recursos ni la calidad de los mismos.

- Que alimentan y fortalecen la dimensión espiritual de las personas, es decir, que le ofrecen a las personas motivos nuevos para vivir alegremente.
- Por medio de la recreación comunitaria se realizan acciones inteligentes mediante las cuales se benefician las personas sin necesidad de ser egoístas, pues pensamos primero en el bien de la comunidad, una comunidad amplia formada por mujeres, hombres, niñas, niños, de la cual hacen parte las futuras generaciones.

#### **La dimensión social de la recreación comunitaria:**

En el desarrollo de las actividades recreativas las personas respaldan y se sienten respaldadas por sus vecinos. La recreación tiene el tamaño justo para que nadie se sienta olvidado ni rechazado, pues cada persona y cada grupo social tiene voz y oportunidades de participar personalmente en actividades que unen a la comunidad. En la recreación comunitaria se promueve una democracia en donde prima el respeto, la verdad y la justicia.

#### **TIEMPO LIBRE, FORMACIÓN Y EDUCACIÓN.**

La característica más importante de las actividades de tiempo libre desde el punto de vista de la formación de los rasgos sociales es que ejercen una acción formativa o reformativa indirecta y facilitada por la recreación. Al contrario de la enseñanza, las actividades de tiempo libre no trasmite conocimiento en forma expositiva y autoritaria, si no que moldea las opiniones, influyen sobre los criterios que tienen las personas respecto a la sociedad, sus problemas y sus soluciones, así como transmiten de manera emocional y recreativa a informaciones de contenido más diverso que las que se transmiten en el mismo tiempo por el sistema de enseñanza. Es decir, ejercen una acción formativa de índole psicológica y sociológica, que opera basada en la motivación y en las necesidades culturales y recreativas de la población en sus gustos y preferencias, en los hábitos y tradiciones, en la relación de cada individuo con las clases y los grupos sociales a los cuales pertenece, sus sistemas de valores y su ética específica y sobre todo, opera basado en la voluntariedad, en la “libertad“ de sus formas y sus contenido, “opuesto” a las regulaciones, restricciones, reglamentaciones e imposiciones que sean exteriores a la propia actualidad.

Pero la formación no es exclusiva del tiempo libre. Opera como un sistema en el cual se incluye la escuela y el sistema nacional de enseñanza, la familia, la educación ideológica- social realizadas por las organizaciones políticas, los modelos de relaciones sociales y de tipos humanos que se transmiten de forma espontánea planificada en la conciencia social, etc. Es decir es un universo complejo que interactúa y se condiciona

recíprocamente, en este caso no puede pensarse en un conjunto de actividades de tiempo libre de índole formativa y diversificada, sino existe previa y paralelamente un esfuerzo cualitativo, formativo, de la enseñanza, a fin de lograr una educación para el tiempo libre. Es decir, la cultura del tiempo libre debe estar precedida y acompañada de una educación para el tiempo libre.

La formación para el tiempo libre es una parte fundamental de la formación integral del hombre, pues en el tiempo libre se realiza con gran eficacia la formulación cultural, física, ideológica, colectivista, en el tiempo libre se adquieren y se asimilan rápida y fuertemente los valores, las normas de vida, las opiniones y los conocimientos. No existen medios tan eficaces para la formación integral como los que proporcionan las actividades que se realizan en el tiempo libre, ni métodos tan sutiles, tan aceptables como los que tienen las actividades de tiempo libre bien hechas.

### **El animador:**

Profesional ejerce influencias sobre personas durante el tiempo libre, donde realiza contactos e intercambios humanos, en resumen es un intermediario para el desarrollo de las actividades dentro del medio ambiental, natural, social y turístico.

Es importante que el animador elimine una serie de vicios, gestados sobre la base de la animación dirigida al entrenamiento, egocentrismo, adquisición de posturas y proyecciones extranjerizantes ajenas al rescate de los valores socio cultural.

La imagen del animador actual, exige que deba desencadenar elementos proyectados hacia el favorecimiento de la presencia física y estética, el cuidado y atención a la salud e higiene, así como el cultivo de la personalidad y los principios elementales de una buena educación y cultura.

Según lo planteado por Pedro P. Abreu y Eliseo Suárez en su libro La Animación Turística el animador debe poseer las siguientes cualidades positivas:

- 1 Capacidad para vivir y trabajar en colectivo
- 2 Cultura general amplia.
- 3 Conocimientos de tres idiomas como mínimo.
- 4 Creatividad.
- 5 Responsabilidad.
- 6 Capacidad de comunicación y contacto humano.
- 7 Capacidad expresiva.
- 8 Control emocional.
- 9 Capacidad de atención.

- 10 Capacidad organizativa.
- 11 Habilidades manuales.
- 12 Capacidad de improvisación.
- 13 Ser dinámico, vivaz y perseverante.
- 14 Saber observar, analizar y evaluar.
- 15 Saber escuchar a las personas.
- 16 Ser natural y conservar la personalidad.
- 17 Ser capaz de adaptarse rápidamente a nuevas situaciones.
- 18 Ser capaz de expresar sus ideas y puntos de vistas.
- 19 No poseer miedo escénico.
- 20 Poseer una correcta dicción y una agradable presencia personal.
- 21 Poseer nivel técnico profesional para desempeñar esta profesión.
- 22 Ser agradable, cortés y paciente.
- 23 Ser capaz de motivar la participación.
- 24 Mantener un comportamiento adecuado con los huéspedes.
- 25 Mantenerse atento y receptivo a las opiniones, criterios, sugerencias y estados de ánimos de los huéspedes.
- 26 Establecer comunicación directa con los clientes, teniendo como objetivos lograr su confianza y participación en las actividades.

**El programa de animación es:** La relación ordenada y balanceada de cada una de las actividades de animación desarrolladas en una instalación que debe hallarse a la vista de los clientes, deben poseer una información con antelación de la actividad recreativa a realizar posteriormente.

Este programa es un documento o mural que sirve para orientar a todos los clientes, animadores y demás personal de la instalación, consta con sección del día, lugar, hora y responsable de la actividad.

**Este programa se lleva a cabo si se elaboran otros documentos que sirvan de apoyo al mismo como:**

1 **El guión:** Es un documento utilizado para servir de guía a los animadores, en la realización de sus actividades recreativas y comprende los textos que se deben decir, además del orden de los mismos.

2 **La ficha técnica:**

-Posibles lugares donde se realizan las actividades ejemplo parques, calles, escuelas, centros de trabajo, etc.

-Posibles horarios de ejecución de 9:00 a 11:00 a.m., de 3:00 a 6:00 p.m. y de 8:00 a 10:00 p.m.

-Utilización de los recursos materiales necesarios como medios alternativos, premios, luces, etc.

-Utilización de técnicos, activistas, operadores de audio.

-Tipo de promoción que se le hará a la actividad.

**3 Programa de emergencia:** Por si ocurre algún imprevisto con el programa que se va a impartir tener otro a mano y poder continuar sin problemas la actividad.

Según Aldo Pérez Sánchez (4) la clasificación genética de los juegos constituye una forma completa de agruparlos con ciertas características o factores que están en relación directa con los objetivos que persiguen el momento etéreo dado:

<b>Juegos</b>	<b>Características o Factores</b>
& Juegos de infancia (Primeros años de vida)	Sensoriales y motrices
& Juegos de la niñez (Hasta alrededor de los 8 años)	Individualistas.
& Juegos de la segunda niñez (Hasta alrededor de los 13 años)	Sociales
& Juegos de la adolescencia (Hasta 18 años aproximadamente)	Más sociales, juegos competencias y aventuras
& Juegos del adulto	Más intelectuales y reformados, muy influidos por la posición social y el ambiente

Desde la escuela hacia el barrio principalmente con los niños se realizan infinitas actividades en el trabajo comunitario, sin olvidar a los jóvenes, adolescentes, adultos, la tercera edad y sobre todo a aquellas personas que necesitan atenciones especiales; estas actividades son las siguientes:

- Festivales deportivo-recreativos.

- Actividades de animación.

- Programas "A Jugar".

- Planes de la calle.

- Otras actividades incluidas dentro del programa de la recreación física en nuestro país.

Estas actividades se pueden realizar en calles, parques, áreas deportivas y recreativas, lugares cerrados y abiertos, en el tiempo libre de la población para satisfacer las necesidades de recreación como objetivo principal de este trabajo.

Para los animadores y activistas resulta un verdadero reto planificar las actividades de acuerdo a las exigencias del público y que a la hora de impartirlas sean aceptadas.

Según Jorge D. Buttler “**el hombre es un animal del aire libre**”(5), esta es la base de la necesidad recreativa, según él “La recreación es cualquier forma de experiencia o actividad a que se dedique el hombre por el goce personal y la satisfacción que el produce directamente”, lo encontramos como un ejemplo de biologismo en la explicación del fenómeno recreativo, de aquí la importancia para este autor en la planificación y organización de las actividades de esparcimiento y utilización adecuada del tiempo libre.

La recreación como fenómeno social va estar determinado, en última instancia por el grado de desarrollo de las fuerzas productivas y por el carácter de las relaciones de producción, ya que por su contenido es un fenómeno cultural.

El tiempo libre tiene un carácter de clase respecto de su disponibilidad, o de su distribución entre los componentes de la sociedad, su conclusión respecto al tiempo libre (tiempo recreación) es que más que un problema de disponibilidad de un tiempo, de la existencia de un tiempo cronológico, es un problema de condiciones socioeconómicas que permiten o no disfrutar y utilizar ese tiempo en actividades recreativas.

### **Las actividades recreativas y su caracterización.**

Las actividades recreativas son el conjunto de actividades no lucrativas que el hombre realiza en su tiempo libre, dentro del lugar o zona de residencia habitual.

Las mismas surgen cuando se realizan libremente formas lúdicas satisfactorias y gratificantes, que posibilitan el tiempo liberado, escogido individualmente y gestionadas autónomamente.

Las actividades recreativas se encuentran enmarcadas dentro del tiempo de ocio de las personas en sentido general y teniendo en cuenta la definición de Manuel Cuenca (2000) Profesor de la Universidad de Deusto (Bilboa) se define al ocio, como el tiempo libre fuera de obligaciones habituales, que descansa en tres pilares esenciales:

1. Percepción de libre elección en función de preferencias individuales.

2. Sensación gratificantes y placenteras

3. Autotelismo: Es un término generado y adoptado por la cátedra de Ocio y Minusvalía de la Universidad de Deusto que tras los trabajos llevados a cabo por Cuenca (1995; 2000), Maderlaga (1996; 1998), Gorbeña (1999) y Lázaro (1997) entre otros, caracterizan a las actividades recreativas o el ocio como un conjunto de actividades que tienen un fin en sí misma y no como actividades terapéuticas. Además este ocio auténtico se manifiesta en seis dimensiones: lúdicas, deportivas, festivas, creativas y solidarias.

En esta investigación hemos considerado que las actividades recreativas son propias y comunes del tiempo libre, que no es más que el período de tiempo no sujeto a obligaciones, en la que el individuo sea capaz de realizar actividades abiertamente.

Todo lo anterior está estrechamente relacionado con el ocio, que para Argyle (1996) no es más que el conjunto de actividades que una persona realiza en su tiempo libre, con el objetivo de realizarlas sin presiones externas y con el fin de divertirse, entretenerse y desarrollarse a sí mismo.

Consideramos que las actividades recreativas juegan un papel primordial en el mejoramiento espiritual de la persona, seleccionándolas libremente, lo que posibilitará una mejor calidad de vida.

Las actividades recreativas dentro del ocio, supone la búsqueda del bienestar, la que muchos encuentran frente a actividades sedentarias como la lectura, pero que a su vez los enriquecen espiritualmente. Hay quienes gozan ejerciendo actividades lúdicas como el juego, el deporte, o realizando excursiones.

Todo el conjunto de actividades sedentarias y activas, buscan un placer asociado al tiempo libre.

Actualmente se observa una mayor tendencia hacia el estilo individual de consumo del tiempo libre, en el cual la mayor parte se pasa dentro del seno de la familia, optándose mayormente por la televisión o escuchar música y fundamentalmente los pequeños, que se sienten cada vez más motivados por los juegos electrónicos.

Queremos demostrar que no hay una única manera en el ejercicio del ocio, sino que se debe tener en cuenta, para el disfrute de este tiempo, las diferentes manifestaciones de actividades recreativas a través de los juegos tradicionales, que actualmente se han ido deteriorando, debido a la existente preferencia por los juegos de tipo electrónicos. Por tanto podemos decir que el desarrollo del tiempo de ocio con un adecuado conjunto de

actividades recreativas, posibilita satisfactoriamente la realización de los juegos tradicionales.

Inclinándonos hacia el planteamiento de Caride (1998): El ocio ha sido conceptualizado desde tres enfoques diferentes:

1. Dimensión básica de la vida cotidiana de la persona en función de los hábitos y comportamientos socioculturales de su comunidad.
2. Derecho que ha de ser garantizado por las políticas de servicios sociales, con el objetivo de reducir la inactividad y las conductas antisociales que pueden aparecer en el tiempo libre de las personas.
3. Factor de desarrollo integral de la persona humana valorada como ámbito de expansión cultural idónea para promover experiencias con fines formativos o terapéuticos.

Actualmente las actividades recreativas tienen lugar en el mayor de los casos en el período vacacional, donde prácticamente se desprenden las opciones entre chicos y jóvenes, en la que pueden realizar actividades satisfactorias y gratificantes de forma libre fuera de obligaciones habituales.

Mundy (1998) y Dattels (1998), consideran a las actividades recreativas dentro del ocio, como un espacio en el que a de estar presente la libre elección con el objetivo de lograr una autorregulación como un derecho de la persona y como un medio para la mejora de la calidad de vida.

En esta investigación pudimos llegar a una conclusión a través de un análisis dentro del término “ocio”, donde pudimos comprender que el mismo tiene ciertos parámetros en los cuales el hombre se ve envuelto, ya que por una parte le posibilita realizar actividades recreativas por su propia conveniencia y por otra le permite realizar actividades que para su vida en sociedad son de carácter obligatorias y fueras de sus obligaciones laborales.

La realización de actividades recreativas dentro del tiempo de ocio, le posibilita al hombre un mejoramiento espiritual, físico y cultural.

Es de suma importancia la organización de propuestas durante la programación de actividades a desarrollar en una comunidad o territorio. Estas deben tener fines recreativos y deben estar acorde a las motivaciones de las personas cuando hacen uso de su tiempo libre. Por estas razones nos inclinamos hacia las nuevas modalidades de desarrollo a nivel mundial en el campo de las actividades del tiempo libre, las cuales parten del concepto de Marketing, que es una concepción integral de pensamiento y

acciones que permiten la materialización de la política para el tiempo libre dedicado a la recreación. Este concepto innovador plantea la definición del producto recreativo en función de identificar las necesidades de cada individuo, ya sean visitantes al territorio o pobladores residentes.

Es necesario que el ocio como fenómeno de la sociedad, se pueda cubrir con actividades recreativas, ya que el mismo presenta un carácter individual y que en una porción de tiempo la persona buscará satisfacerse gratificadamente por su elección de preferencia. Esta práctica individual dota al individuo de un sentimiento de libertad.

Estas actividades son de gran importancia en el tiempo libre del hombre, le garantizan una alta satisfacción por poder realizar acciones de todo tipo, en dependencia de su libre elección, sin tener en cuenta las propuestas recreativas que se presentan de forma restringidas en nuestra Comunidad.

Haciendo énfasis en esta temática orientada a las Actividades Recreativas, deseamos establecer con este trabajo, la necesidad de la elaboración de nuevas propuestas enriquecedoras para estimular al trabajador, al estudiante, al ciudadano que en su tiempo libre tienen opción para realizar actividades de forma restringida. Debemos considerar e interpretar las motivaciones de las personas cuando hacen uso de su tiempo libre, sin regirse por un adecuado programa de actividades, realizan su actividad por individual creatividad.

El conocimiento innovador de las personas se ha desarrollado debido a la carencia de medios, como por ejemplo las actividades recreativas especiales, que disponen de recursos para llevarse a cabo, el propio hombre le ha dado solución.

Las Actividades Recreativas en nuestra localidad no han sido valoradas correctamente, en esta época, los espacios para realizar esto se han transformado en locales inexactos, lo cual impide su desarrollo. En la actualidad por tener presente la escasez de propuestas recreativas las personas ven más fácil la posibilidad de ver televisión o escuchar música, sin importar la hora que sea, siendo este el único medio de entretenimiento.

Con esto queremos hacerle llegar al lector, teniendo en cuenta el planteamiento de Sergio Muñoz, en su artículo Jugar y Crecer donde expresa que uno de los aspectos fundamentales en nuestra vida es la integridad familiar, ya que a través de ella se mantienen los límites, la estructura y por consiguiente la creatividad. Con esto se puede lograr actividades conjuntas de padres con hijos, tanto en los parques, como en lugares de recreación

Características de Actividades Recreativas:

- 1 Físico: Es la opción del hombre en su tiempo libre para realizar actividades físicas.
- 2 Terapéutico: A las personas que presentan trastornos tanto físicos, psicológicos entre otros, se le adecua esto con carácter de rehabilitación
- 3 Lúdicas: Es cuando el hombre desprende su entretenimiento mediante el juego.
- 4 Profiláctico: Este tipo de actividades tiene un valor fundamental en el hombre, se encamina su realización para prevenir enfermedades.
- 5 Especiales: En estas el hombre para realizarlas tiene que disponer de los medios adecuados, tomando en consideración las actividades de este tipo, como por ejemplo: excursión submarina, pesca, caza, entre otras.

**Clasificación de la animación según el contenido de la actividad (técnica de animación) Según estudios realizados por Eliseo Suárez y Pedro Pablo Abreu, las actividades de animación pueden ofrecer diferentes facetas:**

- 1 Animación socio – cultural.
- 2 Animación deportiva.
- 3 Animación recreativa.
- 4 Animación Infantil.
- 5 Animación para la tercera edad.
- 6 Animación para personas con atenciones especiales.

#### **Animación socio-cultural.**

Está dirigida a desarrollar habilidades en aquellas actividades por las que los participantes sienten una inclinación especial, pero no tienen oportunidad de ejercerla en su vida cotidiana, sirven para cumplir una serie de conocimiento de forma lúdica de los cuales muchas veces los participantes resultan ser expertos, pero por pura afición le gustan ponerlo en practica, este tipo de actividades pueden ser **participativas – activas** o **participativas – pasivas**.

#### **Dentro del primer grupo se hallan:**

- ❖ **Actividades manuales:** Talleres de cerámica, culinarios, gastronómicos, pintura, escultura, etc.
- ❖ **Actividades musicales:** clases de instrumentos musicales, formación de orquestas, bailes, etc.
- ❖ **Actividades variadas:** Clases de idiomas, fotografía, buceo, etc.

#### **A. Dentro del segundo grupo encontramos:**

- B. Visitas a museos y monumentos de interés.
- C. Audiciones de conciertos de todo tipo.

D. Asistencia a representaciones teatrales.

### **Animación Deportiva**

Estará dirigida a satisfacer las necesidades deportivas de los participantes, ayudarlos a mantener su forma atlética aunque se hallen de vacaciones enseñarles la reglamentación de los juegos pre-deportivos practicados por los animadores y demás clientes, hoy casi todos los hoteles cuentan con instalaciones techadas y al aire libre que permiten la practica de diferentes deportes terrestre y náuticos, gimnasios equipados con los más modernos implementos y animadores capacitados para trabajar con todas las exigencias deportivas de los clientes.

### **Animación Recreativa.**

Es la que se encuentra encaminada a distraer la mente, conseguir el entretenimiento y hacer pasar un rato agradable a los participantes sin exigir de ellos mucho esfuerzo físico.

Ej. De está animación la constituye:

- 1 **Los espectáculos:** Que pueden ser musicales bailables, obras de teatros, atracciones variadas.
- 2 **Juego de salón:** Todos los juegos de mesa conocidas, juegos computarizados.
- 3 **Concursos:** De bailes, disfraces, cocina, coctelería.

### **Animación Infantil.**

Es una animación sumamente importante partiendo del punto de vista que un niño satisfecho es posible que sea un cliente en el futuro; además muchos padres que están como cliente en una determinada instalación se sientan a gusto si sus hijos tienen en ese lugar una gama de actividades que no solo les permita distracción, convivencia y relaciones de amistad con otros niños mediante la participación en una serie de actividades comunes a está etapa de la vida, a su vez los padres tendrán más oportunidad de disponer de su tiempo libre para dedicarse a sus propias actividades, Con la seguridad de que sus hijos están perfectamente atendidos y entretenidos, por un personal de animación competente que les proporcionara agradable esparcimiento.

Algunas de las actividades a desarrollar con los niños son:

- 1 Competencias de velocípedos y triciclos, patines, patinetas o zancos.
- 2 Concursos de bailes, disfraces o pinturas.
- 3 Juegos de fuerza y destrezas, atrape, juegos acuáticos en la piscina, con balones.

Pueden desarrollarse actividades con los niños, aquí solo relacionamos algunos de los más utilizados.

### **Animación para la Tercera Edad.**

Debemos partir que la tercera edad es el grupo de personas que supera de los 60 a 65 de vida y se pone de manifiesto en esta etapa el determinismo de la edad que plantea que la persona después de 65 años es una persona envejecida; el envejecimiento es un proceso fisiológico que caracteriza una etapa del vida aunque todos comenzamos a envejecer desde que una célula madura en función.

No podemos olvidar el acondicionamiento social que tienen los procesos de envejecimiento (modo de producción y calidad de la vida social e individual), teniendo en cuenta todo lo antes expuesto es de suponer que trabajamos con un grupo de personas que poseen disímiles características, recuerden que casi todos los individuos en este periodo son jubilados por lo tanto cuentan de gran cantidad de tiempo libre.

Aunque su organismo no está acondicionado para realizar actividades que sean de grandes esfuerzos, la animación puede contribuir a mejorar su calidad de vida, para ellos se pueden elaborar actividades que las proporcionen entretenimiento, planes, la posibilidad de relacionarse con otras personas de su edad sin que deban, realizar un gran esfuerzo físico, cada día es mayor la cantidad de personas que pertenecen a la tercera edad pero consideramos que todos no estamos preparados para ofrecerles una buena animación.

### **Animación para Personas con Atenciones Especiales.**

Dada la necesidad de brindar atenciones a estas personas a surgido otro servicio con gran fuerza para hacer más agradable y atractiva su participación: la animación comunitaria, con el propósito de ofrecer a los participantes algo diferente.

A las personas discapacitadas les gusta cada vez más participar en estas actividades y es a partir de aquí donde aparece la figura del animador, para hacer de los miembros de la comunidad más participativos y tener oportunidad de distracción y entretenimiento.

**En nuestro trabajo se utilizaron algunas definiciones de trabajo, las cuales fueron muy importantes para conducir la investigación, las mismas fueron:**

**RECREACION:** Es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del TIEMPO LIBRE mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva ,deportiva o artística-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante los cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

**RECREACIÓN FÍSICA:** Es el conjunto de actividades de contenido físico deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso, activo la diversión y el desarrollo individual.

**ACTIVIDADES FÍSICO RECREATIVAS:** Acciones socializadoras que crean vínculos entre los participantes identificándolos entre si con el entorno.

**METODOLOGIA:** Reflexión sistemática acerca del método y los procedimientos de la actividad a realizar.

**TIEMPO LIBRE:** Aquella parte del tiempo de reproducción a la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no son de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico se puede optar por cualquiera de ellos.

**COMUNIDAD:** Grupo humano que habita en un territorio determinado, con relaciones interpersonales, historia, formas de expresiones, tradiciones y sobre todo intereses comunes.

**TIEMPO DE OCIO:** Complementa un grado significativo las fusiones de reposición de las energías gastadas en el proceso productivo compuestos por descansos pasivos y activos, entretenimientos, relaciones familiares y amistosas, que a tener con las actuales interpretaciones se denominan reproducción.

### **La recreación es un fenómeno socio- cultural**

R. Moreira parte de la observación “**la recreación es un fenómeno socio-cultural**” (6), ya que solo tiene existencia en la comunidad humana, es realizada por los hombres que viven en la sociedad, además se rige por las leyes del desarrollo social que ha esclarecido el materialismo histórico.

“y es un fenómeno cultural, ya que esta característica deviene del hecho de que el contenido de la recreación está representado por formas culturales”, se utiliza en su sentido más amplio referido tanto a las actividades de la cultura artístico literaria, como a las de la cultura física, actividades en suma recreativas y las cuales consume el hombre para su desarrollo.

Para el destacado sociólogo ruso B. Grushin en cuestiones de tiempo libre afirma:

**“Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.) es decir el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones”** (7). Sin embargo para Rolando Zamora y Maritza García, dos destacados sociólogos cubanos definen el tiempo libre como “aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para si, una vez que con su trabajo (de

acuerdo a la función o posición de sus miembros)”.Ha aportado a la colectividad lo que esta necesita para su reproducción material y espiritual siendo, a su vez, premisas para una reproducción material y espiritual superior. Desde el punto de vista del individuo se traduce en un tiempo de realización de actividades de opción no obligatoria, donde interviene su propia voluntad.

Según Aldo Pérez Sánchez (8)” **la recreación física en Cuba se le ha querido mirar como una actividad destinada a llevar el tiempo libre del individuo junto con otras actividades**”, sin embargo estos análisis se han hecho a la luz de concepciones o formulaciones conceptuales que no guardan relación en muchos casos con la valoración que debe tener este concepto en una sociedad contemporánea.

### **Metodología**

El presente trabajo se desarrollo en el consejo popular de Agramonte, municipio Jagüey Grande, tomándose como muestra 734 habitantes, 468 estudiantes, 172 trabajadores, 40 jubilados, y 54 amas de casa. De una población de 10444 habitantes, 5333 femenino y 5111 masculino.

Se seleccionó de manera intencional, una población con una edad correspondida entre 4 a + 65 años.

Debemos señalar que dentro de la muestra se encuentran trabajadores que están vinculados al estudio como medio de superación y otros vinculados de forma directa al medio laboral.

## **METODOS Y PROCEDIMIENTOS.**

### **Métodos teóricos.**

**Analítico Sintético:** Se pone de manifiesto al desglosar los elementos aportados por las fuentes bibliográficas, para su configuración integrada en el cuerpo teórico de la Tesis.

**Inductivo-Deductivo:** Se aprecia al realizar interpretaciones de los conocimientos elaborados y llegar a consideraciones personales. Por la experiencia previa acumulada en el asunto, la investigación tiene suficientes referentes teóricos como para inferir aplicaciones nuevas. Es entonces, predominantemente deductiva.

**Analogía-Modelado:** Útil en el sentido de que nuestra metodología se funda en sus analogías con la experiencia teórico-práctica acumulada sobre el asunto y al mismo tiempo pretende organizarse, en formato de modelo, que puede ser aplicada posteriormente en cualquier comunidad.

**Sistémico-estructural:** La propuesta posee dos ejes que se relacionan, el de la metodología para los juegos y el de las actividades que se programan como parte del trabajo comunitario; por lo que es de imprescindible empleo en la investigación.

### **Métodos empíricos**

**LA ENCUESTA:** Se utilizó la encuesta como un medio de recopilar los datos para conocer acerca de los motivos, intereses y preferencia de las personas, sus planteamientos, opiniones propias, estados de ánimo, actos y acerca de la realidad circundante, basándonos en su concepto que no es más que:

“Un conjunto de preguntas que se le formulan al encuestado, cuyas repuestas constituyen la información necesaria para el investigador”

Teniendo en cuenta lo antes expuesto realizamos una encuesta a los diferentes sectores poblacionales para que den repuesta a los objetivos trazados en nuestra investigación.

**LA ENTREVISTA:** También se empleo la entrevista como otro medio de recopilación de información. Teniendo en cuenta que es un procedimiento verbal muy utilizado por los investigadores, que como particularidad tiene el enfrentamiento “cara a cara” entre al menos dos individuos. Utilizándose la relación entre entrevistado y entrevistador.

Al aplicar esta se tuvo en consideración los aspectos metodológicos para la formulación de la misma. Vea además la cantidad de trabajadores del combinado deportivo.

**LA OBSERVACIÓN:** Utilizamos la observación abierta como otro método que nos permita obtener la información más directa e inmediata del comportamiento de las actividades que se realizan como objeto de investigación y como este se desarrolla en la realidad, ya que este nos estimula a la curiosidad, impulsa el descubrimiento de cuestiones que nos sirvan de interés para dar respuesta a nuestros objetivos planificados. También utilizamos la observación encubierta. Se realizó de forma estructurada que contó con un protocolo de observación, el cual tiene 10 aspectos fundamentales del trabajo metodológico y también fue sistemática ya que se realizaron 11 observaciones en el periodo comprendido desde el día 12 del mes de enero hasta el 23 de abril del 2009.

### **Materiales**

Para el desarrollo de esta investigación se utilizaron los siguientes materiales:

Papel, lápiz, cámara fotográfica y computadora

Propuesta Metodológica.

**Aspectos base que se tuvieron en cuenta para realizar la metodología para la enseñanza, conducción y animación de los juegos recreativos en la comunidad.**

Teniendo en cuenta los resultados de nuestro trabajo y darle cumplimiento a nuestro objetivo fundamental que es elaborar una metodología sobre la animación y conducción de los juegos recreativos en la comunidad hemos tenido presente algunos elementos que son indispensables para su confección.

Buscando una forma más fácil y dinámica a la hora de realizar el juego por parte del profesor y que este sea asimilado y ejecutado por el participante más rápido.

Por ejemplo:

**Conocer qué es un grupo.**

El grupo es la más común y familiar de las organizaciones sociales, se define como una cantidad de personas entre las cuales existe una comunicación frecuente y regular, y cuyo número es lo bastante reducido como para que pueda existir entre todos sus componentes una relación cara a cara.

## **La Técnica del Enfrentamiento a Grupos (sus aspectos fundamentales)**

### **1 La actividad y la sugerencia positiva.**

En el desarrollo de nuestro trabajo nos vinculamos de forma directa con los participantes, al cual debemos prestar un servicio dirigido a sus intereses de satisfacción donde el entusiasmo debe reinar como factor determinante y elemento base de la actitud positiva sobre el cual se apoyan tres pilares.

### **2- Pilares que sostienen el positivismo en la actitud conductiva.**

**1 Seguridad:** Capacidad técnica, conocimiento profundo de lo que transmitimos, convicción plena de sus valores.

**2 Aplomo:** Fuerza de presencia en nuestra actividad frente al grupo: firmeza en la posición del cuerpo; vigor en la mirada y el gesto.

**3 Confianza en sí mismo:** Descartar absolutamente cualquier duda sobre nuestra persona en la actitud conductiva, olvidarnos de nosotros, pensar solo en el grupo y en la actividad o el tema que le proponemos, le conducimos o le animamos.

## **Cuales son los medios de manifestar la Actitud Positiva.**

Nuestra comunicación con el grupo de trabajo se establece por tres medios inmediatos de manifestación.

### **1 La palabra.**

Debe ser cálida, correcta, modulada e imitadora.

Es muy importante en nuestra relación oral con los grupos a dirigir utilizamos siempre la primera persona del plural (nosotros), psicológicamente el fenómeno de la comunicación receptiva del grupo acoge afectivamente el “vamos”, en tanto rechazan el “voy” o el “vayan”.

Por lo que se sugiere que para iniciar cualquier actividad o juego, digamos ¿Qué les parece si jugamos a...?

Al proceder a la enseñanza de una actividad o juego diríamos “vamos a aprender un juego”, en lugar de “les voy a enseñar un juego”.

## **2 El gesto.**

Debe ser siempre cordial, amable, una sonrisa casi permanente debiera acompañar nuestra conducción recreacional. Además si es posible, ayudaremos con nuestro gesto facial la intención de las palabras, especialmente cuando contamos o explicamos.

El gesto es más elocuente que muchas palabras, nuestra mirada debe dirigirse alternativamente a todos los integrantes del grupo. La calidez comunicativa que emana del mirar a los ojos a uno por uno, incide positivamente en la captación y en la efectividad del grupo.

## **3 El movimiento.**

Nuestro cuerpo, brazos y manos pueden acompañar con sus movimientos seguros y firmes el positivismo de nuestra actitud.

Nuestras manos inmóviles y nuestro estatismo durante la conducción pueden incidir desfavorablemente en la captación que requerimos del grupo.

La posición corporal que adopta el animador o conductor puede dar sensaciones muy acogedoras que favorece el desarrollo de la actividad, ej: el agacharnos frente a un grupo de niños (ponernos a su nivel), sujetar un balón cuando se trata de un juego con pelotas, sentarnos sobre algún obstáculo o tener contacto con él, etc. Todo ello puede ayudar a relajar el grupo y sentirse este más confiado respecto a la actividad que va a realizar.

### **Técnica de Ubicación del Animador frente al grupo.**

Cuando debamos encarar una actividad frente al grupo, ya sea una simple explicación, una conducción o animación, debemos tener en cuenta los siguientes detalles:

- A nuestras espaldas no debe haber ningún objeto móvil, ni excesivamente iluminado, ni de profusos colores, ellos produce una desviación de la atención de los participantes.
- Debemos ubicarnos y colocar el grupo, de modo que nadie quede al margen de nuestro campo visual. De ser posible, todo el grupo debiera hallarse dentro de un ángulo de 90°.
- El grupo debe constituir un bloque unido. No es conveniente que un pequeño subgrupo por ninguna razón, se halle apartado, aunque estuviera dentro del ángulo de los 90°.
- Si hubiera sol, algún reflector luminoso u otra forma de luz directa, debemos procurar que su incidencia caiga sobre nosotros, de una forma ligeramente frontal u oblicua, nunca hacia el grupo.
- Al aire libre, cuando debemos disponer a nuestro criterio la ubicación, elijamos a nuestras espaldas algún árbol de tronco grueso, o algún cerco tupido o pared.
- Dentro de un salón o área techada debemos ubicarnos en un rincón, o contra la pared, y el grupo sentado a nuestro frente.

### **Aspectos a tener en cuenta en los Juegos de Animación en la comunidad.**

Para que los juegos de animación se desarrollen sin dificultad es necesario tener presente los siguientes aspectos.

- 1 El animador poseerá una ubicación posicional tal que permita observar todo desarrollo del juego, para realizar su narración.
- 2 Debe narrar con voz clara y articulando correctamente las palabras procurando una entonación que transmita los estados de animo.
- 3 No debe parcializarse con ningún equipo o jugador, debiendo resaltar que lo que sucede en el término del juego para ambos contendientes.
- 4 No debe realizar gritos estridentes y no debe aumentar el tono de la voz más alta de lo que permite la audición.

5 Debe conocer el juego a la perfección para poder explicarlo dando a conocer sus características fundamentales.

6 No debe utilizar sobrenombres que se relacionan con limitaciones, defectos físicos o características somatotípicas de los participantes.

7 Con iniciativas procurará cubrir los aspectos negativos que se presentan en el desarrollo del juego.

8 Debe relatar de manera amena quiénes fueron los ganadores y cómo se premiaran.

**Para la nueva metodología propuesta proponemos algunos juegos que pueden enriquecer el trabajo de técnicos y activistas, en el uso del buen aprovechamiento del tiempo libre de la población.**

**Nombre: El túnel**

Objetivo: Contribuir al desarrollo de las habilidades.

Edad: 10 a 11 años.

Tipo: Competencia colectiva de relevo.

Organización: Se colocan a los jugadores en dos líneas de frente, tomándose las manos, con los brazos extendidos y elevados oblicuamente hacia arriba, formando así el túnel con ellos. De esta forma quedará organizado un bando, el otro se formará de la misma forma, situándose a dos metros de distancia aproximadamente.

Al principio y al final de cada bando se trazará una línea recta.

Desarrollo: Al sonar el silbato los dos últimos jugadores de cada bando, soltándose las manos, entrarán al túnel, uno detrás del otro, corriendo por él hasta salir por el extremo contrario. Allí, o sea, en el principio del túnel se colocan en la misma posición que tenían antes, cuando estaban al final. Tan pronto se hayan colocado, nunca antes, sale la pareja que quedo de última, haciendo exactamente lo mismo que la anterior, y así sucesivamente se continúa el juego, hasta que la pareja que al comenzar el juego estaba al frente, haya quedado en último lugar y vuelto a ocupar su posición inicial.

Reglas:

1. Los jugadores no se pondrán salir de las líneas marcadas.
2. Ninguna pareja podrá salir hasta que la anterior se haya colocado correctamente.
3. Mantener los brazos extendidos bien arriba.

**Nombre: Lucha India**

Objetivo: Desarrollar la fuerza de brazos y el equilibrio.

Tipo: Pre-deportivo.

Organización: Se dividen los participantes en dos bandos o grupos, estando situados en línea y con una distancia entre una y otra de menos de cinco metros.

Desarrollo: Cada equipo irá eligiendo un luchador que lo representará, siendo distinto cada vez.

La posición de ambos competidores será lateral con las manos derechas enlazadas. El juego consiste en sacar de balance al contrario haciendo fuerza en distintas direcciones, de manera que levante el pie.

Reglas:

1. No se podrá utilizar la otra mano, la cual no se apoyará en el suelo.
2. Cuando es levantado el pie, se considera que perdió dicho jugador.
3. Cada jugador, representante de los equipos, solo tendrá una oportunidad.
4. Cada vez que sea puesto fuera de balance un jugador, se le anotara 1 punto al equipo ganador. Gana el equipo que más puntos obtenga.

**Nombre: La cadena.**

Objetivo: Desarrollo de habilidades.

Tipo: Persecución.

Organización: Los alumnos se colocarán en todo el terreno, informalmente; es decir, regados. El profesor escogerá a uno de los alumnos para que sea el perseguidor inicial, el cual comenzará el juego.

Desarrollo: Cuando el profesor de la señal de comienzo del juego, el alumno escogido perseguirá a sus compañeros. Cada vez que logre tocar a uno debe agarrarlo de la mano, para así juntos seguir persiguiendo a sus compañeros, formándose así la cadena. Mientras queden alumnos la cadena correrá detrás de ellos. Ningún integrante de la cadena se puede soltar las manos mientras corran. Ganará el último que quede sin ser cogido.

Reglas:

1. Pueden participar todas las personas que quieran.
2. La cadena no se puede romper.
3. Solo pueden tocar los que se encuentran en los extremos de la cadena, siendo de otra forma no será efectivo el toque.

**Nombre: La pañoleta**

Objetivo: Desarrollar la rapidez de reacción.

Medio: Un pañuelo.

Organización: 2 filas frontales a una distancia de separación de 40 metros aproximadamente, en el medio se hace un círculo y en su centro pone el pañuelo(a la misma distancia de ambos lados). Todos los jugadores deben estar numerados.

Desarrollo: Según mande el profesor van a salir los jugadores correspondientes a los números mencionados, en busca del pañuelo. (Puede decir: tanto, tanto para el número 1 y salen los niños correspondientes a ese número, también pueden decirse varios números a la vez)

Reglas:

1. Los jugadores que se encuentren en el centro no pueden pisar en círculo, el jugador que lo haga pierde el punto, que en dicho caso será para el otro equipo.
2. Si el jugador que tiene el pañuelo es tocado en el momento en que lo toque, el punto es del jugador del equipo que lo tocó al otro compañero.

3. Si el jugador logra coger el pañuelo y llevarlo hacia su equipo es un punto para dicho equipo.
4. El tiempo en el círculo es en dependencia del tiempo de duración del juego. Será dicho antes de comenzar el juego.
5. No es valido empujar, ni agarrar, solo puede tocarse al compañero contrario, de ser así el punto es para el jugador que recibió la falta.
6. El tiempo de juego puede estar determinado por el profesor o por un máximo de puntos.
7. Gana el equipo que logre acumular más puntos.

**Nombre: El canguro**

**Tipo:** Juego motor. Incentiva agilidad física.

**Edades:** 10 a 12 años

**Participantes:** 10 a 20

**Medios:** Ninguno

**Lugar:** Amplio

**Organización:** Un círculo de 15 jugadores.

**Desarrollo:** Los jugadores forman un círculo y toman doble alineación. Se numeran, siendo los pares un equipo (rojos) y los impares otro equipo (azules). Luego tomarán la posición de tronco flexionado, cabeza y manos apoyadas sobre las rodillas (posición de rango), se designan dos jugadores, uno por cada equipo, que ocuparán los extremos de uno de los diámetros del círculo y serán los que inician el juego. A la señal los jugadores designados comienzan a saltar a los compañeros, corriendo en el mismo sentido y persiguiéndose para pasarse. Cuando el rojo, consiga pasar al azul o al revés, el equipo al cual pertenece habrá ganado un punto. Logrado esto, otros dos jugadores repetirán la acción y el juego continuará hasta que todos hayan competido, ganando el equipo que haya logrado mayor número de tantos.

**Reglas:**

Según las características del grupo y lo que se quiera lograr en el juego.

VARIANTE

**Nombre. El canguro borracho**

Objetivos. Desarrollo de la rapidez, la agilidad y equilibrio.

Medios: Sacos

Organización: Dos hileras

Desarrollo.

Se forman dos hileras con la misma cantidad de participantes, se colocan una al lado de la otra. Frente a cada hilera se colocan cinco niños, uno detrás de otro, con una separación de un metro. A la señal del profesor los primeros integrantes iniciarán la carrera, la cual será en sacos y haciendo zigzag entre cada uno de los niños. Cuando lleguen al último le darán la vuelta y regresaran corriendo sin el saco ya que el próximo competidor realizará la acción descrita inicialmente sin el saco y al darle la vuelta al último niño cogerá el saco y regresará saltando y así consecutivamente.

Reglas.

1. Si uno de los jugadores sale adelantado se deberá reiniciar la carrera
2. Si algún jugador no le da la vuelta al último niño, su equipo será descalificado
3. Si algún jugador no utiliza el saco cuando es debido, su equipo perderá

**Nombre: Aprendiendo del mundo**

Tipo de juego: De habilidad.

Objetivo principal: Desarrollo de la agilidad mental.

Medios: Sillas.

Terreno del juego: Espacio amplio y llano

Organización: Dos equipos en círculo.

**Reglas y Desarrollo.**

Se colocan las sillas en forma de círculo y los jugadores se sientan de espalda uno del otro. El profesor mencionará un primer país y a partir de él

los jugadores mencionarán otros que se irán agregando a la lista. De esta forma los jugadores tendrán que repetir todos los países mencionados, sin equivocarse, e ir agregando uno más cada vez.

El siguiente equipo hará lo mismo cuando el anterior haya terminado.

Cada ronda durará un minuto, aproximadamente, si no se equivoca ningún jugador.

Ganará el equipo que logre decir más países.

Todos los jugadores deberán estar de espaldas, no olvidar ningún país mencionado y no repetirán nombres de países.

### **Nombre. Corriendo marcha atrás.**

Objetivo. Desarrollo de la rapidez.

Medios: Dos banderitas

Organización: En hileras

Desarrollo:

El juego consiste en hacer dos hileras con la misma cantidad de participantes en cada una de las hileras a la voz del profesor salir los dos primero de cada hilera darle la vuelta a una bandera y virar corriendo de espalda, cuando lleguen salen los segundos y así consecutivamente hasta el ultimo compañero el que llegue primero gana el juego.

Reglas del juego.

Salir los dos juntos a la voz del profesor cuando estén corriendo de espalda no se deben virar y deben darle la vuelta a la banderita.

### **Nombre: Dímelo cantando.**

Objetivos: Desarrollar la carrera y estimular a los estudiantes.

Medios: Algún medio que se asemeje a un micrófono.

Organización: Se hacen dos hileras y se pone al final del camino y en el centro de los dos equipos el micrófono.

Reglas: cantará el alumno que primero toque el micrófono.

Desarrollo: Se dirá el título de una canción y los primeros alumnos de cada equipo saldrán corriendo hacia el micrófono, el primero que llegue tendrá que cantar.

**Nombre: Lanza, atrapa y golpea.**

Objetivos: Desarrollar y ejercitar habilidades como: lanzar, golpear, así como la seguridad del lanzamiento y el atrape.

Medios: Dos vallas y dos balones.

Organización: Este juego se realizará en un terreno de superficie lisa, se dividirá el grupo en 2 hileras formándose una al lado de la otra, cada una con su nombre correspondiente. Se colocará un estudiante frente a cada hilera en un círculo pintado en el suelo a una distancia de 8 metros y así colocaremos las bayas pero a un metro de la hilera, mientras que los balones lo tendrán los dos primeros de cada equipo.

Desarrollo: a la voz de ya del profesor los 2 primeros jugadores que tienen el balón lo lanzarán a los jugadores que tienen al frente, estos lo atraparán y lo pondrán en el suelo golpeándolo con el pie tratando de pasarlo por debajo de la baya, el estudiante que lanzó toma el lugar de el que golpeó y este pasa al final de la hilera hasta llegar al primero.

Reglas:

1. Gana el equipo que mas rápido termine.
2. El jugador que se encuentra frente a la hilera no puede salir del círculo a recibir el balón. Si sucede se penalizará volviendo a repetir el tiro.
3. Es obligatorio pasar el balón por debajo de la baya, si no es así se volverá a realizar el golpeo.

**Nombre: Busca una pareja**

Objetivo: Desarrollar la rapidez

Medios a utilizar: ninguno

Organización: Dos equipos formados en hileras y al final del terreno una fila de jugadores sacados de estos equipos.

Desarrollo: A la señal del profesor el primer jugador de cada equipo saldrá corriendo y al llegar a la fila del final del terreno deberá tomar una pareja y volver al equipo, al llegar tocara al próximo jugador, todos realizaran la misma actividad de forma sucesiva.

Regla:

Gana el equipo que primero que tenga todas las parejas.

**Nombre: Carrera de relevo**

Objetivo: Desarrollar la rapidez.

Medios a utilizar: Batón y banderas

Organización: Dos hileras de 5 estudiantes y uno en el medio

Desarrollo: Con la voz de comienzo salen los primeros competidores corriendo con gran rapidez dan la vuelta a la bandera y entregan el batón al compañero del centro y este corre a toda velocidad hasta la formación y le entrega el siguiente competidor.

Reglas:

1. Gana el equipo que primero termine.
2. No salir adelantado.
3. Dar la vuelta a la bandera.

## **NUEVA METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA, CONDUCCIÓN Y ANIMACIÓN DE LOS JUEGOS RECREATIVOS EN LA COMUNIDAD.**

### **1. 1. Presentación del juego y motivación para el mismo.**

El animador debe mencionar el nombre del juego, con el objetivo de motivar la actividad que va a presentar.

### **2. Organización del grupo y ubicación del profesor.**

Se organizarán los equipos y se ubicarán en el lugar de comienzo los participantes, así como el profesor tendrá una ubicación en un ángulo adecuado donde pueda observar a la generalidad del grupo.

### **3. Explicación y demostración del juego.**

Se debe realizar una explicación clara y concreta, es importante que se establezca como se juega, como se gana y cuales son sus reglas. La demostración puede realizarse por parte del animador o de los participantes, puntualizándose los aspectos de mayor dificultad en el juego y especificarse cuál es el aspecto más importante de este.

#### **4. Preguntar si algún jugador tiene dudas.**

Preguntar si alguien tiene dudas es importante para el desarrollo del juego, pues con esta pregunta podemos aclarar su desarrollo. Debemos recordar que hay personas tímidas que aun teniendo dudas no preguntan y si alguien afirma tenerlas, debemos responder a todos por igual en voz alta y nunca directamente a quien nos preguntó la duda.

#### **5. Dar la señal de comienzo y mantener a los participantes con entusiasmo.**

Se debe dar la señal de comienzo de forma clara, inmediatamente que los participantes estén listos y se mantendrá el entusiasmo durante toda la realización del juego, el animador debe dar ánimo y con su palabra alentar a los participantes, no sólo a los que están ganando; sino también a los que están perdiendo. El animador no debe parcializarse con ningún equipo en particular y debe divertirse con lo que narra con relación a lo que está sucediendo en el juego.

#### **6. Final del juego.**

Se debe decir **¡ALTO!**, al tiempo que señalamos a los vencedores.

#### **7. Premio a los ganadores.**

Se hace necesario destacar el esfuerzo realizado por los ganadores y brindarle en la medida de las posibilidades algún obsequio. Si no existen se le debe brindar un pequeño reconocimiento con un aplauso, pero se debe recordar que lo más importante es la participación de todos.

### **VALIDACIÓN DE ESTA PROPUESTA METODOLÓGICA.**

Para comprobar la metodología propuesta realizamos un pilotaje en el Consejo Popular que fue objeto de investigación, aplicando la nueva metodología sobre la enseñanza, conducción y animación de los juegos recreativos en la comunidad, la que fue aceptada por los profesores y activistas, con resultados satisfactorios y se comprobó que los participantes asimilaban con mayor rapidez los diferentes juegos dirigidos por los profesores y activistas así como la incorporación de la mayor cantidad de participante durante la aplicación de esta nueva metodología.

### **Análisis de las observaciones.**

#### **1. Lugar donde se realizan las actividades.**

Este aspecto lo evaluamos con un promedio de 3,8, debido a que no en todos los lugares donde se realizaban las actividades reunían las condiciones, ya sea por el espacio o por las condiciones del área, debido a que para poder ejecutar con calidad las actividades que se planifiquen los terrenos deben ser lugares al aire libre y lo más espaciosos posible.

#### **2. Organización y preparación de la actividad.**

Este aspecto se evaluó con un promedio de 3,4, ya que en ocasiones los profesores de recreación y activistas no tenían una correcta organización y preparación de las actividades, faltándole iniciativas para las mismas.

#### **3. Propaganda de la actividad.**

Este aspecto es el de mayor dificultad por lo que se evaluó con un promedio de 2,7, debido a que nunca se le daba divulgación a las actividades, no existía propaganda alguna y en los lugares donde hubo alguna, no cumplían con las expectativas de conocimientos de los pobladores.

#### **4. Medios a utilizar y uso correcto de los mismos.**

Esta actividad la podemos evaluar de 3,8, los medios utilizados en las actividades observadas han sido un algo pobres, porque en ocasiones utilizaban a los propios participantes como medios de trabajo; también

debemos señalar que se utilizaron también otros medios que fueron apropiados para una parte de la actividad, los cuales fueron de gran utilidad para las demás actividades que se desarrollaron.

#### **5. Grupos de edades que participan en la actividad.**

Esta actividad se evaluó de 3,3, observándose dificultades en la oferta a los distintos grupos como fueron: niños, jóvenes, adultos, donde debemos decir que aunque no tuvimos adultos de tercera edad la actividad se enmarcó en la realización de actividades específicas de estas edades, las cuales se atendieron por profesores de recreación y activistas.

#### **6. Uso correcto de las técnicas de animación. Tipo de animación.**

Lo evaluamos con 3,5, notándose grandes dificultades, los profesores y activistas no dominan las técnicas de animación ni los pasos metodológicos para la enseñanza, conducción y animación de los Juegos que se ofertan a la población. Nuestros profesores no conocen los aspectos básicos de las técnicas que se deben aplicar cuando se realizan la actividad de animación en la comunidad.

#### **7. Motivación de los participantes.**

Este indicador fue evaluado de 4,2 y fue el mejor de todos los evaluados, se observó una gran motivación, dinamismo y entusiasmo por los participantes, debemos señalar que esto no ocurrió de la misma forma en todas las actividades ya que en algunas se podía realizar una motivación mayor.

#### **8. Utilización correcta del micrófono.**

Se evaluó con 3,4, notándose dificultades, debido a que los profesores no conocen las técnicas de microfonía y el micrófono no se utiliza correctamente

#### **9. Creatividad y trabajo con el público.**

En la creatividad y trabajo con el público también se evaluó con 3,4 de promedio, donde se aprecia que los profesores no son creativos al trabajar

con el público; también falta la disposición del profesor por ejecutar la actividad con más calidad.

#### **10. Uso racional del tiempo, para las actividades y el tiempo total.**

Este aspecto se evaluó con 3,8, las actividades se ajustaron de cierta forma al tiempo, en algunas se perdía tiempo en aspectos que no merecían la atención y en otras se excedían.

### **CONCLUSIONES**

En el consejo popular se planifican actividades recreativo-físicas de animación, donde la población tiene preferencia por los festivales deportivo recreativo, incluyendo juegos deportivos vinculados con las actividades recreativas y juegos tradicionales que se desarrollan fundamentalmente los fines de semana como los días entre semanas donde a la vez estas actividades se realizan tanto en los parques, escuelas, circulo social y en varios.

Existe desconocimiento de las actividades de animación en la comunidad por parte de los trabajadores del INDER y activistas. Ya que existe poca divulgación de las actividades recreativo- físico de animación que se realizan en dicha comunidad.

Las actividades desarrolladas mantuvieron una correcta organización y preparación, pero los profesores y activistas no dominan las técnicas de animación ni los pasos metodológicos para la enseñanza, conducción y animación de los juegos recreativos en la comunidad. Donde solamente se trabajó con los niños, jóvenes, algunos adultos y con las personas de la tercera edad no se realizaron ningún tipo de actividades ya que se debería trabajar con ellas en conjunto con los demás participantes de acorde con las características individuales de cada participante.

Con la aplicación de la nueva metodología se obtuvieron resultados satisfactorios en la enseñanza, conducción y animación de los juegos recreativos en la comunidad.

## **RECOMENDACIONES.**

Organizar para la comunidad diferentes festivales de carácter recreativo-físico, donde se planifiquen actividades que incluyan juegos deportivos en función de la recreación vinculados con juegos tradicionales y que se desarrollen, fundamentalmente, los fines de semana en el horario de la tarde.

Impartir cursos de superación relacionado con el trabajo de la animación recreativa en la comunidad a profesores y activistas vinculados a la labor de la recreación comunitaria, de acuerdo con lo postulado por la metodología que se expone en esta Tesis.

Seleccionar temas para los diferentes cursos y seminarios relacionados con las técnicas de animación donde se incluya la nueva metodología para la enseñanza, conducción y animación de los juegos recreativos en al comunidad.

Extender la nueva metodología para la enseñanza, conducción y animación de los juegos recreativos en la comunidad a todos los combinados deportivos de los Consejos Populares del Municipio de Jagüey Grande.

### **Bibliografía**

Butler, G. (1959) Principios y métodos de recreación para la comunidad. Ed. Gráficos Ameba, Buenos Aires.

CARRIERA JUNCO, A y col (2007)“Colección de Juegos y algo más”. Libro de Consulta para los estudiantes Licenciatura en Cultura Física. Facultad de Cultura Física Matanzas.

Colectivo de autores. (1988) Libro de trabajo del Sociólogo.- Moscú.- Editorial Progreso.

Col de autores. (1994)Juegos Deportivos Tradicionales. Centro de la Cultura Popular Canaria (Ed.), Las Palmas de Gran Canaria.

DOBLER, E.; H. DOBLER. (1981)Juegos menores. Un manual para escuelas y asociaciones deportivas, Ed. Pueblo y Educación, La Habana.

Moreira Barahona Ramón, (1997) La recreación un fenómeno sociocultural, Ciudad de La Habana.

Pérez Sánchez Aldo y col,(1997)Recreación Fundamentos Teóricos-Metodológicos, instituto Politécnico Nacional, Tresguerras 27, Centro Histórico, México, D F,

PÉREZ, G. NOCEDO, IRMA. (1983) Metodología de la investigación Pedagógica y Psicológica. Ed. Pueblo y Educación, La Habana.

Suárez García E, Pe.PAbreu Hernández, (2001) La animación turística, manual teórico-practico para el animador turístico, Editorial Portobelo, Panamá.

Suárez, E. (1997) Los juegos deportivos aplicado a la recreación. Tesis presentada en opción al título académico Moreira Barahona Ramón, La recreación un fenómeno sociocultural, Ciudad de La Habana.

KANZAG, Dr. GERD. (1984)Diferentes formas de ejercicios para los Juegos Deportivos. Editorial Pueblo y Educación, La Habana.

PÉREZ, G. NOCEDO, IRMA. (1983)Metodología de la investigación Pedagógica y Psicológica. Ed. Pueblo y Educación, La Habana.

.







