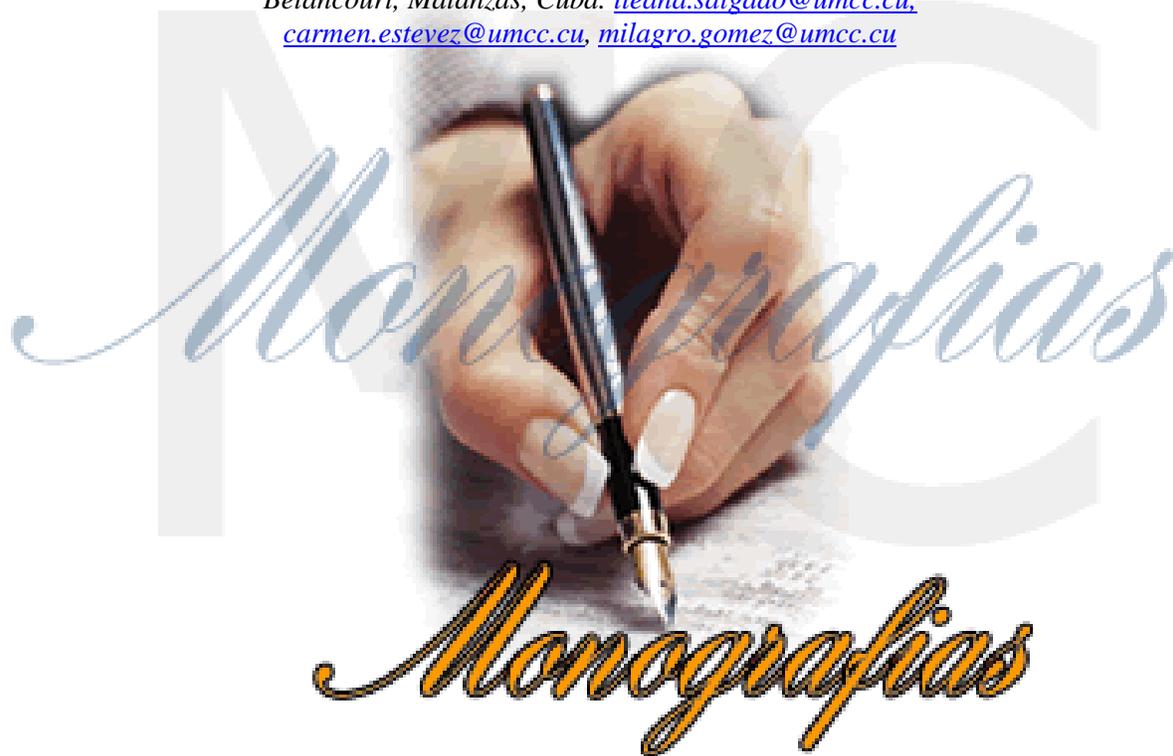


PROPUESTA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS RECREATIVAS PARA EL CONSEJO POPULAR PEDRO BETANCOURT

MSc. Ileana Salgado León, Lic. Carmen Teresa Estévez Herrera, Lic. Milagros de la
Caridad Gómez Suárez

Universidad de Matanzas – Filial Universitaria Municipal “Jesús
Manuel Herrera Rodríguez” Calle 29 e/ 18 y 20, Pedro
Betancourt, Matanzas, Cuba. ileana.salgado@umcc.cu,
carmen.estevez@umcc.cu, milagro.gomez@umcc.cu



CD de Monografías 2015
(c) 2015, Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”
ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X

Resumen

Las actividades físico recreativas, llevadas a cabo para satisfacer necesidades de bienestar social, con una intervención organizada para modificar el medio social y mejorar las condiciones de vida son muy importantes, sobre todo cuando existen insuficiencias en el uso del tiempo libre, de las instalaciones deportivas y los recursos humanos para la recreación. Es por ello que este trabajo se propone resolver esta insuficiencia como objetivo general. En la metodología empleada se utiliza la observación de forma encubierta, la entrevista y la encuesta. Como elemento novedoso, aporta un proyecto comunitario que permite utilizar de forma eficiente el tiempo libre de los jóvenes del Consejo Popular Pedro Betancourt, además del uso acertado de las instalaciones deportivas y los recursos humanos disponibles, empleando el deporte como máximo exponente del entretenimiento sano no solo para el que lo practique, sino además para el que lo observe, sobre todo en horario nocturno.

Palabras claves: proyecto comunitario

Introducción.

Un factor que ha influido de forma relevante en el aumento de la expectativa de vida y su calidad en la población es la práctica de actividad física sistemática bien dirigida, educando y desarrollando así la voluntad y las capacidades físicas; donde ejercen un importante papel en la personalidad y el mejoramiento de su organismo.

Actualmente en la sociedad se invierten innumerables recursos financieros destinados para la conservación de un adecuado estado de salud de la población en general, sin embargo, pensamos que el nivel de salud que alcance cualquier población no está determinado por el número de medios y centros asistenciales con que la misma pueda contar, sino por la cantidad de personas que necesitan regularmente de estos.

La recreación abarca el juego en todas las expresiones y actividades como la música y el teatro, la danza. Se considera que toda acción recreativa contribuye al enriquecimiento de la vida. Por eso, la recreación también es una actitud o estado de ánimo, que expresa la naturaleza misma del hombre, encaminado al uso del tiempo libre.

La recreación física. es un campo importante de la recreación, como también lo son la recreación artístico-literaria, y la recreación turística (donde se combinan acciones de las demás) que transita por la práctica de actividades lúdico-recreativas, de deportes recreativos y del espectáculo deportivo, como uno de los componentes de la cultura física unido a la educación física escolar y de adultos, y el deporte, para la ocupación placentera, sana y provechosa del tiempo libre.

Conocemos que las tendencias humanas hacia ciertas formas de actividad recreativa, están influidas por su preparación física y mental, por el nivel cultural, por su preparación política, por la edad, por el sexo, por el temperamento y que naturalmente, el medio ambiente entrara en contradicción o canalizara las formas, de acuerdo al concepto social que se tenga de la recreación. De aquí que los programas de recreación en cualquiera de sus



CD de Monografías 2015

(c) 2015, Universidad de Matanzas "Camilo Cienfuegos"

ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X

formas deben caracterizarse por la riqueza en la variedad de formas y de oportunidades, que ofrezca, a fin de satisfacer los más variados intereses.

La recreación, por tanto, no es un fenómeno estático sino dinámico o esencialmente dialéctico, que toma forma y adquiere proporciones objetivas cuando es realmente aplicado para las grandes mayorías, Para convertirse entonces en una influyente fuerza vital en el desarrollo de los pueblos.

Consideramos que la práctica físico-deportiva como recreación debe mostrarse como una actividad eminentemente lúdica, divertida, generadora de placer que, aunque susceptible de establecerse de forma sistemática y rigurosa, se presenta generalmente como flexible, libremente aceptada, en donde el placer de jugar y el disfrute del propio proceso del juego son fundamentales.

La actividad recreativa recobra mayor importancia cuando existen insuficiencias en el uso del tiempo libre de las personas, las potencialidades constructivas de las instalaciones deportivas y los recursos humanos disponibles para la recreación.

Esta actividad posee una gran importancia desde el punto social ya que da la posibilidad a todos los integrantes de la comunidad vincularse a la recreación física y de una forma u otra satisface los intereses cada vez más crecientes de la población para el desarrollo óptimo de los mismos, se debe crear los espacios y oportunidades lo que presupone realizar un estudio para conocer cuando y donde la población adulta desea y puede realizar la actividad, ya que hay que tener en cuenta que los que participan son las amas de casa, adolescentes, trabajadores ,personas sin vínculo laboral a la que es necesario sumarle a la sociedad y en algunos casos a los estudiantes. Por todo lo expuesto debemos ofrecer un horario de servicio el cual sea más factible.

Es por esa razón que elaborar una propuesta de actividades deportivas que permitan aprovechar los recursos materiales y humanos existentes en el Consejo Popular Pedro Betancourt, además del uso óptimo del tiempo libre, constituye el objetivo de este trabajo.

Desarrollo

Para la realización de esta investigación se tomó como muestra 764 personas, de ellas 751, son individuos del Consejo Popular, 7 estudiantes y 5 profesores de la Filial Universitaria, además fue entrevistada la presidenta del Consejo Popular Pedro Betancourt.

En la metodología utilizada se emplearon los siguientes métodos de investigación:

La encuesta: se les aplicó a los 751 individuos residentes en el Consejo Popular con el objetivo de identificar las actividades, horario y lugar en que utilizan su tiempo libre.

La entrevista: Fueron entrevistados los profesores de recreación de la Dirección Municipal de Deporte que trabajaban en el Consejo Popular y la presidenta del Consejo Popular para constatar su descripción del fenómeno en cuestión.

La observación encubierta: fueron observadas 375 actividades lo que nos permitió valorar el fenómeno objetivamente. Para ello fueron utilizados 5 profesores de la Filial, los cuales se prepararon para ejecutar la actividad de forma que los resultados de la observación reflejaran un ambiente real.



En entrevista realizada a la Presidenta del Consejo Popular Pedro Betancourt nos expone que la ingestión de bebidas alcohólicas, en los últimos tiempos, se ha manifestado con gran asiduidad, aunque ver televisión y practicar deportes son actividades que también se presentan entre las preferidas de algunos grupos de personas. El horario más utilizado para esta actividad, en su opinión, es después de las cinco de la tarde. Los lugares donde más personas se reúnen en el tiempo libre es donde se ofertan bebidas alcohólicas, el área de baloncesto Jaime López, el estadio de béisbol Rubén Aldama y el gimnasio de Cultura Física al que asisten para hacer ejercicios aerobios un número considerable de mujeres, nos comenta además, que esa actividad tiene gran aceptación entre las féminas del Consejo Popular. Considera que si se deben ofrecer otras actividades deportivas que aglutinen a más personas, sobre todo, en el horario nocturno para que se aprovechen las instalaciones que cuentan con iluminación, que desafortunadamente en el territorio hay una sola, pero se debía evaluar la posibilidad de usarla para varios eventos deportivos adecuando las reglas, por ejemplo, baloncesto en todas sus modalidades, fútbol sala, balonmano, voleibol, entre otras.

Los profesores de recreación de la Dirección Municipal de Deportes entrevistados poseen de 3 a 5 años de experiencia como promedio en esta labor. El 100 por ciento coincide en que aunque se realiza ejercicios físicos, ya sea aerobios u otra modalidad deportiva, cada vez con mayor frecuencia se puede observar la ingestión de bebidas alcohólicas entre pobladores del Consejo Popular como una actividad para ocupar el tiempo libre. Todos concordaron que el horario más frecuente como tiempo libre de las personas es después de la cinco de la tarde. Los lugares donde asisten son el Gimnasio de Cultura Física, el área de Baloncesto, el estadio de béisbol y 5 de los 7 entrevistados expresó que los lugares donde oferta bebidas alcohólicas. Nos proponen como otras actividades competencias de larga duración en horario nocturno. Cuatro de los siete entrevistados mostraron disposición para realizar las actividades en otros horarios.

De las 375 actividades observadas 319 fueron en el horario de cinco de la tarde a ocho de la noche, de ellas el 26,3 por ciento fueron en las residencias de las personas que se encontraban viendo televisión o jugando en las computadoras mientras hacían las labores propias del hogar, un 46,6 por ciento se encontraban en instalaciones deportivas haciendo ejercicio físico o practicando deportes y el 27 por ciento de las actividades observadas fueron en centros donde se vende bebidas alcohólicas. En cuanto a quienes se encontraban en las actividades, se pudo determinar en las observaciones realizadas, que en las residencias de las personas el 86,3 por ciento de los que se encontraban viendo televisión o jugando en las computadoras eran hombres, lo que tiene una explicación lógica, pues las mujeres en ese horario realizan labores domésticas, en las instalaciones deportivas el 54,6 por ciento de los que se encontraban en ellas eran mujeres haciendo aerobios el resto hombres que hacían esta misma actividad o practicaban deportes. En los lugares donde se oferta bebidas alcohólicas el 95,3 por ciento de las personas que se encontraban eran hombres. De todas las actividades observadas solo estaban dirigidas aquellas que eran en instalaciones deportivas.

La encuesta aplicada para la determinación de los datos en esta investigación, fue utilizada en todos los escenarios posibles, tratando siempre que los encuestados tuvieran las



condiciones necesarias y que se sintieran cómodos con el cuestionario, de manera tal que respondieran con la mayor sinceridad posible.

Fueron encuestados 751 personas de edades que comprendían desde los catorce a los cuarenta y cinco años todas del Consejo Popular Pedro Betancourt. El 62,3 por ciento eran hombres y el resto mujeres. El 36,8 por ciento eran estudiantes, el 47,9 trabajadores, 3,7 amas de casas, el 6,9 estudiaban y trabajaban y el 4,7 por ciento no tenían vínculo laboral.

La tabla que a continuación le mostramos refleja el vínculo laboral con la actividad que realiza en el tiempo libre.

| Actividad | Estudian | Trabajan | Ama de casa | Estudian y trabajan | Sin vínculo laboral | Total por actividades que realizan |
|-----------------------------|----------|----------|-------------|---------------------|---------------------|------------------------------------|
| Ver TV | 204 | 78 | 14 | 12 | 9 | 317 |
| Jugar en la PC | 46 | 39 | | 13 | 1 | 99 |
| Practicar deportes | 16 | 103 | 12 | 18 | 7 | 156 |
| Ingerir bebidas alcohólicas | 8 | 75 | | 4 | 18 | 105 |
| Leer | 2 | 27 | 2 | 5 | | 36 |
| Otras | | 38 | | | | 38 |
| Total por Vínculo Laboral | 276 | 360 | 28 | 52 | 35 | |

El 93,7 por ciento realiza estas actividades después de las 5 de la tarde, los lugares donde realizan las actividades en el tiempo libre son las residencias, las instalaciones deportivas y los centros donde se ofertan bebidas alcohólicas.

El gráfico que a continuación mostramos nos refleja las actividades de mayor preferencia entre los encuestados.



Los días en que prefieren que sean ofertadas estas actividades son los lunes, martes, miércoles, viernes y el sábado Siempre en los horarios de la tarde y la noche.

El 12,3 por ciento de los encuestados prefiere participar en estas actividades como organizador, el 43,6 por ciento como espectador y el resto prefiere participar como deportista y seleccionan a los CDR, Profesores de deportes, carteles y presidente del Consejo Popular como vías para informarse acerca de las diferentes actividades recreativas que se ofertan en la comunidad.

Después de aplicados todos los instrumentos de investigación pudimos deducir que la oferta de actividades que se deriva de esta investigación debía tener en cuenta que el horario de tiempo libre de las personas de la comunidad, la disposición del capital humano para dirigirlas, las potencialidades de las instalaciones deportivas y las preferencias de los usuarios. Por lo que elaboramos una propuesta dirigida a las personas del Consejo Popular Pedro Betancourt que utilizara como instalaciones deportivas el área de Baloncesto Jaime López, el estadio de Béisbol Rubén Aldama, El área de Fútbol en los horarios de 5 de la tarde a 10 de la noche dirigidas por personas de la comunidad y los profesores de recreación.

Cronograma de actividades

| No | Actividades | E | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
|----|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Torneo “8 de Marzo” de Fútbol 7. Hora: 4:00 pm, Lugar: Est Rubén Aldama | | | x | | | | | | | | | |
| 2 | Torneo por la Victoria de Baloncesto Masculino. Hora:6:00 pm Lugar: CVD Jaime López. | | | | x | | | | | | | | |
| 3 | Torneo “Por mi barrio” de Fútbol Sala. Hora: 6:00 pm Lugar: CVD Jaime López. | | | | | x | | | | | | | |
| 4 | Torneo de Baloncesto masculino 3x3. Hora:6:00 pm Lugar: CVD Jaime López. | | | | | | x | | | | | | |
| 5 | Taller de ética para jueces y árbitros. Hora: 2:00 pm Lugar: Casa del Economista. | | | | | | | X | | | | | |
| 6 | Torneo de Dominó para menores de 20 años Hora: 8:00 pm Lugar CVD Jaime López | | X | | | | | | | | | | |
| 7 | Copa de Ajedrez “Por el Futuro” Hora: 7:00 pm Lugar CVD Jaime López | | | | | | | | | | | | X |



| | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|--|--|--|--|--|---|---|--|---|---|--|
| 8 | Torneo de Voleibol “Ernesto Martínez” Hora: 6:00 pm Lugar CVD Jaime López | x | | | | | | | | | | | |
| 9 | Copa de Balonmano Hora: 6:00 pm Lugar CVD Jaime López | | | | | | | X | | | | | |
| 10 | Torneo de Fútbol Hora: 5:00 pm Lugar Est Rubén Aldama | | | | | | | | | | | X | |
| 11 | Torneo de Baloncesto Hora: 8:00 pm Lugar CVD Jaime López | | | | | | | | | | X | | |
| 12 | Cuadrangular de Béisbol Hora: 2:00 pm Los domingos Lugar CVD Jaime López | | | | | | | | X | | | | |

Conclusiones

Después de investigar a cabalidad el fenómeno que se genera en el Consejo Popular Pedro Betancourt en torno a la recreación y sano aprovechamiento del tiempo libre se pudo elaborar una propuesta de actividades que permita utilizar las potencialidades de las instalaciones deportivas existentes en la comunidad, los recursos humanos representados por una numerosa cantidad de profesores de Cultura Física formados por la Filial Universitaria y los existentes en la propia comunidad, la misma cuenta con una amplia tradición deportiva y además del uso eficiente del tiempo libre de las personas en actividades que propicien tantas potencialidades como el mejoramiento de la salud y calidad de vida, las relaciones interpersonales, bienestar y alegría entre la población.



Bibliografía

COLECTIVO DE AUTORES CUBANOS. 1988. *Manual de la masividad, la Cultura Física y el Deporte en el territorio*. Editorial José Antonio Huelga. Cuba.

COLECTIVO DE AUTORES. 2004. *La investigación científica en la Actividad física: su metodología*. Editorial deportes. Cuba.

HERNÁNDEZ SAMPIER, R, 2004.*Metodología de la Investigación* Editorial Félix Valera. La Habana, Cuba.

PERALTA, E. 1987 *Dirección y planificación de la Cultura de la Cultura Física*. Editorial Pueblo y Educación. Cuba.

PÉREZ, A. y COL. 1997. *Recreación. Fundamentos Teórico- Metodológicos*. México

