

SISTEMA DE ACTIVIDADES PARA LA PARTICIPACIÓN Y SATISFACCIÓN DE NECESIDADES RECREATIVAS DE LOS ESCOLARES DE OCTAVO GRADO DE LA ESBU: REVOLUCIÓN DE OCTUBRE.

Lic. Mirtha Yoharys Morejón López¹, Lic.Linsay Vasallo Hernández².

1. Ave.24 1110 /11y 13 Dirección Municipal de Deporte. Jovellanos

2. Ave.24 1110 /11y 13 Dirección Municipal de Deporte. Jovellanos.

Resumen

Los niveles de participación y satisfacción de las necesidades recreativas de los escolares de 8vo grado de la ESBU Revolución de octubre del municipio de Jovellanos son insuficientes producto a que las actividades que se desarrollan no responden a sus intereses, teniendo en cuenta esta situación la autora se ha propuesto Diseñar un sistema de actividades para contribuir a elevar la participación y satisfacción de las necesidades recreativas. Por tal motivo la metodología empleada se sustenta en el método dialéctico materialista y los métodos del nivel teórico entre ellos hipotético deductivo, analítico-deductivo. Histórico lógico y del nivel empírico la encuesta y estadístico matemático. El sistema aplicado por espacio de 4 meses posibilitó incorporar al 54,3 % de los escolares de octavo grado lo cual constituye una valiosa referencia para incorporar a los escolares a este tipo de actividad, como solución se plantea en la investigación al propiciarse nuevas opciones recreativas.

Palabras claves: *Sociedad, Participación, Motivación, Calidad de vida.*

Introducción.

La recreación se considera una condición, en ocasiones definida como un estado del ser, una cualidad de la experiencia, que se distingue por la libertad que percibe el individuo para actuar, se trata de algo placentero. Que está motivado intrínsecamente, puesto que contribuye un fin en si mismo y es valioso de por si, aunque no quiere decir que lo que el individuo elige es necesariamente aprobado o sano, y puede estar en todos los tiempos y espacios del sujeto.

En el mundo en que vivimos actualmente, constituyen importantes preocupaciones para el hombre, los problemas relacionados con la duración de su vida. Son realmente asombrosos los avances de la humanidad en ese sentido, pero el envejecimiento es inevitable y de lo que se trata es de prepararse para enfrentar esa etapa de nuestras vidas.

Reflejo de lo anterior es que, la Asamblea General de las Naciones Unidas declaró 1999 “Año Internacional de las Personas de Edad”, lanzando el primero de enero de ese año el lema “Una Sociedad para todas las edades”; en esa ocasión se hizo hincapié en el alcance de la “Revolución en la Longevidad”.

Múltiples investigaciones se desarrollan en el mundo contemporáneo, generalmente los países con más posibilidades son los desarrollados pues cuentan con presupuestos para estos gastos y con personal calificado para estas actividades, la recreación tiene un grupo de características socio-culturales como son: Las personas que realizan las actividades recreativas brindan a los participantes satisfacción inmediata, el elemento esencial de la recreación no está en los resultados, sino en el disfrute a través de la, la Recreación es una

forma de participación en la que el hombre siente lo que hace y hace lo que siente como expresión de una necesidad que satisface.

Los objetivos generales de todo programa recreativo son la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución, la dirección y el asesoramiento de la práctica de deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles sociales de la comunidad, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual. Así mismo, la implantación y fomento de la cultura física para contribuir a la formación integral de las personas en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

Las Actividades Físicas y Recreativas están determinadas por la realización de las actividades recreativas a través de una acción motora o ejercicios físicos, a las cuales se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Con la creación del INDER el veintitrés de febrero 1961 comenzó una nueva etapa para el desarrollo del deporte, la cultura física y la recreación, lo cual llevo a todos los territorios del país la práctica masiva del deporte, formando técnicos y activistas encargados de llevar la enseñanza de distintas disciplinas deportivas y recreativas a todos los sectores de la población.

La política de nuestra Revolución Cubana y el pensamiento de nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro convierten el deporte un derecho del pueblo, garantizando el pleno disfrute de la población del tiempo libre en actividades útiles y placenteras, desempeñando en este sentido un papel fundamental la recreación

Para nuestra Revolución la salud y el bienestar de la población unido a su desempeño integral ha sido un eslabón fundamental desde sus primeros años. Es necesaria la incorporación de la mayor parte de la población para un desarrollo sano y el mejoramiento de su calidad de vida.

La actividad física garantiza satisfacción, alegría, propicia el colectivismo y el desarrollo individual: es decir en nuestro sistema educacional socialista todos los niños tienen derecho a la formación plena y con ello el perfeccionamiento físico y deportivo, esta responde al carácter masivo de nuestra Educación Física y el deporte, al posibilitar a todos por igual a una formación adecuada.

Cuba es el país donde mejor se integran los componentes que el INDER abarca: Educación Física, Recreación, Deporte y Cultura Física. A nivel internacional estas estructuras constitutivas del INDER aparecen institucionalmente separadas, con predominio absoluto de la atención para el deporte y en muchos casos la dirección docente y técnica metodológica de la Educación Física aparece subordinada al Ministerio de Educación.

Las necesidades recreativas físicas en el municipio y en cada centro escolar, no pueden asumirse solo en la distracción del participante, en el tiempo libre, en actividades simples

como muchos piensan, sino que hay que dejar ese protagonismo a los participantes, en realizar sus actividades recreativas como desean, con quien desea realizarla, a que hora desea realizarla y que día de la semana etc. Es decir la postura que asume, lo que no puede existir, es la imposición, la obligación externa, como pudiera decir cualquier participante, yo elijo cual y como quiero ocupar mi tiempo libre, los especialistas facilitan el cumplimiento de los objetivos.

Esta razón hace necesaria determinar las necesidades recreativas físicas en la ESBU Revolución de octubre con los escolares de 8vo grado, posibilitando de esta forma la creación de un grupo de actividades recreativas en los espacios que reúnan las mínimas condiciones y que puedan satisfacer las demandas recreativas de los escolares como: la calidad y la creación de un estilo de vida, esto presupone la relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre, la salud mental y la física de cada uno, ya que por un lado la realización adecuada de las actividades deportivas- recreativas fortalecen la salud y los prepara para el pleno disfrute y por otro lado, una buena salud posibilita un mejor aprovechamiento del tiempo libre.

Comunidad: Es el agrupamiento de personas concebido como unidad social, cuyos miembros de algún rasgo común (intereses, objetivos, funciones), con sentido de pertenencia, situada en una determinada área geográfica en la cual la pluralidad de personas interactúan interesadamente entre sí e influye – de forma positiva en la transformación material y espiritual de su entorno.

Tiempo Libre: No es más que aquella parte del tiempo de reproducción en el cual el grado de obligatoriedad de las actividades no es necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas, en un nivel básico se puede optar por cuales quieras de ellas.

Recreación Física: Al tratar su contenido el autor es del criterio y plantea que más que diversión es poner en manos de la población, que lo necesita, el tema de esta investigación, el de crear un programa donde las personas; a través del juego y las actividades de recreación física, encuentren paz, sosiego, descanso, diversión y un equilibrio biológico y psicológico que los haga sentirse útiles a la sociedad y elevándola calidad de vida de estas personas así como su integración.

Población: Es la acción de poblar, número de habitantes de un lugar, país, ciudad, villa o lugar.

Actividad Física: Es aquella que se realiza con fines recreativos, deportivos o de rehabilitación a través del ejercicio físico.

Desarrollo.

Caracterización Psico-Afectiva de los escolares de 8vo grado.

La adolescencia constituye el período muy importante donde se producen cambios en la posición que ocupa el adolescente que condicionan nuevas exigencias a su actividad y comunicación. En la escuela la participación en las organizaciones de pioneros y las nuevas asignaturas le dan un sello específico a esas condiciones externas, cambiando su posición social en el sistema de las relaciones sociales. Las condiciones internas, reflejan tanto los

cambios anátomo-fisiológicos como psicológicos que han venido ocurriendo desde la etapa anterior y que se manifiestan de modo evidente en esta etapa. Podemos destacar el segundo cambio de forma (estirón), que provoca una desarmonía corporal: las extremidades resultan largas en relación con el cuerpo y el aumento de la fuerza muscular, realizan movimientos bruscos y rígidos y a la vez se fatigan con facilidad. Como consecuencia de estas transformaciones pueden aparecer transformaciones neurovegetativas tales como: palpitaciones, mareos, dolores de cabeza, se eleva la presión arterial, hipersensibilidad.

Desde el punto de vista psicológico las condiciones internas en los adolescentes se caracterizan por la necesidad de la independencia y de autoafirmación, que se expresan en deseo de ser tratados como adultos; es consciente el desarrollo alcanzado, por lo que siente que ya no es un niño, se compara con el adulto y exige sus mismos derechos. Simultáneamente se incrementa la necesidad de ocupar un lugar en el grupo de sus contemporáneos, de conquistar el reconocimiento, la aceptación de sus compañeros.

1.9 Programa de recreación física y la edad:

La edad es uno de los aspectos particulares más importantes en el programa de recreación física. Los encargados de esta actividad deben tener muy claras las diferentes características del hombre en su desarrollo endogenético, pues esto es lo que permite especializarse en determinados estratos, desde los más jóvenes hasta la tercera edad y a partir de la consideración de las características particulares de cada grupo de edad, buscar las variantes óptimas para organizar el programa.

Considerando lo antes expuesto enfatizamos que el contenido de las necesidades recreativas en estrecha relación con el grado de desarrollo bio-psicosocial de cada grupo de edad es la base para elaborar un programa recreativo - físico educativo y eficiente.

Es algo aventurado establecer límites estrictamente demarcados en cuanto a la tendencia de los niños y jóvenes según su edad hacia las diferentes formas de actividad físicas - recreativas. Así ya en la adolescencia los intereses recreativos marcan un cambio concreto en su paso a la juventud, para de aquí en adelante solo variar de acuerdo a hábitos y costumbres y de uso general y no particular.

Programa de Recreación Física para octavo grado:

En la Cultura Física tiene una gran importancia el trabajo fuera de la escuela realizado por la Recreación Física, tanto por el sistema de las instituciones y organizaciones socioeducativas, como las recreativas propiamente.

El trabajo fuera de la escuela desarrollada por los alumnos en base a su libre elección, se incluye como factores decisivos sus intereses y necesidades, lo que proporciona a este trabajo carácter especial. Por otra parte no cabe duda que esto ayuda a la escuela a cumplir los objetivos del desarrollo multilateral físico y psíquico, así como la mejor preparación para el trabajo y la vida en la sociedad contemporánea.

Considerándose que las diferencias en las apetencias lúdicas varían con celeridad en los primeros meses de vida, para ir alargándose paulatinamente los períodos a medida que avanza la edad. Así ya en la adolescencia los intereses recreativos marcan un

cambio concreto en su paso a la juventud, para de aquí en adelante solo variar de acuerdo a hábitos y costumbres y de uso general y no particular.

Se plantean tres direcciones en el trabajo con los estudiantes:

- Higiénico de salud.
- Preparación deportiva
- Preparación recreativa.

Dentro de estas la última y en parte la primera constituyen el objeto de nuestro interés en la Recreación Física.

En la escuela el profesor de Educación Física debe compartir sus funciones con las asignaturas socio-culturales, con las cuales obviamente incluye el medio de la escuela, donde la Recreación Física juega un papel crucial en la continuidad del trabajo con los alumnos como forma de utilización de su tiempo libre.

Entre los centros que se ocupan del trabajo extraescolar tenemos palacios de pioneros, casas de cultura, organización de pioneros exploradores, atendiendo estas organizaciones todas las edades escolares.

Entre el trabajo de la educación física en la escuela y el trabajo extraescolar existen grandes diferencias en la formación de los grupos. En la escuela los grupos se basan en el colectivo de un aula, mientras que en las actividades recreativo físicas entra además otro

criterio, que es el interés de los participantes por determinadas formas de la recreación física. Las actividades en el tiempo libre se realizan como la expresión del interés de los niños hacia las distintas formas de actividad del movimiento en base a la libre voluntad.

Esto crea una buena situación para la influencia educativa, la cual es absorbida mejor por los alumnos en base al voluntarismo. En algunos momentos hay dudas sobre si las actividades dirigidas en el tiempo libre tienen motivación, planteándose que esta dirección puede matar la espontaneidad de los participantes. Sin embargo las actividades dirigidas posibilitan el juego para todos los niños en partes iguales.

La participación de las actividades recreativas crea en los niños un importante hábito del trabajo individual y guía en la fijación de sus intereses. La introducción para las actividades voluntarias regulares, crea en los niños la necesidad de pasar el tiempo libre creativamente.

Para concluir este acápite quisiéramos señalar al respecto lo planteado por M. WROCZYNSKI: La educación fuera de la escuela constituye una institución educativa intermedia entre la escuela y la casa.

Sistema de actividades.

Juegos utilizados en el Festival de Juegos de participación:

Objetivo de estos juegos:

❖ Desarrollo de la expresión corporal:

❖ Juegos de Imitación.

❖ Juegos de Representación.

Baile de la silla de los animales.

Desarrollo: Se selecciona varios jóvenes los cuales deben bailar cerca de las sillas al compás de la música. Cuando el animador diga el nombre de un animal deberán identificar la silla y sentarse, el que se quede sin silla sale del juego hasta llegar a un ganador.

Reglas del juego:

- 1- Siempre debe ser una silla menos que el número de participantes.
- 2- Deberán bailar alrededor de las sillas.
- 3- Sólo pueden sentarse cuando la música se detenga.
- 4- Si quedan dos o mas sentados en la misma silla, se seleccionará el que ocupe el mayor espacio en la misma de lo contrario se repite el juego.
- 5- Será ganador el que logre sentarse de último en el juego.

Materiales: Varillas sillas, equipo de música.

Imita y aprende.

Desarrollo: Se seleccionan varios jóvenes. Se les pide que digan cuales son sus instrumentos musicales favoritos. Luego que imiten el sonido de cada instrumento seleccionado y al final todos juntos en una gran orquesta.

Reglas del juego:

1- Cada participante de seleccionar un solo instrumento musical.

1- Se debe realizar correctamente el sonido del instrumento.

2- Todos juntos deben hacer la imitación al final del juego.

Canta conmigo.

Desarrollo: Se selecciona varios participantes. El animador canta una estrofa en primera persona, deberán cantar esa misma estrofa, pero en segunda persona del singular. En la estrofa el animador le irá diciendo que instrumento musical debe tocar y así con cada uno de ellos.

Reglas del juego:

1- Cada uno debe cantar la estrofa del animador en segunda persona del singular.

2- Se debe seleccionar correctamente el instrumento solicitado por el animador.

Materiales: Instrumentos musicales.

Machuca.

Desarrollo. Es un variante de cartas que se juega en parejas, puede ser mixto o de un sexo.

Reglas del juego:

1- Gana quién logre mayor puntuación.

2- No se puede jugar antes de tiempo.

3- Se canta pareja solo cuando le corresponde el turno al jugador.

Peseta en el plato:

Desarrollo: Se realizará de forma competitiva con 5 participantes sin distinción de sexo.

Reglas del juego:

- 1- Las manos irán atadas atrás.
- 2- Ganará el que menor tiempo realice para encontrar la peseta.

Festival de habilidades y capacidades.

- Talentos del futuro.
- Saltando con alegría.

Objetivo: Mejorar los niveles de desarrollo de las diferentes habilidades y capacidades.

Organización: Se competirá individual y por equipos.

Voleibol recreativo:

Desarrollo: Se competirá de manera recreativa donde los participantes pueden ser de ambos sexos y sin límite de edad.

Reglas del juego:

- 1- Jugarán 6 o 3 jugadores por equipo según previo acuerdo.
- 2- Podrán ser femeninos, masculinos o mixto.
- 3- Se jugará a 15 tantos.
- 4- Se ejecutará 3 set a ganar 2.
- 5- La medida del terreno será la reglamentada.
- 6- Ganará el equipo que primero gane 2 set.

Béisbol recreativo:



CD de Monografías 2017
(c) 2017, Universidad de Matanzas "Camilo Cienfuegos"
ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X

Desarrollo: Se competirá de manera recreativa donde los participantes pueden ser de ambos sexos y sin límite de edad.

Reglas del juego:

- 1- Jugarán 9 o 7 jugadores por equipo según previo acuerdo.
- 2- Podrán ser femenino, masculino o mixto.
- 3- Se jugará a 5 inning.
- 4- Los lanzamientos del piche serán suaves de manera que el bateador pueda golpear la pelota.
- 5- La medida de terreno no tiene que ser precisamente la reglamentada.
- 6- Ganará el equipo que más carreras anote en 5 inning.
- 7- En caso de empate seguirán jugando hasta que un equipo anote la primera carrera.

❖ **Fútbol recreativo:**

Desarrollo: Se competirá de manera recreativa donde los participantes pueden ser sin límite de edad y para las mujeres se utilizará la variante del KiKiBoll.

Reglas del juego:

- 1- Jugarán 9 o 11 participantes del equipo.
- 2- Se puede jugar con una sola portería, con dos o tipo cancha sin portero.
- 3- La medida del terreno no tiene que ser la oficial.
- 4- Se jugará a un tiempo determinado.
- 5- Ganará el equipo que más goles anote.

Conclusiones.

El conocimiento de los fundamentos teóricos que sustentan el tratamiento de la recreación es importante para determinar los procesos que contemplan la programación recreativa acorde con la población donde se va a llevar a cabo dicho programa.

Los resultados al aplicarse el instrumento investigativo inicial denuncian las dificultades acerca de los niveles bajo de la participación y satisfacción de las necesidades recreativas en los escolares de 8vo grado de la ESBU: Revolución de octubre. Las características psico-afectivas y el conocimiento de los fundamentos del programa recreativo en correspondencia con la edad resulta de vital importancia a la hora de confeccionar el sistema de actividades recreativas físicas, aspectos que debe tener en cuenta el especialista que lleva a cabo dicho programa recreativo.

Los resultados alcanzados con la puesta en práctica del sistema de actividades diseñadas denotan que se ha producido un cambio cuantitativo y cualitativo en los criterios y opiniones de los escolares en lo que a la recreación se refiere.

El sistema de actividades, su variabilidad de oferta permitió que el 54,3 % de la población participe en las actividades garantizándose la participación de otros escolares de la escuela y la comunidad, por lo que se acepta la hipótesis planteada al problema de investigación.

BIBLIOGRAFÍA:

Hernández. A. Estrategia para propiciar la incorporación masiva de la comunidad de Santa Marta a las actividades deportivas recreativas. Tesis de Maestría Facultad de Cultura Física, Provincia Matanzas. 2009.

Hernández, Miriam. Actividades Físicas – Recreativas en función de satisfacer las necesidades en niñas y niños de 9 a 11 años en la Escuela Primaria “Lázaro González” del Consejo Popular Jagüey Norte. Tesis de Maestría Facultad de Cultura Física, Provincia Matanzas. 2010.

Zulueta Alonso, M. Sistema de acciones para la formación integral de árbitros en el deporte de Judo. Tesis para optar por el título de Máster en Ciencias de la Educación Física, el Deporte y la Recreación. Matanzas. 2012

Suárez García, E. Estrategia para favorecer la incorporación a la práctica de actividades físico – recreativas en pobladores residentes de los Consejos Populares del municipio Martí, provincia Matanzas. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. 2013

Ramos, Rodríguez, A. y colaboradores. Recreación Física de un modelo endógeno comunitario. Disponible en: EF Deportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N° 147, Agosto de 2010, Consultado el 14 de noviembre del 2012. pág.5