

PROYECTO DE UN FESTIVAL DEPORTIVO RECREATIVO PARA LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE MATANZA, SEDE JUAN MARINELLO VIDAURRETA.

Lic. Osiel Zamora Galbán¹, MSc Orle Orozco Bring², Lic. Adrián Nieto Alfonso³

1, 2 y 3 Universidad de Matanzas, Vía Blanca Km.3,
Matanzas, Cuba.

osiel.zamora@umcc.cu

orle.orozco@umcc.cu

adrianl.nieto@umcc.cu

Resumen

Los Festivales Deportivo Recreativos permiten motivar a realizar las actividades físicas y la recreación de forma masiva en la comunidad donde se realicen. El objetivo de este artículo es de elaborar un sistema de actividades físicas-recreativas para un mejor provechamiento del tiempo libre de los estudiantes universitarios en la Sede Universitaria: "Juan Marinello Vidaurreta". Se confeccionó un conjunto de actividades físico- recreativo que sean del interés para estas edades y así ocupar su tiempo libre de una forma que contribuya a su desarrollo personal y social. El proyecto del Festival Deportivo Recreativo incluye un grupo de deportes, juegos pre-deportivos, juegos recreativos, juegos tradicionales, y actividades gimnásticas deportivas.

Palabras claves: Festivales Deportivo Recreativos, actividades físicas, actividades recreativas, tiempo libre.

Introducción.

Las actividades deportivas recreativas, a través de los juegos tienen la característica de preparar a los estudiantes que arriban al nivel superior para que les hagan cumplir con las exigencias que se persiguen desde el punto de vista físico en este nivel escolar, ofreciéndoles posibilidades de conocimientos intelectuales, relacionados con diversas áreas de su desarrollo y en particular perfeccionar su motricidad, mediante el desarrollo de las capacidades y otras habilidades necesarias para la vida.

Las actividades deportivas recreativas en el horario extraescolar ofrecen motivación para la participación de los estudiantes como forma de organización apropiada para estimular su desarrollo integral en la vida universitaria. Estas actividades cuando se dirigen a estudiantes universitarios son muy apropiadas para su desarrollo físico e intelectual, constituyendo entonces una forma de trabajo adecuada para propósitos educativos, al mismo tiempo, si las mismas se conciben en formas de juegos, medio fundamental en la vida de los humanos en diferentes géneros, garantizan en gran medida los objetivos que se persigan, principalmente en aquellos estudiantes de nuevo ingreso.

DESARROLLO.

Los Festivales Deportivo Recreativos:

Los Festivales Deportivo Recreativos son una de las formas de llevar las actividades recreativas a la comunidad Universitaria. Su participación es masiva y se brindan una variedad de ofertas, que tienen como uno de sus objetivos, vincular a los estudiantes de dichos centros a realizar ejercicios físicos para contribuir a su salud y para fomentar sus relaciones interpersonales. Acerca del concepto de los Festivales Deportivo Recreativos es abordado por Aldo en el libro de *Recreación Fundamentos Teóricos Metodológicos* que expresa lo siguiente: “Estos poseen un carácter mucho más deportivo que recreativo. Además de ciertas competencias, se realizan concursos de habilidades, artísticos, juegos recreativos, bailes competencias turísticas, etc. En la realización de este tipo de encuentro debe prevalecer una atmósfera agradable de juego y felicidad” (Sánchez, 2003).

Los Festivales Deportivo Recreativos permiten que los estudiantes se preparen y actúen en los mismos posibilitando una correcta utilización de su tiempo libre y contribuyendo en su cultura general. Otro concepto que nos permite profundizar sobre los Festivales Deportivo Recreativos lo refleja Aldo, que expresa lo siguiente: “... son realizados en saludo a alguna efeméride, fecha o fin de curso, etc. Son una forma sana y organizada de realizar la recreación física por los estudiantes. Esta forma ha tenido mucho éxito en los algunos países altamente desarrollados y nuestra experiencia práctica nos dicen que son de fácil organización y resultados muy halagüeños” (Sánchez, 2003).

En la Universidad de Matanzas en la Sede Juan Marinello Vidaurreta se desarrollan Festivales Deportivos Recreativos (Juegos Inter-carreras) con muy buena aceptación de la

Comunidad Universitaria de ese lugar. Las actividades recreativas y las clases que se desarrollan en el centro responden al Calendario Deportivo de la Sede, permitiendo llegar con la preparación requerida para las actividades recreativas centrales que convoca la Institución. Entre las actividades físicas en las clases de Educación Física para contribuir a la preparación de los estudiantes para los Festivales Deportivo Recreativos (Juegos Inter-carreras e Inter-facultades) se encuentran las siguientes: los maratones en efemérides conmemorativas, competencias de velocidad, encuentros de fútbol sala, juegos de kikinbol, juegos recreativos diversos y tradicionales, bailoterapias, entre otros. Entre las actividades recreativas en el horario extradocente que favorecen a la participación de los alumnos en los Festivales Deportivo Recreativos en el centro son las siguientes: los Juegos Inter-carreras (que es un juego que sirve como base a los Juegos Yumurinos o Juegos Inter-facultades), encuentros de fútbol sala, juegos de voleibol, juegos de baloncesto, juegos de pelota del taquito, etc. También se realizan clases sobre el tema del movimiento de pioneros exploradores, que sirven para preparar a los alumnos para futuros Festivales Deportivo Recreativos relacionados con esta materia. Entre los contenidos que se brindan en el tema del movimiento de pioneros exploradores están: la confección de los nudos y amarres, el rastreo de pistas y señales, el rastreo de huellas, ect.

Proyecto de un Festival Deportivo Recreativo para la Sede Universitaria Juan Marinello Vidaurreta en la Universidad de Matanzas:

Juegos Inter-carreras:

Aspectos Generales del Evento:

Nombre de la actividad: Festival Deportivo Recreativo.

Lugar: Universidad de Matanzas. Sede Juan Marinello Vidaurreta. Facultades de Idioma y Educación.

Fecha: 25 de Febrero al 1 de Marzo del 2019.

Horario para desarrollarla: 1:00 p.m. – 4:30 p.m.

Responsables: Profesores de Educación Física.

Forma de realizar la actividad: Las actividades se desarrollarán de formas simultáneas y alternadas.

Objetivo de la actividad: Realizar una actividad deportiva – recreativa gigante en saludo al Aniversario del INDER, al Asalto al Palacio Presidencial (1957) y Día Internacional de la Mujer.

Participantes: Estudiantes universitarios de 18 a 28 años de ambos sexos.

Juegos a desarrollar en la actividad. Desarrollo:

Actividad: Festival Deportivo Recreativo.

- Actividades Deportivas:

Los deportes que se convocan para el Festival Deportivo Recreativo son:

- Ajedrez (m y f).
- Atletismo (m y f).
- Baloncesto (m y f).
- Baloncesto 3X3 (m y f)
- Béisbol (m).
- Boliche (m y f)
- Fútbol (m).
- Fútbol Sala (m y f).
- Gimnasia Aerobia (mixto)
- Kiquimbol (f).
- Ejercicios de fuerza (m y f).
- Maratón.(masivo)
- Tracción de la Soga (m y f)
- Voleibol (m y f).
- Voleibol de Playa (m y f)

Calendario General Competitivo.

Deportes	Lugar	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Ajedrez(f)	Sede JM			2:00 pm		Clausura y premiación.
Ajedrez(m)	Sede JM			3:00 PM		
Atletismo(f)	Ateneo			2:00 pm		
Atletismo(m)	Ateneo			3:00 PM		
Baloncesto(m)	Sede JM	2:00 pm				
Baloncesto(f)	Sede JM	3:00 PM				
Baloncesto 3X3 (f)	Sede JM	2:00 pm				
Baloncesto 3X3 (m)	Sede JM	3:00 pm				
Béisbol(m)	Sede JM	2:00 pm				
Futbol(m)	Sede JM	2:00 pm				
Futbol Sala(f)	Sede JM	2:00 pm				
Futbol Sala(m)	Sede JM	3:00 pm				
G. Aeróbia (mixto)	Sede JM	2:00 pm				

Bolicho (f)	Sede JM		2:00 pm			
Bolicho (m)	Sede JM		3:00 PM			
Lev. De Pesos(f)	Sede JM		2:00 pm			
Lev. De Pesos(m)	Sede JM		3:00 PM			
Kiquimbol (f)	Sede JM				2:00 pm	
Maratón(masivo)	Sede JM				1:00 pm	
T. de la Soga(f)	Sede JM	-	-	-	2:00 pm	
T. de la Soga(m)	Sede JM	-	-	-	3:00 PM	
Voleibol(f)	Sede JM		2:00 pm			
Voleibol(m)	Sede JM		3:00 PM			
Voleibol de Playa (m f).	Terreno de la Playa del Tenis.				2:00 pm	

Responsables: Profesores de Educación Física.

- Juegos Recreativos: la cola del dragón, realizar nudos y amarres, montón de zapatos, fútbol humano. Responsable: Profesores de Educación Física.
- Juegos Tradicionales: el pañuelo, salto de la suiza, las frutas, la gallinita ciega y carreras de sacos. Responsable: Profesores de Educación Física.

- Actividades Gimnásticas Deportivas: Tablas de Gimnasia Básica, Exhibición de kárate y otras artes marciales. Responsable: Profesores de Educación Física.
- Juegos Pre-deportivos: drible del balón entre obstáculos, tiro al aro, juego del pasadito con las reglas del baloncesto, conducción del balón de fútbol entre obstáculos en zig zag. Responsable del área: Profesores de Educación Física.

Conclusiones:

En el presente trabajo los autores hemos llegado al criterio que los Festivales Deportivo Recreativos que investigamos como son: los juegos Inter-carreras, los juegos Inter-facultades, son de gran importancia porque sirven de motivación para realizar actividades físicas a la comunidad universitaria, por la diversidad de actividades deportivas y recreativas que ofertan y de esa forma propician la incorporación a la práctica de ejercicios físico para poder contribuir al mejoramiento de su salud. Estos eventos son masivos y pueden concentrar un gran número de estudiantes de la universidad, los cuales pueden aprovechar correctamente el tiempo libre, y así contribuir a su desarrollo personal y social.

Bibliografía:

Armenteros Albelo, B. Actividades físicas recreativas en la comunidad universitaria. [Fecha de consulta: 26-10-18]. Disponible en: <http://www.gestiopolis.com/economia/importancia-de-la-actividad-fisica-en-la-educacion-universitaria.htm>

Avilés Betancourt, R. La actividad física recreativa, vía sana para el disfrute de la comunidad. Noviembre de 2010 [Fecha de consulta: 26-10-18]. Disponible en: www.efdeportes.com/efd150/la-actividad-fisica-recreativa-para-la-comunidad.htm.

Colectivo de autores. Actividad físico-recreativa y calidad de vida en estudiantes de la Universidad Central del Ecuador. Revista Digital. Buenos Aires [Fecha de consulta: 26-10-18] Agosto de 2017. Disponible en: www.efdeportes.com/.../aplicacion-de-actividad-fisica-recreativa-en-la-universidad.htm.

Colectivo de autores. RECREACION COMUNITARIA, s/f.

Colectivo de autores. Plan de actividades físico-recreativas para ocupar el tiempo libre en jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo. Mayo 2012 [Fecha de consulta: 26-10-18]. Disponible en: scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-1942012000300008

Colectivo de autores. Estrategia de actividades físico recreativas para la incorporación de los adolescentes de 12 a 15 años a las actividades comunitarias en el Consejo Popular Rodas 2. Revista Digital. Buenos Aires, Diciembre de 2011[Fecha de consulta: 26-10-18]. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd163/estrategia-de-actividades-fisico-recreativas.htm>.

INDER. Manual Metodológico: Programa Nacional de Recreación Física. Impreso en la Unidad “José A. Huelga” UPMPD – INDER. (2004).

Pérez Sánchez, A. Fundamentos Teóricos metodológicos, Editorial José Martí. 2003.

Riva Ponce, R. ACTIVIDADES FÍSICO – RECREATIVA EN LA COMUNIDAD. Revista Digital. Buenos Aires [Fecha de consulta: 26-10-18] Noviembre de 2010. Disponible en: www.efdeportes.com/efd150/la-actividad-fisica-recreativa-para-la-comunidad.htm.