

**Conjunto de actividades recreativas-deportivas para niños de 10-12 años del poblado  
Frank País**

***Group of recreational activities - sport for the occupation of the free time in the children of  
10 -12 years of the town Frank Country***

**Pavel Carlos Davila Capote** <sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> MSc. Pavel Davila Capote. Universidad Jesús Montané Oropesa. [pavelcarlosdavila@gmail.com](mailto:pavelcarlosdavila@gmail.com)

\* Autor para correspondência: [pavelcarlosdavila@gmail.com](mailto:pavelcarlosdavila@gmail.com)

**RESUMO**

La investigación tiene su punto de partida en las dificultades con el nivel de participación de los niños de 10 - 12 años en las actividades recreativas – deportivas de forma tal que se incentive la práctica de actividades recreativas en el poblado Frank País de la Isla de la Juventud, por lo que su objetivo fundamental es aplicar el conjunto de actividades para estos niños y para su cumplimiento el autor se apoyó en diferentes métodos teóricos, empíricos y matemáticos estadísticos como el histórico-lógico y dentro los empíricos la encuesta a los niños de 10 - 12 años y la observación que permitieron la recopilación de información y el procesamiento estadístico de los mismos al aplicar el conjunto de actividades recreativas – deportivas en la Isla de la Juventud.

**Palabras clave:** actividades recreativas – deportivas, comunidad, tiempo libre.

**ABSTRACT**

*The investigation has his starting point in the difficulties with the level of the children's of 10 participation - 12 years in the recreational activities - sport in a such way that the practice of recreational activities in the town Frank Country in the Youth's Island town, so, the fundamental objective the one of applying the group of recreational activities - sport for these children and for the cumpliment the author leaned on in the use of different methods theoretic, empiric and mathematical statistical, standing out the historical-logical one and inside of the empiric ones the survey to the children of 10 - 12 years, the observation that opened the way to the author to carry the same ones allowed the summary of information, collection of data, as well as the statistical prosecution of the same ones, applying a group of recreational activities - sport for the occupation of the free time in the children of 10 -12 years in the Youth's Island.*

**Keywords:** activities recreates- sporting, community, free time.

## INTRODUÇÃO

La recreación nos lleva a buscar su origen y lo encontramos en los comienzos del hombre, con el surgimiento de un determinado tiempo para realizar actividades que no tuvieran relación directa con la producción, pero no es hasta los inicios de la industrialización, cuando las jornadas de trabajo eran demasiado largas, y se realizaban en pésimas condiciones para la salud, que se dan las condiciones verdaderamente objetivas para conjuntamente con los cambios socioeconómicos que se producirían, establecerse como una necesidad determinante en los hombres. La cultura como valor universal, es la vía más legítima para depurar y enaltecer las aspiraciones creativas del ser humano. Por tanto, resulta imprescindible defender los valores autóctonos de cada nación, las tipicidades e identidades de cada territorio, comunidad o grupos sociales, lo auténtico y común de los grupos humanos que conforman este mundo. Todo cuanto el hombre crea es cultura, específicamente, aquellas creaciones en las que se expresan sus sentimientos, sus maneras de ser y pensar, sus modos de vida y sus conocimientos atesorados a través de la historia.

Considerando el término desde la perspectiva pedagógica de nuestros días, tiene un significado más amplio. Se le considera como una actitud o estado de ánimo para emprender nuevas actividades que impliquen experiencias enriquecedoras, un sistema de vida para ocupar positivamente las horas del tiempo libre y una fase importante del proceso educativo total. (Pérez, A. 2003).

Los avances de la ciencia y la tecnología, implican un singular progreso en las sociedad actual, observándose también importantes transformaciones en la actitud del hombre frente al trabajo y la vida en general la manufactura sucumbe ante la producción masiva, se facilitan los procesos de comunicación a distancia, se masifican los gustos a partir de unos medios de comunicación todopoderosos, produciéndose un proceso (de forma general) en que la creatividad individual queda supeditada a esquemas rutinarios y aparece un tiempo libre que en su relación conceptual y contenido guarda muy poca relación con el tiempo de trabajo. (Pérez, A. 2003).

Paralelamente a los cambios en el orden social, surgen corrientes filosóficas que abordan la temática del tiempo libre. Entre ellas la liberalista, que entiende al tiempo libre como versión opuesta al tiempo atado o sujeto (tiempo de trabajo. Por lo tanto, se ocupa de la significación de tiempo *"libre de", sin contemplar la de "libre para"*. Por esto, no resulta apropiado concebir un tiempo libre opuesto al trabajo, sino diferenciarlo del trabajo alienante que no da lugar a la autoexpresión del hombre. Sin embargo, no todas las personas hacen un correcto uso de este tiempo libre, motivado ello por el nivel de vida, las costumbres y tradiciones en las que incurren no pocos miembros de la sociedad. (Pérez, A. 2003).

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo. Investigaciones han demostrado que los jóvenes aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

¿Por qué resulta tan difícil encarar un cambio hacia otras posibilidades de disfrute de la vida?

Nos referimos a posiciones de auto condicionamiento. En Cuba, la nueva generación no escapa de la influencia de los cambios, que junto a los impactos negativos del bloqueo económico implantado por EE.UU. y los efectos del “período especial”, obstaculizan el proceso de formación integral de la personalidad del hombre nuevo, cuyos valores se forman y se educan teniendo como sustrato material y espiritual el proyecto socialista en una difícil y compleja resistencia a todas las amenazas que se ciernen sobre él y que hay que enfrentar con valor. (Bandera, A.2008).

La influencia del entorno exterior reside en el carácter objetivo de la interdependencia de las relaciones socio-económicas, político-jurídicas y espirituales de la sociedad humana contemporánea a partir de los procesos de globalización cada vez más pronunciados que se producen en el mundo. Si en siglos anteriores podía existir determinado aislamiento de algunas sociedades respecto al entorno, en la actualidad ello es imposible, por lo cual la interrelación entre procesos internos y externos genera una tendencia a la apertura, presupone de especial atención el trabajo de la recreación, por cuanto se aboga por elevar la calidad de vida de la totalidad de sus habitantes.

Conocida es la equidad que nuestro estado y gobierno procura para la realización de las múltiples actividades encaminadas al disfrute íntegro de sus pobladores. Cualquier asentamiento humano puede aprovechar para su beneficio lo que haya de favorable en ese entorno y a la vez, tiene que lidiar con los efectos que en su interior producen las crisis y conflictos de sistemas sociales muy superiores a su propia entidad. Por lo antes expuesto, cada sector de esta población merece una atención esmerada de los encargados de organizar esta significativa obra que es la recreación.

Las experiencias pedagógicas que desarrollan los profesionales de la recreación llevan a la reflexión acerca del desarrollo de las actividades, porque requieren de estrategias flexibles, personalizadas que ofrezcan un marco educativo de forma justa y desarrolladora al intervenir desde el punto de vista pedagógico. Se han realizado diversas investigaciones sobre el empleo del tiempo libre y la recreación con diferentes grupos sociales de nuestra población, entre estos se encuentran los realizados en la Facultad de Cultura Física de la Isla de la Juventud por la autora Céspedes, Y (2010).

La propuesta de actividades recreativas y deportivas para los niños de 9 – 12 años de la circunscripción 62 del panel II en Santa Fe, donde como principal insuficiencia se detectó que a pesar de existir un programa de recreación, en las ofertas recreativas y deportivas no se tienen en cuenta los gustos y preferencias de los niños de 9 –12 años de la circunscripción 62 del panel II en Santa Fe, actualmente se presenta una situación que guarda relación con la no utilización del tiempo libre en niños de 7-12 años del poblado Frank País. El estudio de esta problemática, evidencia que existe una contradicción entre lo que plantea el movimiento deportivo cubano y lo que se está realizando en la comunidad, la cual persigue con la utilización del tiempo libre, en aras de alcanzar mayor calidad de vida de la población en sentido general y los resultados que se alcanzan en el poblado Frank País. La situación que se presenta confirma la necesidad de potenciar la utilización del tiempo libre en los niños de 7-12 años de la comunidad.

Los argumentos antes expuestos nos permiten plantear la siguiente:

**Situación Problemática:** En observaciones realizadas en el poblado Frank País de la Isla de la Juventud constatamos que las actividades recreativas-deportivas son insuficientes para la ocupación del tiempo libre en los niños de 7-12 años de esta comunidad.

De esta manera se declara el siguiente **problema científico**:

¿Cómo contribuir a la ocupación del tiempo libre en los niños de 7-12 años de la comunidad Frank País?

Con la intención de solucionar el problema científico se traza como **objetivo general**:

Elaborar un plan de actividades recreativas-deportivas para la ocupación del tiempo libre en los niños de 7-12 años de la comunidad Frank País en la Isla de la Juventud.

Para dar cumplimiento al objetivo general se plantearon los siguientes **objetivos específicos**:

1. Diagnosticar el estado actual de la utilización del tiempo libre y la recreación en los niños de 7-12 años de la comunidad Frank País.
2. Seleccionar las actividades recreativas-deportivas para los niños de 7-12 de la comunidad Frank País.
3. Evaluar el conjunto de actividades recreativas-deportivas para los niños de 7-12 años de la comunidad Frank País.

**Significación de la investigación:**

La investigación, en su aporte teórico, Consiste en el diseño de un plan de acciones recreativas – deportivas que contribuyan a ocupar correctamente el tiempo libre en los niños 7 –12 años de la comunidad Frank País.

El aporte práctico, consiste en que por primera vez en el contexto que se aplica un plan de actividades estructurado metodológicamente, donde se integran las actividades recreativas – deportivas para la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 – 12 años, contribuyendo a mejorar la calidad de vida y el comportamiento en la sociedad.

## DESENVOLVIMENTO

### Tiempo Libre

En el ámbito de las prácticas sociales, el tema del ocio o del tiempo libre es uno de los más discutidos y arbitrariamente definidos. Podríamos afirmar que existen tantas definiciones como autores se han referido a ellos. Es curioso que en algunos países o idiomas se hable de ocio (loisirs, leisure, lazer) en tanto que en otros se hace referencia al tiempo libre (en eslavo, italiano.) (Waichman, Pablo A. 1998).

¿Cuál es el motivo de la diversidad?

Para algunos, la variable central pasa por la objetividad o la subjetividad, por el sentimiento íntimo de libertad o por el ejercicio concreto y verificable de acciones que implican el compromiso con la realidad; tal suele ser el enfoque de los que se acercan desde la filosofía. Para otros, el territorio se circunscribe a definir la polaridad trabajo-ocio: cuando trabajo no estoy ocioso, con lo cual el ocio se convierte en el residuo necesario de la actividad productiva; en esta concepción se inscriben centralmente algunos sociólogos. (Waichman, Pablo A. 1998).

Sobre la base de estos planteamientos es que resulta importante detallar dos concepciones de trabajo: Cultura del tiempo libre y Formación y educación para el tiempo libre. La formación de una cultura del tiempo libre es la creación en la población de la capacidad de disfrutar plena y diversificadamente de las alternativas que la sociedad ofrece. Es la formación de una personalidad creativa, culta y sana, que conozca el mundo que le rodea y su sociedad de la forma más amplia posible, y que encuentre vías de realización y de expresión en campos diversos de sociedad. La característica más importante de las actividades del tiempo libre desde el punto de vista de la formación de los rasgos sociales es que ejercen una acción formativa o deformativa indirecta y facilitada por la recreación. (Pérez, A. 2002).

Según Sánchez (1993) expresa que la formación cultural, física, ideológica y creativa que se realizan en el tiempo libre es profunda e influye por tanto en la psiquis y en la estructura de la personalidad. La formación del tiempo libre prepara a las jóvenes generaciones para el futuro; incentivan el uso y desarrollo de la reflexión y el análisis ante situaciones siempre nuevas y motivantes; canaliza las energías vitales hacia la creación, la participación social y el cultivo de potencialidades y capacidades individuales; no tiene fronteras se desarrolla en la casa, en la calle, en las instalaciones, en la escuela, en toda la sociedad y se lleva a cabo por múltiples medios: libros, películas, obras artísticas, programas de la televisión, radio, competencias y práctica de deportes, entrenamientos, pasatiempo, conversaciones, grupos de participación y creación, y por el clima espiritual de toda la sociedad.

El autor de este trabajo coincide con los distintos autores que tiempo libre, es aquella parte del tiempo en que no se trabaja y el que queda después de todas las tareas extralabores relacionadas con las domésticas, fisiológicas, de educación familiar, es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones como ser social.

### Definiciones conceptuales

En estas definiciones conceptuales se abordan los rasgos de los principales conceptos que son categorías más esenciales en el proceso de construcción teórica de la investigación.

**Formación de valores:** Proceso pedagógico complejo, contradictorio y dialéctico, de comunicación entre los sujetos, en el que intervienen instituciones socializadoras como la familia, la escuela, la comunidad y sociedad concreta, donde el estudiante asume una posición activa en la subjetivación individual de los significados, para construir sus propios valores en interacción con el medio histórico-social en que se desarrolla y en correspondencia con los valores objetivos e institucionalizados. Este proceso es comprensible a partir del análisis filosófico, sociológico y psicológico de la naturaleza del valor en su función reguladora de la conducta y actuación humana, es multifactorial, lo que posibilita la acción de las influencias en la formación de la personalidad por las diferentes vías y actividades por las que se puede ejercer la labor formativa en el sujeto.

**Acciones:** Una concepción teórico práctica de la organización, dirección, control y evaluación del proceso pedagógico para la transformación del estado real al estado deseado, en la formación y desarrollo de la personalidad, de los sujetos de educación, condicionada por un sistema de acciones para alcanzar los objetivos, tanto en lo personal y lo grupal. Es un plan participado, abierto y flexible, una herramienta de trabajo viva y dinámica para la comunidad que, aplicada en el proceso de

formación de manera efectiva, a partir de los resultados del diagnóstico, contribuye al logro de los objetivos formativos y recreativos propuestos (MsC. Anselmo Bandera 2008).

**Recreación Físico – Recreativo:** Proceso que evoluciona con el ocio y que necesitando de un tiempo para desarrollarse, preferentemente suele ser tiempo libre y de una serie de actividades para ocuparlo, se caracteriza fundamentalmente por ser una actitud personal, libre de elección y realización para disfrutar en el transcurso de la acción y satisfacer necesidades personales aunque la acción tenga finalidades colectivas.

### **Proceso de Restablecimiento en el tiempo libre**

Es importante, a manera de profundizar en los componentes por los cuales está integrado el tiempo libre, adentrarnos en el estudio de uno de estos componentes, el cual se hace llamar el proceso de restablecimiento, o efecto reproductivo del tiempo social. (Pérez, A 2002). A manera de identificar dicho concepto es necesario esclarecer cuál es su significado y adentrarnos en la manera que es interpretado por la ciencia. Como ya sabemos, el tiempo social es ocupado por dos tiempos diferenciales; el tiempo de actividad laboral o de producción y el tiempo extralaboral o de reproducción, donde se incluye el tiempo libre. (Pérez, A 2002). La importancia de crear una cultura en cuanto al uso adecuado del tiempo libre en la sociedad moderna juega un papel importante en el desarrollo de la conducta y el pensamiento del hombre; es en este tiempo donde se generan las potencialidades creadoras del hombre; manifestándose luego en la actividad laboral. Este proceso de reproducción no es tan simple como aparenta serlo, de manera superficial está relacionado con un conjunto de actividades que manifiestan en las personas en estado emocional tanto positivo como negativo. Un análisis más profundo encuentra que el mal uso de este proceso de reproducción está relacionado con el stress, principal causa de enfermedades como la hipertensión arterial y el infarto del miocardio. (Duvergel, L. 2007).

### **Características de la recreación**

La recreación posee los siguientes atributos o características:

Ocurre principalmente en el tiempo libre. El tiempo de la recreación ocurre fuera de las horas de trabajo, cuando el individuo se encuentra libre para escoger su actividad deseada. Por consiguiente, la recreación se practica durante el ocio (se aparta de las obligaciones diarias).

Es voluntaria la persona la elige sin compulsión de imaginación. La recreación no es compulsiva, proviene de una motivación intrínseca. La persona es libre para seleccionar el tipo de actividad que más le interesa y que le provea satisfacción personal. La recreación provee goce y placer. Las actividades recreativas se disfrutan a plenitud. La recreación es en esencia una experiencia personal voluntaria a través de la cual se deriva directamente disfrute y satisfacción.

El individuo incurre en una actividad recreativa porque recibe satisfacción o placer de las mismas o porque percibe valores sociales o personales. Ofrece satisfacción inmediata y directa. La única recompensa para el individuo es la satisfacción que proveen las actividades recreativas. El impulso o deseo que conduce a los participantes en las actividades recreativas proviene del disfrute y placer que se obtiene inmediatamente la propia actividad. Se expresa en forma espontánea y original. Es lúdica, ya que incluye expresiones espontáneas e instintivas, la cual ha de ser del agrado de la persona, es decir, que de dicha actividad se obtendrá satisfacción o placer interno y externo. Se deriva placer de la misma (resulta en satisfacción inmediata e inherente al individuo).

Ofrece oportunidad de auto-expresión y de ella extrae la diversión. De la recreación se reciben respuestas placenteras y gratificantes. Le da la oportunidad al individuo de manifestar su creatividad. La recreación ayuda a la renovación del espíritu. Provee un medio positivo para el mejoramiento de las dimensiones físicas, mentales y morales del individuo. Provee un cambio de ritmo de la vida cotidiana. Se refresca el individuo permite mantener un equilibrio de sus dimensiones físicas, mentales, emocionales, sociales y espirituales. Contribuye a una vida satisfaciente, disfrutable y abundante.

La recreación es sana, constructiva y socialmente aceptable. Esto puede ser un área de controversia, puede lo que es sano para una cultura o país, puede ser denigrante en otro lugar del mundo. Esto implica que las normas morales locales dictan las pautas para las actividades recreativas aceptables y constructivas y aquellas que no lo son. La recreación mejora y enriquece la vida personal. Incluye

actividades tanto pasivas como activas. Existe cierta variedad de los denominados ganchos recreativos, o condiciones que convocan espontáneamente la participación de la población en acciones de la Recreación Física sin la necesidad de grandes esfuerzos movilizados, por responder precisamente a sus necesidades recreativas, generalizados para nuestro pueblo, entre los que se encuentran:

- Encuentros de deportes populares (Béisbol, boxeo, fútbol...)
- Juegos tradicionales (Infantiles, campesinos, de ferias...)
- Juegos populares de mesa (Dominó, damas, parchís, cartas...)
- Eventos novedosos (Aeromodelismo, deporte canino, cometas y objetos volantes...)
- Deportes extremos (paracaidismo, cicloacrobacia...)
- Actividades acuáticas en el verano (Playas, ríos, piscinas...)
- Actividades culturales y sociales (Carnaval, ferias...)
- Parques recreativos y naturales (zoológicos, campañas, rutas ecológicas...)

Algunas de las acciones siguientes constituyen prioridades básicas del Programa de Recreación Física en nuestro país, el cual siempre las tiene presentes para integrarlas en las actividades de la comunidad.

- 1) Convertir la escuela en el centro recreativo más importante de la comunidad, con ofertas adecuadas para el tiempo libre de los niños y adolescentes de su radio de acción.
- 2) Perfeccionar constantemente y controlar el funcionamiento de las Comisiones Coordinadoras de Recreación Física a los diferentes niveles.
- 3) Trabajar por el rescate de programas televisivos sobre Recreación Física, dirigidos a niños, adolescentes y jóvenes, así como también para la acción metodológica a los profesionales.
- 4) Profundizar en la aplicación de disciplinas recreativas para estudiantes de los niveles medio superior y superior: Deportes de orientación, Recreación turística, Turismo deportivo, Cicloturismo, propios de esas edades.
- 5) Rescatar instalaciones recreativas de diverso tipo, como piscinas, campamentos.
- 6) Trabajar los proyectos recreativos para la atención integral a objetivos especiales: comunidades pesqueras, bateyes azucareros, barrios categorizados, Plan Turquino.
- 7) Desarrollar la práctica de deportes populares como principal opción recreativa masiva: Béisbol, Fútbol, Softbol, Voleibol, Baloncesto, así como los que sean tradicionales en cada lugar, mediante torneos intercentros, ligas interbarrios.
- 8) Trabajar por el desarrollo y mayor efectividad de deportes recreativos atendidos por la DNR, como opciones para la ocupación del tiempo libre de una buena parte de la población.
- 9) Vincular a las Glorias del Deporte a las actividades comunitarias de Recreación Física.
- 10) Vincular al Instituto Superior de Cultura Física (ISCF) y sus filiales, así como a los centros de la especialidad en la Universalización de la Enseñanza en los territorios, a los procesos de investigación y gestión de actividades comunitarias de Recreación Física.

El autor considera que la recreación comunitaria no es más que como bien planteaba (Pérez, A, 1997), “aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre” dentro de su propia comunidad la cual le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre que es de gran utilidad para su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, a su plenitud y a su felicidad”.

### **Caracterización de los niños de 7 a 12 años de edad**

El organismo del niño en estas edades está en un proceso de crecimiento y desarrollo, lo que hace que necesite una formación equilibrada y completa, siendo preciso conseguir un sólido desarrollo de la condición física, por medio del trabajo de las capacidades biomotoras condicionales, mixtas, coordinativas y de la movilidad (Gundlach, 1968) atendiendo al periodo sensible de su desarrollo. En

estas edades los niños muestran una gran frecuencia de movimiento con una gala de derroche de energía y movimiento.

### **Características biológicas**

En estas edades presentan gran flexibilidad y movilidad.

Se incrementa la fuerza muscular general.

Los músculos grandes se desarrollan antes que los pequeños, lo que posibilita la realización de movimientos relativamente fuertes y sueltos.

Presentan dificultades para movimientos de alta precisión.

### **Características Psicopedagógicas**

Rechazan el excesivo tutelaje de padres, incluso de maestros y entrenadores, lo que se refleja en un aumento de la independencia social y responsabilidad personal ante las tareas (cualidades de la personalidad).

Presentan marcada economía y funcionalidad del organismo con movimientos armónicos y equilibrados, lo que se refleja en una mayor agilidad y habilidad.

Presentan alta capacidad de aprendizaje de nuevos movimientos y una excelente capacidad cinética.

Manifiestan gran actividad, capacidad de adaptación, afán de aprender, y alta capacidad volitiva.

Se van convirtiendo paulatinamente en sujetos que comienzan a tener una mayor participación y responsabilidad social.

El conocimiento de estas características resulta útil y necesario a los profesores de recreación para encauzar el desarrollo de los niños y niñas que viven en esta circunscripción. Las mismas deben ser aprovechadas para mejorar la utilización del tiempo libre y su desenvolvimiento social en la comunidad, lo cual solo puede conseguirse cuando se conciben con integralidad.

### **Metodología empleada en la investigación**

Los métodos teóricos empleados estuvieron determinados por la naturaleza de la investigación y las tareas desarrolladas a lo largo del proceso investigativo.

#### **Métodos Teóricos.**

**Histórico Lógico:** Con él se establece el estudio y antecedentes de los fenómenos objeto de investigación en su devenir histórico, a la vez que se delimitan cuáles son las leyes generales del funcionamiento y desarrollo del fenómeno.

**Análisis documental,** el uso de la información disponible, cualquiera sea su carácter documental, constituye un paso obligado en la investigación cualitativa, la informática se utiliza como una herramienta clave de la misma. Dentro de este el **Analítico – Sintético:** Se basa en los procesos cognoscitivos y permite la descomposición del fenómeno o proceso que se estudia en los principales elementos que lo conforman para determinar sus particularidades y simultáneamente mediante la síntesis se integran permitiendo descubrir relaciones y características generales.

#### **Métodos empíricos**

**La observación y la encuesta:** Se utilizaron para conocer el nivel de expresión cognoscitivo y conductual de la ocupación del tiempo libre teniendo en cuenta sus preferencias recreativas de los niños de 7 – 12 años de dicha comunidad y constatar el problema.

**La observación,** es la principal técnica de recogida de datos en la metodología cualitativa. Supone la interacción social entre el investigador y grupos sociales. Su objetivo es recoger datos, de modo sistemático, a través de un contacto directo en contextos y situaciones específicas.

Este tipo de observación tiene requerimientos muy fuertes en relación con los investigadores que lo adoptan, ya que el investigador puede llegar a convertirse en una figura familiar para los sujetos que observa, participando no solo externa sino internamente en los sentimientos, expectativas, inquietudes del grupo o sujeto estudiado.

**La encuesta:** Este método permite juzgar el estado y tendencia de desarrollo de los procesos sociales, en el objeto estudiado, y en un menor plazo de tiempo encuestar conjuntamente numerosas personas y obtener la información necesaria. La aplicación de variantes cerradas de preguntas, permite obtener la descripción unificada de muchas expresiones singulares individuales de las personas, al posibilitar con ella la utilización de una poderosa técnica de cálculo.

Se utilizó para conocer las opciones recreativas - deportivas para los niños de dicha comunidad y como desarrollar las actividades recreativas con una mayor calidad y disfrute.

### **Matemáticos estadísticos**

**Tabla de distribución de frecuencias empíricas:** permitió determinar por cientos en algunos resultados obtenidos durante el diagnóstico inicial, así como el procesamiento de los datos recogidos en el resto de la investigación, llegando a establecer comparaciones entre los aspectos y componentes más significativos en la muestra de la investigación.

### **Descripción de la población y muestra.**

**Caracterización del grupo:** esta investigación fue realizada en el poblado Frank País, el cual está integrado por 20 niños entre 7-12 años donde se trabajó con un total de 20 niños para un 100 % de la población, de ellos 10 hembras que representa el 50% y 10 varones que representa un 50%, con un nivel de escolaridad entre el segundo grado hasta el sexto grado de la educación primaria.

Los instrumentos y técnicas descritas anteriormente se aplicaron a una muestra seleccionada de una población de 20 niños de la comunidad Frank País en la Isla de la Juventud.

### **Análisis de los resultados investigativos.**

En el presente epígrafe se hace un análisis de los resultados obtenidos durante la investigación lo cual permitieron hacer un estudio inicial del objeto de investigación y de esta forma conocer donde radicaban las principales dificultades y potencialidades del mismo, donde utilizamos diferentes métodos e instrumentos investigativos que permitieron diagnosticar la problemática como punto de partida del trabajo, así como obtener información en cuanto a la experiencia y criterios no solo de los profesores, sino también, de personas de una vasta experiencia que con sus ideas, sugerencias y valoraciones contribuyeron al desarrollo y fortalecimiento del trabajo tanto desde el punto de vista teórico, práctico como el nivel de cientificidad.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **Resultados de la observación en las actividades recreativas en la comunidad**

Existe un plan de actividades recreativas, planificadas fundamentalmente para los niños y niñas de la comunidad. No siendo realizadas con frecuencia

El tiempo de duración de las actividades planificadas fundamentalmente para los niños y niñas es de dos horas.

Las actividades que se realizan con mayor frecuencia son los juegos tradicionales. Pudiendo poner en práctica otras actividades para el sano disfrute de los niños de la comunidad.

### **Resultados de la encuesta a los directivos de la comunidad**

En el presente epígrafe se hace un análisis de la encuesta realizada al profesor de recreación comunitaria que desarrolla su labor en la comunidad, donde se pudo obtener sus criterios, ideas y experiencias, las cuales han sido para la materialización del trabajo encaminado a mejorar la diversificación de las actividades recreativas en la comunidad.

El primer elemento de importancia para la investigación, lo constituye los años de experiencia del profesor en el desempeño de las actividades comunitarias, donde se pudo constatar que posee más de 5 años de experiencia; por otra parte, la autora quiso tener en cuenta el nivel profesional del mismo y se comprobó que es graduado de nivel superior.



- 1 La primera pregunta que se relaciona con las características de los pobladores de la comunidad Frank País respondió que el nivel escolar promedio es de enseñanza media (9no grado). El nivel de vida en cuanto a posición económica es medio (la entrada económica es solo de su salario). De forma general ocupan su tiempo libre en ingerir bebidas alcohólicas.
- 2 La segunda pregunta que se refiere a que si son suficientes las actividades recreativas que se programan en la comunidad y respondió que no son suficientes ya que la participación de los pobladores en estas es muy baja y por lo tanto se dedican a la realización de otras que son más dañinas como es la de ingerir bebidas alcohólicas.
- 3 La tercera pregunta que se refiere a que si los niños de la comunidad Frank País participan de forma masiva en las actividades recreativas planificadas el respondió que no ya que dichas actividades en ocasiones se realizan sin conocer los gustos y preferencias de los mismos por lo que muchas veces no los motiva a participar.
- 4 La cuarta pregunta que se refiere a como ha sido la participación del profesor de recreación, en el proceso de planificación, ejecución y control con respecto a la oferta recreativa según los grupos poblacionales respondió que muy baja ya que las ofertas recreativas son muy pocas y no para todos los grupos etáreos de la comunidad.
- 5 La quinta pregunta que se refiere a que si tiene algún plan o estrategias planificadas para solucionar los problemas recreativos (oferta y demanda) respondió que no ya que ese trabajo le corresponde al profesor de recreación en conjunto con el combinado deportivo.

Después de obtener los criterios del presidente de la comunidad, la autora pudo definir que con las actividades que se realizaban no se logra la ocupación del tiempo libre en las actividades recreativas, ya que las ofertas no cumplen con los gustos y preferencias de los pobladores.

Por último, se puede resumir según los resultados obtenidos, que es necesario emprender un plan de acciones recreativas que incentiven a los niños y pobladores en sentido general a interesarse por la participación en las actividades recreativas y de esta forma fortalecer el proceso de diversificación en las actividades del poblado Frank País en la Isla de la Juventud.

### **Resultados de la encuesta realizada a los niños del poblado Frank País**

A continuación, se hace un análisis de los resultados obtenidos en la encuesta realizada a los niños de la comunidad Frank País.

En la pregunta 1, que se refiere a que si estarías de acuerdo en participar en un conjunto de juegos para aprovechar tu tiempo libre respondieron que si los 20 niños lo que representa el 100%. En la pregunta 2, que se refiere a que cual de los días de la semana sea mejor para recibir el plan de actividades, 15 niños, lo que representa el 75% coincidieron que el domingo es el día más idóneo para realizar dichas actividades ya que es un día atípico donde no se realizan ninguna actividad para el sano esparcimiento de la población.

En la pregunta 3 con respecto al horario preferido por los niños de este asentamiento el 100% coincidió con el horario de la mañana. En la pregunta 4 que se refiere a lo que prefieren hacer en su tiempo libre el 40% que representan 8 niños, seleccionó jugar, el 20% que representan 4 niños seleccionó ver la televisión y el 40% que representan 8 niños seleccionó pescar. En la pregunta 5 que se refiere a que actividades deseas realizar en el tiempo libre el 20% que representan 4 niños afirmó que ver películas, el 40% que representan 8 niños confirmó cazar y pescar y 40% que representan 8 niños restantes afirmó que jugar.

## **CONCLUSÕES**

Se constató las insuficiencias existentes en el proceso de ocupación del tiempo libre de los niños de 7-12 años del poblado Frank País. En el diagnóstico inicial se constató que el plan de actividades físicas recreativas ya establecido no satisface los gustos y preferencias de las niñas y niños de 7 - 12 años del poblado Frank País en la Isla de la Juventud. El conjunto actividades recreativas - deportivas que se aplicó para la ocupación del tiempo libre de los niños de 7 - 12 años del poblado Frank País en la Isla de la Juventud cumplió con su objetivo, garantizando mayor incorporación de los sujetos en estudio.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Andrade de Melo, V. y De Drummond, E. (2003). Introducción al ocio. Editora Menole Ltda., Barueri Brasil.

Barrientos, J, G. (2005). Propuesta de programación recreativo físico deportiva, para escuelas y barrios urbanos marginales del departamento de Chiquimula Guatemala, Trabajo de diploma, Facultad de Cultura Física de Pinar del Río.

Butler, g. (1963). Principios y métodos de recreación para la comunidad. Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires.

Camerino, o. y Castañer, m. (1988). “1001 ejercicios y juegos de recreación”. Barcelona. Paidotribo

Cassals, N. (2000). La recreación y sus efectos en espacios peri urbanos.

Céspedes, Y. (2010). Plan de actividades recreativas y deportivas para los niños de 9 a 12 años de la circunscripción 62 del reparto panel II en Santa Fe. Trabajo de Diploma. UCCFD “Manuel Fajardo” Facultad de la Isla de la Juventud.

Daltel w (1976). Juegos recreativos. Berlín. Editorial Tribore.-136p.

Dávila Capote, Pavel Carlos (2011). Plan de actividades recreativas –deportivas para los jóvenes de 15-19 años de la circunscripción 62 del reparto Ángel Alberto Galañena. Tesis de maestría.

González, M. (1998) Metodología para el diagnóstico. - En Con Luz Propia. - No 2.-p42-43.- La Habana

Hernández Mendeo, a. (2000). Psicosociología de la evaluación de programas de actividad física: el uso de indicadores. Revista Digital Educación Física y Deportes (arg). 5 (18): 1-15, febrero. (Consulta: 22 diciembre 2002)

Lopategui C, E. (2006). Bienestar y Calidad de Vida. New Jersey: John Wiley & Sons. 580 pp.

Mesa, G. (1997) La Recreación dirigida como proceso educativo. Tesis Doctoral, Universidad de Barcelona España.

Pérez S, A (2002). Tiempo. Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. En V Congreso de Latinoamérica de Tiempo Libre y Recreación.

Pérez S, A. (2005). Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos capítulo I. Editorial Deportes. La Habana.

Pérez Sánchez, A. (2002). Valoración conceptual del juego. Jefe del Departamento de Recreación I.S.C.F. “Manuel Fajardo”, 2002.

Pérez Sánchez, A. (2002.). Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. I.S.C.F. “Manuel Fajardo”, 2002. Cuba.

Pérez Sánchez, A. (2002.). Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. I.S.C.F. “Manuel Fajardo”, 2002. Cuba.

Pérez Sánchez, A. (2003). Fundamentos teóricos de la recreación. Capítulo I. Editorial Deportes. La Habana.

Pérez, G. (1988). El ocio y el tiempo libre: ámbitos privilegiados de educación. En: comunidad educativa, mayo, 6-9.

Pérez, S. A. (2010). *Recreación: fundamentos teóricos metodológicos*. En *CD Universalización de la Cultura Física*. Universidad de Ciencias de la Cultura Física “Manuel Fajardo”, La Habana.

Silot Navarro, Y. (2013). Conjunto de juegos tradicionales para incrementar la participación en actividades físicas recreativas de niños de 7-10 años. Trabajo de Diploma. UCCFD “Manuel Fajardo” Facultad de la Isla de la Juventud.

Zamora, R. Y García, M. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población. Editorial Ciencias Sociales, La Habana. Pág. 190.

### **Síntese curricular dos autores**

**MS.c. Pavel Carlos Davila Capote.** Máster en Actividad Física en la Comunidad. Categoría Docente: Profesor Asistente. Facultad de Cultura Física, Universidad Jesús Montané Oropesa, Isla de la Juventud.