

Tesis en opción al título de Licenciado en Cultura Física

Programa recreativo para los niños de quinto grado de
la escuela primaria Julio Antonio Mella de Banes

Autor: Daniel González Morales

Tutor y Profesor Auxiliar: MsC. David Alberto Machín

Holguín, 2020

Agradecimientos

- ✓ A mis familiares, en especial mis padres por apoyarme y motivarme para lograr la licenciatura.

- ✓ A todos mis profesores por enseñarme con entrega y dedicación.

- ✓ También a mi tutor y profesor auxiliar MsC. David Alberto Machín Pérez por su ayuda desinteresada y exigirme en cada momento para que realice la investigación con calidad.

Resumen

El trabajo de diploma titulado “Programa recreativo para los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella” toma de referencia el diagnóstico de gustos y preferencias de los niños para la satisfacción de las necesidades recreativas en la ocupación del tiempo libre. En la elaboración de la investigación el autor se apoya en diferentes métodos de nivel teórico: análisis de fuentes, análisis- síntesis, inducción -deducción y de nivel empíricos: observación participativa, encuestas, entrevistas y el criterio de especialistas, para evaluar la fiabilidad del programa recreativo. El resultado práctico consiste en el diseño del programa recreativo, donde se aprovechan las potencialidades que ofrece el entorno, a partir del diagnóstico que se realiza en la etapa de definición.

Índice

Introducción	1
Desarrollo	8
Conclusiones	32
Recomendaciones	33
Bibliografía	34
Anexos	37

Introducción

El aprovechamiento del tiempo libre es una parte fundamental para la formación integral del hombre, porque aquí es donde se concreta con eficacia la formulación cultural, física, ideológica y colectivista; se adquieren y fortalecen los valores, las normas de vida, las opiniones y los conocimientos. Influye en la estructura de la personalidad, en los procesos psíquicos, despierta ansias por nuevos saberes, incentiva el uso y el desarrollo de la reflexión, el análisis ante situaciones siempre nuevas y motivantes; canaliza las energías vitales hacia la creación, la participación social, el cultivo de las potencialidades y capacidades individuales que no tienen fronteras de tiempo o espacio, pues se llevan a cabo en la casa, en la calle, en las instalaciones, en las escuelas y en la sociedad .

La Recreación en Cuba constituye una de las prioridades del Partido y el Estado, por tal motivo son disímiles los recursos humanos y materiales que se invierten día tras día en aras de satisfacer las expectativas de todas las personas. Tal es así que se creó un organismo rector el Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER), hoy día son innumerables la creación de escuelas formadoras de profesores de educación física y recreación, se lucha porque todas las facultades de cultura física del país se acrediten de excelencia para la óptima formación de profesionales que con su accionar ofrezcan una mejor calidad de vida.

En abril del 2016 durante el VII Congreso del Partido se actualizan los lineamientos aprobados en el VI Congreso y se define dentro de los que se relacionan con el deporte cubano el No. 131:

Priorizar el perfeccionamiento integral del sistema deportivo cubano, atemperado a las condiciones tanto nacionales como internacionales. Continuar promoviendo el desarrollo de la cultura física y lograr la práctica masiva del deporte que contribuya a elevar la calidad de vida de la población, teniendo a la escuela como eslabón fundamental. Mantener resultados satisfactorios en los eventos internacionales.

El artículo 74 de la Constitución de la República de Cuba plantea:

“Las personas tienen derecho a la educación física, al deporte y la recreación como elementos esenciales de la calidad de vida.”

“El Estado crea las condiciones para garantizar los recursos necesarios dedicados a la promoción y práctica del deporte y la recreación del pueblo, así como la preparación, atención y desarrollo de los talentos deportivos.”

Para concretar este artículo de la Constitución, el trabajo que se desarrolla en todas las comunidades y en las escuelas es esencial, para ello es necesario tener los recursos humanos preparados técnicamente y comprometidos con la defensa del sistema social socialista cubano y aplicar programas recreativos, que logren un desarrollo en la personalidad de los participantes.

Constituyen antecedentes de esta investigación en el plano nacional los estudios que desarrollan el Pérez A (2003) relacionado con recreación, recreación física y tiempo libre y los que lleva a cabo sobre la recreación en las comunidades del DrC. Ramos Rodríguez (2002). En la provincia Mateo (2009, 2012) en su tesis de maestría y en su trabajo de doctorado sistematiza los contenidos relacionados con la recreación y la preparación recreativa, lo que constituye a fundamentar teóricamente la investigación, además Machín (2019) investigan sobre la “Gestión de actividades recreativas desde la carrera de Cultura Física” y como parte de este resultado se desarrolla el proyecto extensionista “Pensando en ti”.

A partir de este proyecto los alumnos de la carrera Cultura Física desarrollan actividades recreativas en diferentes contextos educativos, en las comunidades donde residen en los municipios Holguín, Calixto García, Urbano Noris, Gibara, Sagua de Tánamo, Báguano, Cueto, Frank País, Rafael Freyre, Cacocum y Banes.

Las instituciones educacionales dentro de la comunidad constituyen uno de los espacios fundamentales para la aplicación de programas recreativos, que influyan positivamente en el desarrollo integral de los niños y jóvenes por las potencialidades educativas que transmiten. Dentro de ellas en las escuelas primarias se realizan un conjunto de estas actividades, donde se vinculan los

profesores de recreación que laboran en los Combinados deportivos con los profesores de Educación Física y los Guías de Pioneros.

La Recreación permite propiciar las oportunidades de contacto, comunicación con la naturaleza y toma de decisiones comunitarias, valorizar el espacio público como espacio con funciones de estancia, de socialización, de intercambio y de juego; además se evidencia como una propuesta novedosa para dinamizar el desarrollo de nuestras comunidades, la cual responde a los objetivos de justicia social y cultura ciudadana; dentro de los programas de la Revolución.

En el trabajo fuera de la escuela, desarrollado por los alumnos sobre la base de su libre elección se incluyen 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.

En las actividades físico-recreativas se introduce 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 sobre la base de la libre voluntad.

Eso crea una buena situación para la influencia educativa, la cual es absorbida mejor por los alumnos basándose en el 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 la participación en las actividades recreativas crea en los niños un importante hábito del trabajo individual 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.

En el municipio de Banes por sus propias características de tener grandes extensiones de tierra dedicada a la agricultura cañera predominan un conjunto de comunidades rurales con escuelas primarias, donde se necesita seguir perfeccionando el desarrollo de actividades recreativas.

El autor de esta investigación es miembro del proyecto extensionista Pensando en ti, desde su fundación y trabajó en el municipio Banes como profesor de Recreación en sus vacaciones, durante el Verano 2018 y en el 2019, por lo que se vinculó a la comunidad Julio Antonio Mella y en la escuela primaria de esta comunidad realizó su práctica laboral investigativa.

La comunidad Julio Antonio Mella tiene una población diversa, por lo general familias trabajadoras de buena conducta, algunas personas presenta problemas sociales y otras conductas inadecuadas y están desvinculados del trabajo, por lo que algunos de los niños que estudian en la escuela primaria de esta comunidad reciben la influencia negativa que generan diferentes problemáticas y al realizar un diagnóstico inicial se determinan entre las principales carencias con respecto a la formación de estos estudiantes de la escuela primaria las siguientes: las actividades recreativas que se desarrollan no responden a un plan fundamentado, poca motivación por parte de los maestros de la escuela primaria y los propios padres por el desarrollo de actividades recreativas.

Se define como problema científico ¿cómo lograr que los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio Banes utilicen su tiempo libre con actividades que influyan adecuadamente en su formación?

El objetivo consiste en elaborar un programa recreativo para que los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio Banes utilicen su tiempo libre en actividades que influyan adecuadamente en su formación

Preguntas Científicas

1. ¿Cuáles son los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan la programación de las actividades recreativas vinculadas a los niños?
2. ¿Cuál es el estado actual de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes y su entorno para estructurar un programa recreativo dirigido a los estudiantes de quinto grado para que utilicen su tiempo libre en actividades que influyan adecuadamente en su formación?
3. ¿Cuáles son los intereses recreativos de los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes?
4. ¿Cómo puede estructurarse un programa recreativo para que los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio Banes utilicen su tiempo libre en actividades que influyan adecuadamente en su formación?
5. ¿Cómo se determina la factibilidad del programa recreativo que se aplica en escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes?

Tareas Científicas

1. Caracterizar los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan la programación de las actividades recreativas vinculadas a los niños.
2. Diagnosticar la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes y su entorno, para estructurar un programa recreativo dirigido a los estudiantes de quinto grado para que utilicen su tiempo libre en actividades que influyan adecuadamente en su formación.
3. Definir los intereses recreativos de los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes?
4. Diseñar un programa recreativo dirigido a los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes para que

utilicen su tiempo libre en actividades que influyan adecuadamente en su formación.

5. Determinar la pertinencia del programa recreativo que se propone aplicar en escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes?

Métodos y procedimientos:

Métodos de nivel teóricos

Método análisis de fuentes: este método se utiliza en la búsqueda de los antecedentes que permiten argumentar el empleo del tiempo libre en los jóvenes. De igual manera a través de este método se conocen los puntos de vista de algunos autores en momentos históricos diferentes.

Método del analítico–sintético: durante toda la investigación se utiliza este método: se realizaron análisis durante el proceso de consulta de la literatura, documentos y durante la aplicación de otros métodos técnicos y empíricos que permiten sintetizar los aspectos esenciales y necesarios de los jóvenes.

Método de inductivo– deductivo: en los diferentes análisis fenomenológicos a los cuales se somete la estrategia recreativa y determina su efectividad en el empleo del tiempo libre los jóvenes seleccionados para esta investigación.

Métodos del nivel empírico

Observación participativa: se utiliza para conocer la participación de los jóvenes en las actividades aplicadas. Considerada como método de recopilación de información sobre objetos y fenómenos de la realidad mediante la percepción directa de los mismos y se encuentra en la base de los demás métodos empíricos.

Encuesta: recoge opiniones, sugerencias, estados de ánimo, preferencia, motivaciones en los jóvenes investigados. Recopilar información de la muestra para conocer, tipo de actividades, tiempo libre, actividades preferidas y horario.

Entrevista: permite valorar el criterio emitido por los entrevistados, obtener informaciones valiosas para diseñar las actividades físico-recreativas y la constatación de su posibilidad. Esta se aplica a miembros del grupo comunitario, directivos del combinado deportivo y especialista del sub-sistema de recreación, lo que permite una participación activa de la circunscripción en el diagnóstico. Así como a los factores comunitarios que permitió determinar la factibilidad de la propuesta que formaran parte de la investigación.

Criterio de especialistas: se toman 7 especialistas de recreación del municipio de Banes y profesores de la Carrera Cultura Física y se les presenta el proyecto de programa que se elabora, los cuales emiten criterios al respecto y propuestas de mejoras. Además como parte del proceso de culminación de estudio se desarrollan dos talleres con 6 profesores de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Holguín, de ellos un doctor y profesor Titular, 5 Master en Ciencia y profesores Auxiliares, los que primero evalúan el diseño metodológico de la investigación y en un segundo taller valoran el trabajo de diploma de forma integral.

La población la integran 21 niños de 5to grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella, 12 varones y 9 del sexo femenino.

Para la selección se tienen en cuenta los siguientes criterios:

- ✓ Que sean niños estudien en la escuela primaria Julio Antonio Mella en quinto gado.
- ✓ Que estén interesados en realizar actividades recreativas.
- ✓ Tener el consentimiento de la familia.

Desarrollo

Fundamentos teórico-metodológicos que sustentan la programación de las actividades recreativas vinculadas a los niños

La planificación de la recreación es un elemento indispensable en el proceso de la dirección científica de la sociedad. Es y debe ser un punto de partida y base de una estrategia desarrollo de las actividades físico– deportivas en las condiciones actuales. Pero para que la planificación de la recreación pueda desempeñar verdaderamente un papel de información, conocimiento y prognosis en la dirección de la sociedad, es imprescindible que organice y dirija su actividad científica sobre la base de una estrategia integral. La planificación no es nunca espontánea, ya que se construye como un proceso de obtención de información y conocimientos sobre la realidad social que está sujeto a fines, se regula por ellos y formula un sistema de procedimientos y principios conceptuales que, creativamente utilizados, deben viabilizar el logro de los objetivos propuestos.

Pérez, A. (2007) plantea “En, general, la actividad de planificación, como toda actividad humana, es un proceso conscientemente diseñado y sometido a un conjunto de autorregulaciones que tienen su base en los fines de la actividad; pero la especificidad de está en que, por una parte, los fines se vinculan indisolublemente a las tareas de la dirección de la sociedad y, por otra, su dinámica interna se regula por un sistema de reglas de tipo especial y por una interrelación permanente entre la teoría y la práctica -- es decir el conocimiento acumulado – y la práctica de producción de nuevos conocimientos”.

El proceso de planificación recreativa constituye el elemento esencial, para organizar un conjunto de actividades recreativas, que permitan influir sobre el uso adecuado del tiempo libre de estudiantes de primaria. Al valorar lo que plantea A. Pérez (2003), F. Duarte (2003) y la Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y

Recreación (FUMLIBRE) (2004), existen coincidencias para definirla: como la acción mediante la cual se utilizan métodos y procedimientos para el logro de una ejecución de actividades recreativas más racional y organizada, concebida de antemano, donde juega un papel importante: el enfoque sistémico, los indicadores recreativos, la calidad de los procesos formativos y educativos de los participantes, el nivel de preparación profesional y los recursos materiales y humanos existentes.

A. Pérez (2003) hace referencia a un conjunto de aspectos, que es importante tener en cuenta al valorar la planificación de la recreación. Lo más importante dentro del programa recreativo es el participante. La idea es programar con el participante no para el participante. Un programa debe ser suficientemente vasto como para proveer un campo amplio de opciones para todos, sin ningún tipo de diferencias o preferencias por edad, sexo, habilidad, u otro elemento excluyente. El valor de un programa de actividades que involucra debe ser medido por el grado de influencia positiva que ejerce sobre el individuo: mayor apertura de su nivel cultural.

El programa amplía los intereses de los participantes y los orienta hacia experiencias más positivas y satisfactorias. Los deseos expresados de los participantes sirven como referencia y punto de partida, nunca como una base exclusiva de un programa. Los deseos y los intereses de la comunidad, están limitados por la experiencia. Los dirigentes, especialmente los profesionales del área, deben presentar nuevos campos de acción. No perpetuar y limitar.

Este debe ser lo suficientemente amplio para servir en el presente y en el futuro a cada participante. Las actividades recreativas son medios dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje de hábitos para la vida y el logro de fines. Debe tener líneas claves de acción que le impidan ser blanco de su propia vulnerabilidad. Cumple con su acción educativa cuando: participan personas de diferentes edades. Participan a la par damas y varones. Concurrer personas de diversos

estratos socioeconómicos. No existen diferencias políticas ni religiosas que limiten la participación. Se emplean, debido a la multiplicidad, diversas técnicas de trabajo: individual, en grupos, masivas, etc.

Las características y enfoques del programa recreativo son importantes tenerlos en cuenta para su planificación. Las características del programa recreativo. Según H. Duarte (2003), complementan los principios anteriores, como son: equilibrio, diversidad, variedad y flexibilidad. Estas cuatro características aunque se valoran por separado se integran durante el proceso de programación, porque se complementan entre ellas.

Según A. Pérez (2003) un programa recreativo debe contener los siguientes enfoques, para ser considerado equilibrado e integral, no debiéndose emplear un solo enfoque, sino la combinación de ellos: enfoque tradicional. Enfoque de actualidad, está basado en el contexto, retomando aquellas actividades o servicios que están de moda, es decir, por imitación se adoptan las actividades novedosas. Enfoque de opinión y deseos: se basa en el usuario o en la población de la que, a través de encuestas o inventarios, se obtienen datos sobre las actividades recreativas que éstos deseen realizar. Enfoque autoritario, está basado en el programador, la experiencia del especialista y sus opiniones, vertidas en un programa, cuentan. Enfoque socio - político: basado en la institución, de quien se derivan líneas y normas para la formación de programas.

El proceso de programación recreativa y por consiguiente el programa recreativo transcurre por diferentes etapas para su diseño, dentro de las principales propuestas están las realizadas por Cervantes (1992), quien plantea las siguientes etapas: diagnóstico, objetivos y metas, áreas de expresión, métodos y técnicas de instrumentación, realización del programa, evaluación y reajuste. Aldo Pérez (2003) propone 4 etapas: diagnóstico, determinación de objetivos y metas, diseño y aplicación del programa o proyecto y, control, evaluación y ajustes del programa.

La Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación (FUNLIBRE) (2004) plantea 5 etapas: diagnóstico, justificación, objetivos, metodología y evaluación.

Mateo (2009) plantea una propuesta que se ajusta a las condiciones actuales y aunque no difiere de las propuestas anteriores, si tiene aspectos que las complementan, las etapas son: definición, diseño, aplicación y evaluación, las cuales especifican que acciones se deben realizar y cómo organizar el programa en cada una de las etapas, este es el modelo que se toma de referencia para desarrollar el programa que se presenta.

Los niños que cursan el quinto grado en la primaria oscilan en las edades de 9 a 10 años, en estas edades continúa el proceso de crecimiento físico, las niñas evidencian un ritmo más acelerado en este sentido, se forman las curvaturas vertebrales: cervical, pectoral y de la cintura, aún no es completa la osificación del esqueleto; poseen gran flexibilidad y movilidad, el sistema óseo – muscular se fortalece al igual que los ligamentos. La circunferencia de la caja torácica aumenta y adopta forma de cono invertido. Se favorece la función respiratoria progresivamente en relación con el fortalecimiento de los músculos que tienen que ver con esta función.

El músculo cardíaco crece, el corazón se vuelve resistente y la actividad cardiovascular alcanza mayor estabilidad, pero el pulso sigue siendo acelerado (84 – 90) pulsaciones por minuto), aunque la tendencia es hacia un mejoramiento de este indicador. Se produce el desarrollo del área frontal del cerebro, fundamentalmente permite las funciones superiores y de mayor complejidad de la actividad psíquica.

La relación entre los procesos de excitación e inhibición varía. La inhibición se va acentuando con el acercamiento a la pubertad; se logra mayor estabilidad en la relación de ambos procesos, es un período de mucha energía y tienen la

necesidad de realizar actividades que generen mucho movimiento, con gasto energético elevado, porque el niño posee una gran reserva de energía que puede gastar y recuperar fácilmente, rápidamente. Los músculos en pleno crecimiento exigen movimiento.

El cuerpo del niño requiere de liberación motriz, no solo en la clase de Educación Física; por lo que la ocupación adecuada de su tiempo libre con actividades dinámicas es importante. Así todo proceso planificado para niños de esta edad, debe considerar que la actividad física es medular en la consecución de los objetivos propuestos, de manera que el sujeto beneficiado no se convierta, desde el punto de vista volitivo, en una barrera para la materialización de dichos propósitos.

El niño de estas edades vive un momento culminante en el desarrollo motor; refleja un gobierno consciente del movimiento expresado en el dominio, la seguridad, precisión y mayor rapidez, aumenta el ritmo motor y se amplía la sensibilidad a los ritmos musicales. Presenta, además la capacidad de anticipación a los movimientos propios y ajenos que se expresa en la rapidez, en el aprendizaje de nuevas acciones, así como la adaptación cinética a diversas condiciones. Las capacidades de fuerza, rapidez, movilidad y coordinación aumentan.

Desde el punto de vista psicológico se desarrolla notablemente el carácter racional de la percepción, lo que incluye la del espacio y del tiempo. La atención, bien encauzada puede estabilizarse hasta mantenerse durante 40 minutos aproximadamente. La intensidad y volumen de este proceso tiene relación con el interés del niño. La distribución de la atención paulatinamente permite el control simultáneo de varias acciones.

Posee las posibilidades para la asimilación consciente de los conceptos científicos y para el logro de abstracciones a través de las cuales los procesos lógicos de análisis, síntesis, comparación, clasificación y generalización alcanzan niveles superiores desde el punto de vista teórico., por lo que es capaz de llegar a conclusiones. Por tanto al finalizar la primaria debe haberse desarrollado un pensamiento lógico – reflexivo.

El lenguaje se desarrolla y logra coherencia a través del cual alcanza la función comunicativa y comienza a poseer una función intelectual y a desarrollar una imaginación creadora, puede representar situaciones y estados sobreentendidos de los objetos. Los motivos aún no son estables; pero es capaz de orientar su comportamiento por deseo propio, demostrando mayor control conductual. El interés cognoscitivo puede transitar del conocimiento del hecho a la solución de determinados problemas. Las emociones y sentimientos son fuentes importantes en la formación de componentes de carácter moral.

Desarrolla sentimientos morales y sociales: deber, amistad, respeto, amor, compromiso con la patria, la familia, los compañeros y adultos, protección hacia el medio ambiente y el entorno, solidaridad con los necesitados. La autoevaluación se hace más adecuada y objetiva. Demuestra mayor desarrollo volitivo, al plantearse metas propias, aunque de carácter inmediato, desarrolla la voluntad y la disposición. Surge progresivamente un pensamiento conceptual, activo, reflexivo, crítico e independiente.

Para la planificación de actividades recreativas en las escuelas primarias para los niños de estas edades es necesario tener en cuenta estas características porque sugieren desarrollar actividades dinámicas con alto gasto energético, las que se pueden combinar con otras que requieran fuerza muscular a partir del desarrollo que logran y también otras que influyan en la memoria, pero es importante planificar bien la relación trabajo descanso, porque por las propias características

que se valoran aparentemente a estas edades no se fatigan los niños y una mala dosificación puede llevarlos a un estado de fatiga descompensada.

El juego constituye un elemento motivador y es necesario conocer sus gustos e intereses para lograr alto nivel de motivación, porque a estas edades los niños se desmotivan con facilidad y no concentran la atención. El trabajo en equipos constituye un elemento motivador y educativo, además se debe lograr el vínculo con la naturaleza, lo que favorece la tarea Vida, que constituye una prioridad en todas las escuelas cubanas, como una de las vías de crear una cultura de protección y cuidado medio ambiental, lo que favorece conductas positivas para enfrentar el cambio climático y otras problemáticas actuales y futuras.

Por lo que las actividades en contacto con la naturaleza que requieren de caminatas, las que pueden extenderse hasta dos o tres kilómetros, con periodos de descanso contribuyen a su formación y despiertan alto nivel de motivación.

Los juegos de mesas que requieran desarrollo de la memoria, las actividades físicas donde desarrollen recorridos, lanzamientos y que necesiten alto nivel de esfuerzo, son adecuados, además de juegos deportivos, los que pueden desarrollarse con diferentes variantes.

Diagnóstico de la escuela primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes y su entorno

El municipio de Banes por sus características geográficas se encuentra en la zona norte y central de la provincia de Holguín. Limita al norte y al este con el océano Atlántico, el municipio de Antilla y la Bahía de Nipe, al sur con el municipio de Mayarí y al oeste con el municipio de Rafael Freyre y Báguanos. Predominan las llanuras y las elevaciones de poca altura, las tierras del litoral son onduladas, debido a la abundancia de colinas y farallones. Sus costas son muy elevadas y

montañosas, limpias de manglares, con todas sus playas de arrecife coralino que impiden la navegación por todo el litoral.

El municipio Banes se caracteriza por tener inmensas playas se facilita los planes recreativos en verano, además existe un gran desarrollo del Turismo porque tiene la playa Guardavaca, que es una de las mejores del país, con tres hoteles de gran calidad, uno de ellos de alto estándar, que está en proceso de inauguración por parte de la cadena Cubanacán, que es la empresa líder en esta zona. Actualmente se preparan las condiciones para que funcionen dos bases de campismo en playa Morales y Puerto Rico Libre.

Caracterización de la escuela primaria Julio Antonio Mella

La escuela primaria Julio Antonio Mella es una escuela urbana, está situada en la calle H, número 849 del reparto Julio Antonio Mella en el consejo popular Ciudad Sur. Circunscripción No. 19, es una construcción sólida, sus paredes son de prefabricada y mampostería.

Consta de 13 locales, de ellos 3 con techo de zinc, 5 de fibrocemento, y dos de canalones, 6 bloques con carpintería metálica. Todas estas áreas están en excelente estado constructivo. Se distribuyen de la forma siguiente: 7 aulas, una dirección, un laboratorio de computación, una biblioteca, un almacén, un local de profesor de Educación Física, instructor de arte, psicopedagogo y asistentes educativas y 4 baños.

No existen micro-vertederos, las áreas y jardines permanecen limpios, los tanques están tapados, las tasas sanitarias en buenas condiciones y todas con sus tapas. Se realizan pesquisas a través de brigadas encargadas de esta tarea. Como se puede observar existen condiciones higiénicas sanitarias adecuadas para impartir la docencia y cuidar la salud de los escolares.

Áreas deportivas: un área para el desarrollo de las clases de educación física y actividades recreativas, una cancha la cual no es muy extensa pero se pueden desarrollar las actividades, todas en buen estado. Hay pocos medios deportivos para el desarrollo de las actividades físicas recreativas, pero se tienen iniciativas y se elaboran algunos medios. En la escuela se creó un área para los encuentros de diferentes actividades pioneriles de exploración, en la construcción de esta área tuvo gran representación de estudiantes y algunos profesores

Se pueden utilizar las potencialidades que ofrece el entorno geográfico en función de actividades recreativas en contacto con la naturaleza como las siguientes: el río Torronteras se ubica a menos de 4 Km, alrededor de la comunidad existe una gran llanura donde predominan pequeños bosques.

La escuela primaria Julio Antonio Mella cuenta con una matrícula de 141 estudiantes divididos de la siguiente manera por grados; pre-escolar-15 niños, 6 hembras y 9 varones. Primer grado-25 niños, 17 niñas y 8 varones. Segundo grado-23 niños, 15 hembras y 8 varones. Tercer grado-20 niños 11 hembras y 9 varones. Cuarto grado-13 niños, 9 hembras y 4 varones. Quinto grado-21 niños, 9 hembras y 12 varones. Sexto grado-24 niños 17 hembras y 7 varones.

Al valorar la caracterización pedagógica del 5to grado se constata que es un aula mixta con unas matrículas totales de 21 alumnos, el nivel de aprendizaje es promedio, 11 de perfil medio, 9 de perfil alto y 1 de perfil bajo, se logra buen trabajo del colectivo de profesores. En el grado existen 3 alumnos con patologías diferentes; asma, laringitis y amigdalitis los cuales se le da atención médica. Existe un niño de padres divorciados el cual no presenta problemas de aprendizaje, sus padres se preocupan mucho y realizan buen trabajo psicológico. Las principales problemáticas académicas las presentan en el aprendizaje de las matemáticas.

Se considera que es necesario mayor trabajo para desarrollar el valor responsabilidad y la solidaridad.

La escuela primaria Julio Antonio Mella tiene un total de 12 maestros, 8 de ellos son licenciados y el resto técnico medio. En estos momentos existe 1 profesor de Educación Física en la escuela, un psicopedagogo, un instructor de artes plásticas, 2 activistas, una directora, 1 jefas de ciclo, una profesora de computación y ciencias informáticas, la escuela cuenta con una guía de pioneros la cual desempeña la labor de bibliotecaria. Durante el presente curso realizaron algunas excursiones, dirigidas por la guía de pionero, el apoyo de algunos maestros y padres activistas, en horarios de la tarde y fines de semana. El movimiento de pioneros exploradores desempeña gran papel al desarrollar las excursiones ya mencionadas de manera activa en intercambios y competencias sobre la realización de nudos, orientación en el terreno y confección de fogatas.

Al intercambiar con el grupo de estudiantes de 5to grado plantean que las actividades que prefieren realizar son las siguientes: juegos de fútbol, carreras, juegos de parchís, dama y encuentros competitivos de adivinanzas entre un equipo y otro. Con respecto a las actividades en contacto con la naturaleza quieren desarrollar acampadas, viajes a centros históricos, como museos, caminatas y baños en lugares de mucho contacto con la naturaleza, como son ríos y campamento al aire libre. Plantean que les gustaría competir con estudiantes de otras escuelas.

Al valorar dentro del presupuesto de tiempo, el tiempo libre, se observan las siguientes tendencias: los días de semana por el horario que tienen se pueden planificar actividades recreativas por la tarde, de 1:00PM a 2:00 PM y a partir de las 2:00 PM. Los fines de semana tienen mayor cantidad de tiempo libre, por lo que se pueden planificar actividades en contacto con la naturaleza y viajes a centros históricos.

Al intercambiar con el grupo de estudiantes de 5to grado plantean que las actividades que prefieren realizar son las siguientes: juegos de fútbol, carreras, juegos de parchís, dama y encuentros competitivos de adivinanzas entre un equipo y otro. Con respecto a las actividades en contacto con la naturaleza quieren desarrollar acampadas, viajes a centros históricos, como museos, caminatas y baños en lugares de mucho contacto con la naturaleza, como son ríos y campamento al aire libre. Plantean que les gustaría competir con estudiantes de otras escuelas.

Al valorar dentro del presupuesto de tiempo, el tiempo libre, se observan las siguientes tendencias: los días de semana por el horario que tienen se pueden planificar actividades recreativas por la tarde, de 1:00PM a 2:00 PM y a partir de las 4:00 PM. Los fines de semana tienen mayor cantidad de tiempo libre, por lo que se pueden planificar competencias deportivas recreativas y actividades en contacto con la naturaleza.

A partir de los datos anteriores se realiza el siguiente análisis estratégico

Oportunidades:

- Las orientaciones aprobadas a nivel nacional por el INDER, que le dan prioridad a las actividades deportivas y recreativas, en la comunidad y en los centros educacionales.
- Las indicaciones dadas por el MINED que favorecen la práctica de actividades recreativas.
- La existencia de investigaciones en la propia facultad de Cultura Física y Deporte, que permiten generalizar experiencias relacionadas con la cultura del empleo del tiempo libre, el cuidado del medio ambiente y la programación de actividades recreativas en escuelas primarias.

Amenazas:

- Limitaciones financieras que tiene el país que afecta la compra de medios esenciales para desarrollar las actividades físico- recreativas.
- Horarios de las escuelas primarias que limitan la realización de actividades físicas recreativas en el horario de la tarde.

Fortalezas:

- Escuela con excelentes condiciones para la realización de actividades.
- Colectivo de trabajadores bien capacitado y con deseos de trabajar.
- Los padres se preocupan por la formación de los hijos.
- Existencia de un profesor de Educación Física.
- Las áreas deportivas están en buen estado.
- Los escolares viven próximo a su escuela.
- Posibilidades de realizar actividades en contacto con la naturaleza, por las potencialidades del entorno geográfico.

Debilidades:

- Pocos medios materiales para el desarrollo de actividades físico- recreativas.
- Limitaciones en el activismo en función del deporte y la recreación.
- No aplicación con anterioridad de programas recreativos.
- Existen pocos activistas.

Etapa de diseño del programa recreativo para los niños de la escuela rural Julio Antonio Mella del municipio Banés

Objetivo:

Elaborar un programa recreativo para la ocupación sana del tiempo libre de los estudiantes de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella del

municipio de Banes, que responda a las particularidades de su edad, intereses recreativos y las potencialidades del entorno.

Metas

1. Planificar actividades recreativas los días de semana, al menos en tres ocasiones, que se desarrollen en los horarios del medio día y a partir de las 4:00 PM, las que se incrementan de acuerdo al nivel de aceptación de los estudiantes de quinto grado.
2. Organizar la recreación los fines de semana, con la realización de juegos deportivos recreativos y actividades en contacto con la naturaleza, sistematizarlos los sábados alternos, asegurando por lo menos 2 actividades mensuales.
3. Incrementar el desarrollo de actividades recreativas, para los niños en los meses de julio y agosto, como parte de las actividades que se desarrollan el Verano, a partir del nivel de motivación que se logra durante el curso escolar.

No.	Actividades recreativas	Lugar	Horario	Responsable
	Juego de mesas			
1	Juegos de adivinanzas	Aula	1:00 PM	Maestro
2	Juegos de parchís	Aula	1:00 PM	Maestro
3	Torneo de Damas	Aula	1:00 PM	Maestro
4	Juegos y torneos de ajedrez	Aula	1:00 PM	Maestro
	Juego deportivos recreativos			

1	Fútbol callejero	Cancha de baloncesto.	2.00 PM días de semana 4:00 PM Sábados	Activista y profesor de Recreación
2	Juegos tradicionales: carrera en sacos, bola criolla, competencias con sancos, juegos con trompos, juegos con objetos volantes, quimbumbia, juegos con aros, pesca de objetos)	Cancha de baloncesto	2.00 PM días de semana 4:00 PM Sábados	Activista y profesor de Recreación
3	Juegos pre deportivos, conducción del balón	Cancha de baloncesto	2.00 PM días de semana 4:00 AM Sábados	Activista y profesor de Recreación
	Actividades en contacto con la Naturaleza			
1	Excursión y senderismo	Reparto Obrero y zonas de bosques en torrontera.	1 vez mensual ,después de las 2 PM	Activista y profesor de Recreación, Recreación, guía de pioneros
2	Acampada	La finca de Agapito.	Viernes amanecer sábado	Activista y profesor de Recreación, Recreación, guía de pioneros

3	Itinerario recreativo, con baños en el río Torronteras	Torrontera	Sábado en Junio y vacaciones	Padre activista y profesor de Recreación, Recreación, guía de pioneros
4	Itinerario recreativo en transporte automotor hasta museo Chorro de Maita.	Carretera de Guardalavaca	1 vez mensual ,los fines de semana	Maestro, padre activista, Recreación, guía de pioneros
	Otras actividades			
1	Festival deportivo recreativo, con la participación de diferentes grupos de edades y escuelas.	Círculo social y áreas deportivas aledañas	2 veces mensual, y en las vacaciones	Profesor de recreación y activistas, profesores asignados de la dirección municipal.
2	Juegos para el desarrollo de habilidades en matemática y para concentrar la atención.	Aula	1:00 PM	Maestro

Descripción de las actividades recreativas propuestas

Juego de mesas

- Juegos de adivinanzas

Objetivo: emplear el tiempo libre, desarrollar el intelecto y el pensamiento lógico.

Materiales: tarjetas de cartón

Organización: esta actividad se realizará en el aula de lunes a viernes en el horario de 1:00pm a 2:00 pm con la dirección del maestro

Desarrollo: es un juego de desarrollo mental, actividad sana de tipo pasivo, donde hay que razonar y pensar un poco, se realiza de manera individual o equipo, gana siempre el jugador o el equipo que más tarjetas adivine.

Reglas:

1. No se permite ayuda de otro compañero
2. Se debe hablar solo cuando es necesario.
 - Juegos de Parchís

Objetivo: emplear el tiempo libre, desarrollar el intelecto, el pensamiento lógico.

Materiales: mesa, sillas, juegos de parchís, dados y ficheros de 4 colores diferentes.

Organización: esta actividad se realizará en el aula de lunes a viernes en el horario de 1:00pm a 2:00 pm con la dirección del maestro

Desarrollo: por sus características es un juego de mesa, actividad sana de tipo pasivo, con mucha actividad mental, se compite individual, presenta 4 jugadores y el ganador es el que primero coloque todas las fichas en la meta.

Reglas

- no se puede saltar más de las casillas obtenidas por los dados.

Se deben tirar los dados correctamente y que todos puedan ver.

- Torneo de Damas

Objetivo: emplear el tiempo libre, desarrollar el intelecto, el pensamiento lógico e incorporar la mayor cantidad de niños a la práctica del juego.

Materiales: mesa, sillas, juegos de Damas.

Organización y desarrollo: una vez asignada la mesa donde se disputará una de las partidas de damas, se dará comienzo a la misma, al final de la partida se le informara al que actué como juez responsable quien ganó la partida o si termino en tablas, la competencia tendrá un sistema de todos contra todos a dos rondas donde ganara el que más puntos acumule al final.

Reglamento

- ✓ No se permite ayuda de ninguna otra persona
- ✓ La partida debe comenzar solo cuando se autorizase

- Juegos y torneo de Ajedrez ,

Objetivo: emplear el tiempo libre, desarrollar el intelecto, el pensamiento lógico.

Materiales: Tablero de ajedrez y fichas de ajedrez

Organización: esta actividad se realizará en el aula de lunes a viernes en el horario de 1:00pm a 2:00 pm con la dirección del maestro

Desarrollo: es un juego de mesa, actividad sana de tipo pasivo, con mucha actividad mental, se juega individual con el propósito únicamente de aprender.

Reglas: Se debe caminar los pasos requeridos por la ficha

Juego deportivos recreativos

- Fútbol callejero

Objetivo: ocupar el tiempo libre de los niños de una manera sana y desarrollar sus capacidades físicas.

Materiales: balón de fútbol, cuatro conos.

Organización y desarrollo: esta actividad se realizara los días de semana a partir de las 2:00 PM y los fines de semana después de las 4:00 PM con la asesoría de padres activistas y dirigido por el profesor de recreación de la comunidad, se juega en equipos de cuatro niños, pueden ser de ambos sexos.

Reglas: Se aplicaran las reglas oficiales del fútbol.

- Juegos tradicionales , carreras con sacos

Objetivo: fomentar en los niños el espíritu competitivo, la voluntad, el interés, entre otros valores que contribuyen a la orientación rectora de la escuela con los problemas sociales de la comunidad.

Materiales: sacos y conos para delimitar la línea de salida y el obstáculo a superar.

Organización y desarrollo: Esta actividad se realizara los días de semana a partir de las 2:00 PM y los fines de semana después de las 4:00 PM con la asesoría de padres activistas y dirigido por el profesor de recreación de la comunidad, se juega en equipos de dos, a 6 niños por equipos, incluso puede jugarse en forma de sexo mixto.

Reglas:

- ✓ El competidor debe llegar a la meta dentro del saco.
- ✓ Si un competidor se cae, puede levantarse y continuar.
- ✓ El competidor no puede recibir ayuda.

Juego pre deportivo, conducción del balón

Objetivo: lograr que los niños realicen la conducción del balón desarrollando elementos técnicos sirviéndole de base para el futbol.

Materiales: Pelotas de futbol.

Organización y desarrollo: esta actividad se realizara los días de semana a partir de las 2:00 PM y los fines de semana después de las 4:00 PM con la asesoría de padres activistas y dirigido por el profesor de recreación de la comunidad, se juega en equipo, dos hileras de 8 o más niños.

Reglas:

- ✓ A la hora de salida se debe respetar la señal de salida
- Se debe mantener el balón en los pies
- El balón debe ser conducido con los pies hasta la meta

Actividades en contacto con la naturaleza

- Excursión y senderismo
- Objetivo: desarrollar el conocimiento de nudos, amarras, realizar marchas de orientación por pistas y señales.
- Materiales: cuerdas, mochilas, silbato y vestuario apropiado

Organización: se realizará fin de semana donde puedan participar los niños en el horario de la mañana, el guía de pioneros y el profesor de recreación de la comunidad. Se realizarán actividades recreativas en pleno contacto con el medio natural, poniendo en práctica lo aprendido en el movimiento de pioneros exploradores.

Desarrollo: Podrán competir en equipo en tracción de soga, bailes tradicionales, canto, construcciones rústicas, y en parejas en competencias de cabuyería, de marcha de orientación por pistas y señales, encuentros de conocimientos.

Reglas: los participantes no deben alejarse del área escogida.

- Acampada

Objetivo: desarrollar el amor hacia la naturaleza y la fauna, así como emplear el tiempo libre de forma sana.

Materiales: mochila, agua, alimentos, vestuario apropiado, transportación.

Organización: se seleccionó la finca por sus características naturales, con previa coordinación con organismos y entidades de la comunidad.

Desarrollo: se realizan actividades recreativas educativas como: competencia de cantos, cuentos, anécdotas y encuentro de conocimiento, además se realizará un pequeño recordatorio histórico.

Reglas:

Nadie debe alejarse del lugar escogido sin previa autorización.

Mantener el orden y la disciplina.

- Itinerario recreativo, con baños en el río Torronteras

Objetivo: ocupar de manera sana y saludable el tiempo libre de los niños y fomentar el amor por la naturaleza.

Materiales: agua, alimentos, vestuario apropiado, transportación.

Organización y desarrollo: la actividad se desarrollará fin de semana donde puedan participar los niños de 5to grado, se realizarán actividades en pleno contacto con el medio natural. El guía de pioneros, el profesor de recreación de la comunidad y algunos padres activistas serán los dirigentes de la actividad. Los aseguramientos logísticos serán garantizados por el combinado.

Reglas:

- ✓ Bañarse solamente en el área establecida por los guías
- ✓ Mantener el orden y la disciplina.

- Itinerario recreativo en transporte automotor museo de chorro de Maita
Objetivo: ocupar de manera sana y saludable el tiempo libre de los niños y fomentar el amor por la naturaleza, tener un contacto más cercano con la historia de la localidad y nuestros antepasados.

Materiales: multimedia del itinerario de campaña del museo, agua, alimentos, vestuario apropiado, transportación.

Organización: la actividad se desarrollara un fin de semana, para tener más tiempo y los padres sirvan de compañía.

Itinerario recreativo al Chorro de Maíta

El guía de pioneros, el profesor de recreación de la comunidad y algunos padres activistas serán los dirigentes de la actividad. Los aseguramientos logísticos serán garantizados por la UBPC.

Desde quince días antes se coordina con la maestra para que trabaje con la multimedia donde aparece el recorrido histórico del museo y los estudiantes tengan en cuenta los lugares donde acampó, la historia que menciona y su uso para nuestro conocimiento.

Desarrollo: Se realizaran actividades culturales en homenaje a nuestros antepasados, así como un recuento de sus costumbres y modo de vida.

Regla:

- Mantener el orden y la disciplina en todo momento.
- Organización a la hora de subir al autobús.

Otras actividades

- Festival deportivo recreativo, con la participación de diferentes grupos de edades.

Objetivo: Que los niños sean los protagonistas de la festividad realizando diversas actividades recreativas culturales, así como emplear el tiempo libre de forma sana.

Materiales: soga, juegos de dominó, dama, barajas, parchís, pelota de voleibol, fútbol, baloncesto y equipo de audio.

Organización: se formarán áreas con las distintas actividades que se ofertan y cada cual escoge en cuál va a participar. Además se definen las áreas y los responsables, al final se realizan la clausura, donde se felicita a los participantes y a los que se destacaron por su activa participación.

Desarrollo: las ofertas son, juegos de mesa: ajedrez, dama, barajas y parchís, tracción de la soga, juegos pre-deportivos como carrera de conducción de balones, fútbol y en la parte cultural competencias de baile, canto e imitación. Pueden sumarse junto a los niños diferentes grupos de edades para que puedan disfrutar de la actividad.

Reglas:

- ✓ Cada actividad tiene sus reglas específicas.
- ✓ Mantener la disciplina y organización en todo momento.

Sugerencias desde el punto de vista metodológico

1. Exigir que durante la realización de las actividades recreativas a partir del mes de septiembre se cumplan las orientaciones dadas para la tercera fase de la etapa de recuperación en la lucha contra la COVID-19.
2. Las actividades están dirigidas a niños del segundo ciclo de la primaria, por lo se deben tener en cuenta las características de estas edades, donde es importante planificarle actividades física recreativas, con adecuada organización, predominio del trabajo en equipo y actividades en vínculo directo con la naturaleza y que exista gasto energético, alternando periodos de trabajo y descanso.
3. Las actividades que se desarrollen en contacto con la naturaleza deben prioriza sitios con valor histórico, en especial el museo de nuestros antepasados, para motivar a los niños al conocimiento de la historia y el desarrollo de valores e identidad.

4. Para la planificación y desarrollo de las actividades es importante tener en cuenta: juegos tradicionales populares, para su rescate, a partir de la motivación que se logre en los participantes. Pueden incluir otros, los que se mencionan constituyen una guía.
5. En las actividades que se planifiquen pueden participar escolares de ambos sexos y son inclusivas para otras edades.
6. Los días de semana lo más adecuado es organizar actividades recreativas después de las tres de la tarde y en el horario del medio día, principalmente juegos de mesa, ajedrez y otras actividades vinculadas a la ludoteca.
7. Las actividades se realizan los fines de semana, deben desarrollarse después de las 8:00 AM
8. La propuesta es abierta y si alguna nueva actividad logra alto nivel de motivación se incluye. De las actividades planificadas las que más gusten, se incrementa la frecuencia de realización.
9. Formar los activistas, entre los trabajadores de la escuela, jóvenes de la comunidad.
10. Coordinar con maestros y activistas para el desarrollo de las actividades.

Etapa de aplicación del programa

En esta etapa es importante la organización de las actividades del programa recreativo de acuerdo al programa general que se plantea, su aseguramiento material, para ello deben realizar coordinaciones con los diferentes factores de la comunidad, que puede ayudar con la transportación y aseguramiento de alimentos, además con otros organismos.

La organización de la fuerza técnica, incluyendo a los activistas constituye una prioridad en esta etapa y se le imparte un seminario. Para las actividades en contacto con la naturaleza se coordina con la guía de pioneros, para vincular las actividades con el Movimiento de Pioneros Exploradores.

Etapa de evaluación de la pertinencia del programa

Se trabaja con 7 especialistas del municipio Banes, de ellos 4 lo consideran relevante. Ninguno la evalúa poco relevante o no relevante, plantean que existe relación entre las diferentes partes de la propuesta. Recomiendan incluir más actividades relacionadas con festivales recreativos deportivos y que se vinculen los temas relacionados con las actividades en contacto con la naturaleza al movimiento de exploradores. Sugieren más actividades tradicionales y algunas que tengan como objetivo la consolidación de contenidos en específico relacionados con matemática.

Se desarrolló un taller con 6 profesores de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Holguín, de ellos un doctor u profesor Titular, 5 Master en Ciencia y profesores Auxiliares, durante el primero valoran el diseño teórico de la investigación y se recomienda incluir los métodos estadísticos, en la introducción hacer referencia a los antecedentes y mejorar la redacción de la primera tarea científica, además de aspectos relacionados con la exposición como: uso de conectores, gráficos y la fluidez en la exposición.

Todas las recomendaciones se valoran y se les buscan solución en las diferentes partes de la propuesta.

Conclusiones

1. El estudio de los antecedentes teórico-metodológicos permiten valorar los elementos esenciales relacionados con la planificación de actividades recreativas físicas y sus particularidades cuando se desarrollan actividades dirigidas a los niños, las que se tienen en cuenta durante el diseño del programa recreativo para los niños de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella de Banes
2. El análisis del diagnóstico integral permite crear las bases para la elaboración del diseño estratégico, que constituye la guía para el diseño del programa recreativo dirigido a los niños de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella
3. La valoración que se realizan a través de los talleres y el criterio de especialistas permite incluir mejoras en el programa recreativo para los niños de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella y se considera que la propuesta es factible, para su aplicación.

Recomendaciones

1. Aplicar en la escuela primaria Julio Antonio Mella el programa de actividades recreativas que se diseña para lograr mejoras en el uso del tiempo libre de los niños de quinto grado.
2. Utilizar el informe de la investigación como bibliografía de consulta para los profesores de Educación Física que trabajan en las escuelas primarias del municipio de Banes.

Bibliografía

1. Andrade de Melo. V. y Drummond, E. (2003). Introducción al ocio. Editora Menoleltda. Barueri Brasil.
2. Baxter Pérez, E. (1989). La formación de valores: Una tarea pedagógica. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
3. Blanco De La Cruz, O (2019). Programa recreativo para los niños de quinto y sexto grado de la escuela primaria Guillermo Espinosa. Trabajo de Diploma para opción por el título de licenciado en Cultura Física. Universidad de Holguín.
4. Blanco Montero, Y. (2019) Programa físico-recreativo para los estudiantes de séptimo grado de la secundaria básica Seguidores del Che. Trabajo de Diploma para opción por el título de licenciada en Cultura Física. Universidad de Holguín.
5. Bello Dávila, Z. y J. Casales Fernández. (2003). Psicología Social. La Habana, Editorial Félix Varela. Cervantes, J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Ed. Mungía y Hnos, México
6. Cervantes, J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Ed. Mungía y Hnos, México
7. Domínguez García, Laura. (2003). Psicología del desarrollo: Adolescencia y Juventud. Selección de Lecturas. La Habana. Editorial Félix Varela.
8. Duarte, F. (2003). El Programa Recreativo. Artículo. I Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en Recreación. Colombia
9. Espinosa Llorens, M.C. (1999). Crisis ambiental, sociedad y educación. En: Ecología y Sociedad. Estudios. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.
10. Fullea, Pedro y colectivo de autores. Libro electrónico (s.a.) Recreación Comunitaria. Dirección Nacional del INDER, La Habana, Cuba, 81p.

11. Hernández, A. (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural. En <http://www.efdeportes.com/efd23/ocio.htm>. Consultado en enero del 2004.
12. García Ferrando, M. 1991. Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica. Madrid. Alianza editorial.
13. González Trillo, Carlos. 2000. Sociedad y Tiempo Libre. Madrid. Editorial Cervantes.
14. Hernández Mendo, A. Y Anguera, M. T. 1999. evaluación de la temporalidad de los programas de actividad física. Séptimo Congreso de Actividad Física y Deporte.
15. Hernández Mendo, A. 2000. Acerca del Ocio, del Tiempo Libre y de la animación socio-cultural, Revista digital de educación Física y Deportes (Arg) 5 (23): 1-22, Julio.
16. Machín Pérez, D y Colectivo de autores. Proyecto extensionista pensando en ti. DeporVida Enero Marzo 2018.
17. Machin Pérez, D.; Mateo J.L.; Pérez M. (2019). Metodología para la gestión de actividades recreativas desde la carrera Cultura Física. Documento en formato digital.
18. Mateo, J. L. (2009) La formación de una cultura de empleo racional y sano del tiempo libre en los escolares de Cultura Física. Tesis de Maestría (Maestría Actividad Física en la Comunidad). Holguín, Facultad de Cultura Física.
19. ----- (2012) La formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los escolares universitarios de Cultura Física. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Holguín, Facultad de Cultura Física
20. Pérez, A. (2003). Recreación: fundamentos teóricos metodológicos. En CD Universalización de la Cultura Física 2003.
21. Petrovski, A.V. (1988). Psicología Pedagógica y de las edades. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

22. Sánchez Acosta, M.E. y M. González. (2004). Psicología General y del desarrollo. Ciudad de La Habana, Editorial Deporte.
23. Watson Brown, Herminia. (2008). Teoría y práctica de los juegos. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.

Anexos

Anexo No1

Encuesta a la muestra

Objetivo: Conocer sobre la realidad preferencial de los escolares: intereses y necesidades recreativas, lugar y compañía para el desarrollo de las actividades de tiempo libre.

Estimado estudiante:

Como parte de una investigación que se realiza para elaborar el trabajo de Diploma para optar por el título de licenciatura en Cultura Física, que consiste en realizar propuestas de actividades física recreativas organizadas en un programa necesitamos que responda las siguientes interrogantes, consideramos que sus declaraciones influyen en la calidad de la propuesta. Se les agradece su cooperación

1. Marca con una X los aspectos que se relacionan con tus inclinaciones personales.

Me gusta:

- 1. - Descansar pasivamente.
- 2.- Estudiar y auto prepararme.
- 3.- Desarrollar actividades físicas-deportivas: caminar, correr, nadar, levantar pesas, practicar deportes u otras con estos fines.
- 4.- Realizar actividades con la familia no recreativas: visitas a enfermos, actividades religiosas, cuidado de niños, etc.
- 5.- Competir o practicar alguna disciplina deportiva o deporte en cualquiera de sus manifestaciones: de diversión, de aventura o competitivo, etc. Especifique cuál(es).
- 6.- Realizar actividades al aire libre: acampar, pescar, cazar, ir de campismo, ir a la playa, ir a la piscina, ir de excursiones, senderismo, orientación, rutas ecológicas, visitas a parques naturales, ciclo turismo, caminar por la ciudad y

sus alrededores con mis amigos, cuidado de plantas, jardinería doméstica, etc. Especifique cuál(es).

- 7.- Jugar con videojuegos, juegos de ordenador, juegos de mesa, juegos de salón, etc.
- 8.- Formar parte de algún grupo que realice actividades artísticas y de creación: creación literaria, de las artes plásticas, el teatro, la danza, la música, creación manual: artesanías, esculturas en metal, madera y piedra, etc. Especifique cuál(es).
- 9.- Asistir a espectáculos artísticos-culturales o deportivos: musicales, conciertos, exposiciones, festivales, cine, teatro, circo, eventos deportivos, etc.
- 10.- Visitar museos, bibliotecas, monumentos, ruinas, zonas arqueológicas, lugares de interés histórico, turístico, artístico – cultural o deportivo, etc.
- 11.- Participar en peñas culturales y/o deportivas, coloquios charlas, debates, etc.
- 12.- Participar en actividades culturales – recreativas al aire libre o centros recreativos relacionados con la música (su audición y baile), de animación y participación, etc.: descargas, discotecas, club, reservados, etc.
- 13.- Asistir a fiestas (15, bodas, cumpleaños, etc.), visitas, encuentros y conversatorios con amigos y familiares, participar en actividades de la comunidad.
- 14.- Escuchar la radio o equipo de música, ver la televisión y/o vídeos, etc.
- 15.- Leer libros, revistas, periódicos, etc.
- 16.- Formar parte de algún grupo o realizar colecciones de sellos, antigüedades, postales, llaves, libros raros u otros.
- 17.- Meditar, auto relajarte o estar sin hacer nada.
- 18.- Otras__ ¿cuál(es)?

2. Escriba en orden de preferencia el número de las 5 que más le gustaría realizar en su tiempo libre, de ellas especifique, ¿cuál(es)? si es preciso.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

3. Marque con una X el lugar(es) y la compañía/s que prefiere para la realización de estas actividades.

Me gusta realizar las actividades en:

- La escuela.
- La comunidad.
- La ciudad.
- Al aire libre (contacto con la naturaleza).
- Otros. ¿Diga cuál(es)?

Me gusta realizar las actividades en compañía de:

- Amigos.
- Compañeros de grupo.
- La familia.
- Personas de la comunidad.
- Otros. ¿Diga cuál(es)?

Anexo 2

Guía para realizar el diagnóstico

Para la organización del diagnóstico el investigador realiza el análisis del entorno de la escuela primaria Julio Antonio Mella donde tiene en cuenta la comunidad y sus alrededores, para buscar las potencialidades para la propuesta del programa de actividades recreativas donde valora los siguientes indicadores:

I. Espacio/contexto

- Factores sociodemográficos (características de la primaria Julio Antonio Mella del municipio de Banes.
- Interrelaciones sociales.(organizaciones políticas y de masas, centros económicos existentes y posibilidades para apoyar las actividades recreativas de la escuela)
- Oferta / demanda (Actividades recreativas que se ofertan, evaluación de los programas recreativos precedentes)

II. Profesores de Educación Física, de recreación y otras personas que puedan apoyar el programa recreativo

- Preparación.
- Experiencia.
- Vocación.

III. Población

- Características.
- Necesidades.
- Intereses.
- Experiencias

IV. Institución organizadora

- Recursos con que cuenta.
- Recursos que hacen falta para asegurar las necesidades materiales del programa, dónde gestionarlos.



Holguín 28 de agosto del 2019
Año 61 de la Revolución

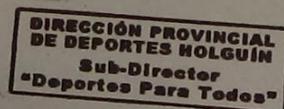
Aval de la dirección municipal de Deporte, Educación Física y Recreación, del municipio Banes, provincia Holguín sobre la aplicación del resultado científico "Metodología para la gestión de actividades recreativas desde la carrera Cultura Física"

Durante las últimas tres etapas de Verano estudiantes de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Holguín se desempeñaron durante sus dos meses de vacaciones como profesores de Recreación, (Verano 2017, un estudiante, 2018, 3 estudiantes, y en el 2019 trabajaron 9). En ese periodo cumplieron todas las tareas que se le asignaron, realizaron: festivales deportivos recreativos, planes de la calle, a jugar, actividades en contacto con la naturaleza y en general el impacto de su trabajo se pudo percibir en todos los grupos de edades, con mayor énfasis en niños y jóvenes.

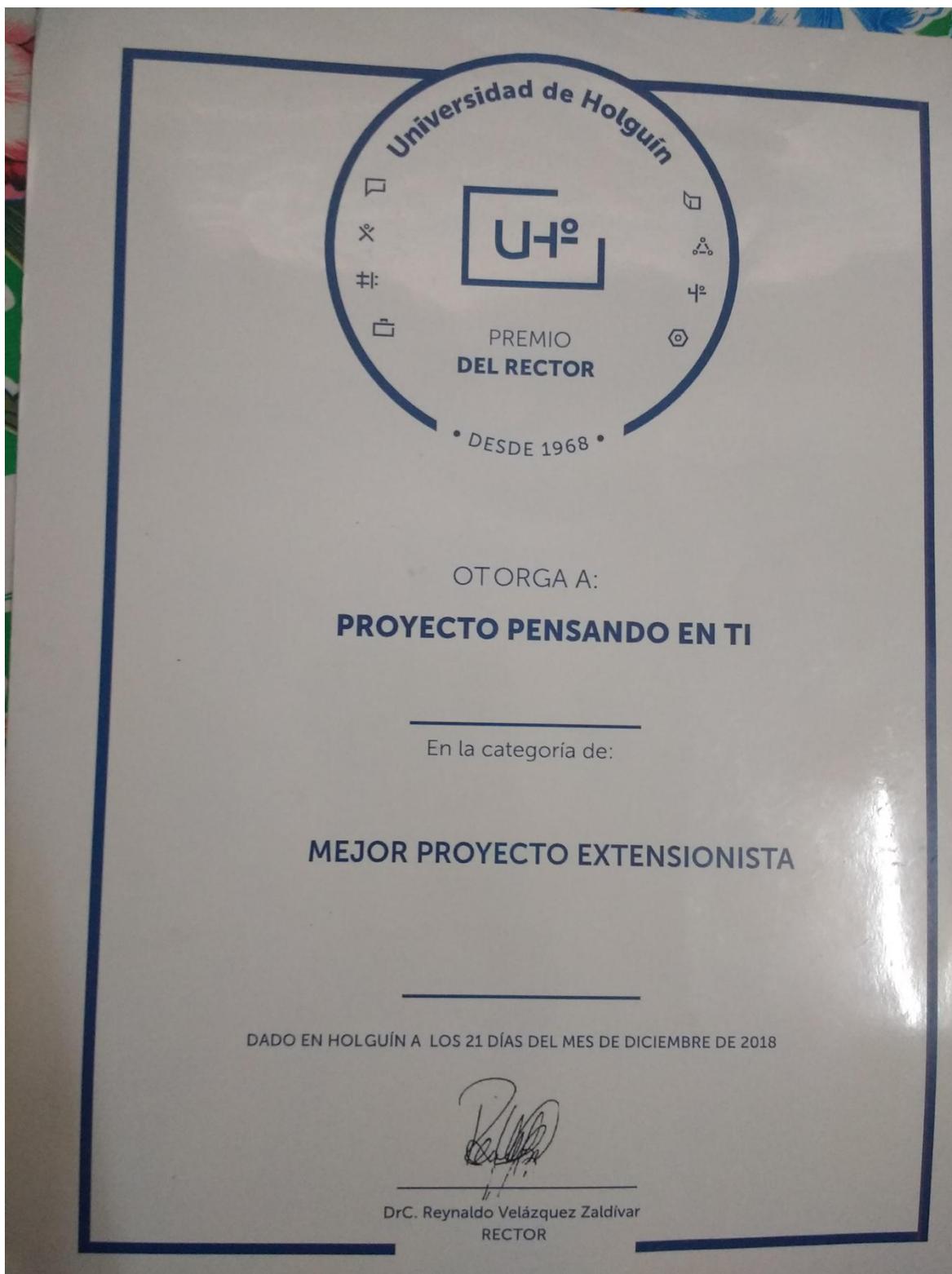
Estas acciones responden al proyecto extensionista que les denominan "Pensando en ti", como parte del resultado investigativo "Metodología para la gestión de actividades recreativas desde la carrera Cultura Física" y logran incidencia favorable en el desarrollo de la recreación en la etapa de Verano, pero además se observa que estos estudiantes han recibido una preparación previa en la Universidad, que unido al trabajo que se desarrolla en el municipio influye favorablemente en el desarrollo de habilidades para la gestión y dirección de las actividades físico recreativas.

Es significativo que trabajaron en comunidades complejas, semiurbanas y rurales y barrios costeros, donde desarrollaron diferentes iniciativas, para incrementar la recreación sana en vínculo directo con los profesores de recreación de los Combinados Deportivos y las organizaciones políticas y de masas.

Director municipal



M.C. Julio Logana Cruz
Subd. Deporte para todos



OPINIÓN DEL TUTOR

Nombre y apellidos del tutor: MsC. David Alberto Machín Pérez

Categoría docente: Profesor Auxiliar

Cargo que desempeña: profesor principal de la disciplina Recreación Física

Opinión del tutor

La investigación que presenta por Daniel González Morales, estudiante de 5to año del Curso Regular Diurno de la carrera Cultura Física, para optar por el título de licenciado, denominada “Programa recreativo para los niños de quinto grado de la escuela primaria Julio Antonio Mella” forma parte del tema “La recreación física y deportes para todos”, que se integra al proyecto institucional “Gestión de la preparación deportiva en la provincia de Holguín”, por lo que responde a las necesidades investigativas del territorio en una de las esferas de actuación del profesional.

La estructura metodológica se corresponde con las exigencias de un trabajo de diploma, lo avala su participación en el taller que se realiza como parte de la preparación de los alumnos que culminan estudio en la carrera Cultura Física, donde asiste con buena preparación y soluciona todas las sugerencias que se les realizan. Durante el proceso investigativo demuestra independencia, creatividad y habilidades para la búsqueda de información, además logra avances significativos en el dominio del idioma materno y de la computación. Utiliza métodos adecuados en la búsqueda, procesamiento y análisis de la información.

Es miembro de la Federación de Estudiantes Universitarios, participó de forma activa en las actividades de esta organización, desde el curso 2016-2017 hasta la actualidad forma parte del proyecto extensionista “Pensando en ti”, con destacada participación en actividades desarrolladas en la Universidad y en la comunidad, trabajó en el municipio Banes en el verano del 2018 y 2019 como profesor de

Recreación Física. Se destaca por su disciplina, modestia dedicación, laboriosidad y compromiso con la carrera que estudia.

De acuerdo a la calidad de la investigación, actualidad, dedicación y trayectoria de la diplomante y los argumentos expuestos con anterioridad, considero que este prestigioso tribunal, puede solicitar a la Rectora de la Universidad de Holguín, el título de licenciado en Cultura Física con una calificación de Excelente.

MS.c David Alberto Machín Pérez

Tutor



**Universidad
de Holguín**

FACULTAD
CULTURA FÍSICA
Y DEPORTES
DPTO. CULTURA FÍSICA