

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL  
DEPORTE  
MANUEL FAJARDO RIVERO

TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER EN  
ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD

Título: Alternativa de actividades físicas recreativas para los niños y niñas de 9 a 11 años en una comunidad rural.

Autor: Lic. Jorge Rodríguez Yero

Tutor: MSc. Argelia C. Portuondo Suárez

Consultante: MSc. Vicente Pérez Velázquez

HOLGUÍN

2011

## INDICE

CONTENIDO	PÁGINA
Introducción.	1
Definiciones de Trabajo.	8
CAPÍTULO 1 Fundamentos teóricos generales del trabajo comunitario en el contexto actual y de alternativa física recreativa.	10
1.2 Consideraciones acerca de la actividad física recreativa.	18
1.3 Consideraciones teóricas acerca de las alternativas.	27
1.4 Características bio- psicosociales de los niños y niñas de 9 a 11 años.	33
1.5 Caracterización de la comunidad Calera 3.	34
CAPÍTULO 2 Alternativa física recreativa para los niños y niñas de 9 a 11 años	36
Alternativa física recreativa para los niños y niñas de 9 a 11 años en la comunidad Calera 3.	36
2.1 Metodología para la implementación de la alternativa física recreativa.	36
2.2 Metodología para la aplicación de la alternativa física recreativa.	40
Conclusiones.	54
Recomendaciones.	55
Referencias bibliográficas	
Bibliografía	
Anexos	

## RESUMEN

La presente investigación parte de la determinación a través de un estudio de diagnóstico de las insuficiencias que presentan los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3 del municipio Urbano Noris Cruz, en cuanto a la participación en las actividades físicas recreativas los fines de semana y las condiciones objetivas y subjetivas que presenta dicha comunidad.

En el desarrollo del trabajo se aplicaron diferentes métodos de investigación de los niveles teórico, empírico y estadístico sobre la base de la aplicación del método participación acción. Como vía de solución al problema, se propone una alternativa de actividades físicas recreativas para los niños y niñas de 9 a 11 años los fines de semana.

Consta de 2 capítulos. En el primer capítulo se profundiza en aspectos teóricos sobre el trabajo comunitario, se realiza algunas consideraciones sobre la actividad física recreativa, se caracteriza a los niños y niñas y la comunidad donde se realizó la investigación.

El capítulo II se hace la propuesta de la alternativa física recreativa con su metodología y los resultados obtenidos. Permite orientar a los promotores de recreación y al resto del grupo comunitario, puede aplicarse en otras comunidades con características similares.

## AGRADECIMIENTOS

A mi hija y nieta por darme su comprensión, aliento y certeza en todo momento.

A mis familiares, vecinos y compañeros de trabajo que siempre confiaron en mí.

A Argelia Portuondo Suárez un agradecimiento especial por guiarme certeramente, quien con alto rigor científico y profesionalidad supo ser una excelente tutora.

A todos aquellos que siempre confiaron en que sí se podía y por imponerme este reto.

A todos gracias.

## INTRODUCCIÓN

Los graves problemas que afectan hoy al mundo como: el hambre, la guerra, las drogas, el desempleo, la violencia, la desunión, entre otros rasgos, exigen una actitud responsable por parte de la humanidad, de ahí la importancia de naciones como Cuba donde lo más importante para sus pobladores es lograr un desarrollo sostenible, que existan las mismas posibilidades para todos sus habitantes y el bienestar de toda su población. Se tiene presente que: “no hay nada más importante que un niño”, se plantea como objetivo para la Educación Primaria la formación integral de la personalidad del escolar, fomentando desde los primeros grados la interiorización de conocimientos y orientaciones valorativas que se reflejen gradualmente en sus sentimientos, formas de pensar y comportamientos acorde con el sistema de valores e ideales de la Revolución Socialista. En consonancia se tiene presente que el niño se educa tanto en la escuela como en las actividades físicas- recreativas que realiza los fines de semanas desarrolladas por los técnicos del INDER y otros promotores culturales.

El 28 de Enero de 1960 en la inauguración de la Ciudad Escolar “26 de Julio” en Santiago de Cuba, el Comandante en Jefe Fidel Castro expresó refiriéndose a los niños allí reunidos: “tienen la oportunidad de divertirse haciendo ejercicios que es también educarse” (1).

Tomando en consideración que el INDER ha establecido un conjunto de actividades organizativas, técnicas metodológicas destinadas a perfeccionar la labor que, desde las escuelas, barrios, asentamientos poblacionales y otros objetivos de la comunidad desarrollan sus especialistas y activistas, en el afán de que las actividades físicas recreativas resulten una alternativa permanente y sistemática para la ocupación del tiempo libre de la población cubana especialmente dirigida a los niños de las zonas rurales se hace necesario continuar impulsando el desarrollo de las ofertas recreativas, para no solo luchar por lograr ser el país más culto del mundo sino además ser el país que cuente con el mayor número de ofertas recreativas del hemisferio.

En estas actividades que se realizan en el contexto escuela, familia, comunidad, se debe emplear métodos y estilos con enfoques participativos, que contribuyan a la creación de espacios en el cual los participantes tengan las posibilidades de tomar parte en la planificación, organización, ejecución, control y evaluación de los mismos, de modo que les permitan satisfacer sus gustos, intereses y necesidades más sentidas.

En los momentos actuales las actividades físicas recreativas juegan un importantísimo papel entre nuestros niños ocupándolos en actividades que fortalecen su salud, los prepara ideológicamente desarrollando intereses más sanos y de esparcimiento en horarios extraescolares y los alejan de manifestaciones negativas como son el alcohol y las drogas entre otras.

Es importante señalar que es una prioridad de nuestro Partido garantizar a todos los ciudadanos la cultura física, así está reglamentada desde los Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución aprobados en el VI congreso del Partido Comunista de Cuba, específicamente el 161 que plantea: “priorizar el fomento y promoción de la cultura física y el deporte en todas sus manifestaciones como medios para elevar la calidad de vida, la educación y la formación integral de los ciudadanos(...)”

Son varios los autores que han abordado la temática entre los que se pueden citar: Estrada (1994), Belmonte, G. (1995), Martínez (2003), Ramos (1997), (Pérez, A (1997, 2003), Arias (1995), Fernández (2001), González (2003), Martínez (2003), García (2003), Esquivel (2005) entre otros. En la provincia Holguín es una línea de investigación seguida por diferentes autores entre los que podemos citar a Zoque (1999), Vázquez (2006, 2007), Mateo (2003, 2007, 2009), González (2005) Carmenate (2009), entre otros investigadores. En el municipio Urbano Noris podemos citar a Hassán (2008) y un grupo de maestrantes insertados a la misma línea de investigación.

Estos autores han abordado el concepto actividad física recreativa desde diferentes aristas las cuales se han tomado como sustento teórico en la presente investigación

pero no se ha abordado el tema desde la contextualización de las condiciones objetivas y subjetivas de la comunidad Calera 3.

Al realizar un estudio diagnóstico dicha comunidad rural y específicamente a los niños y niñas de 9 a 11 años se comprobó que esta no está al margen de insuficiencias que han limitado en cierta medida el desarrollo de forma lógica y coherente las actividades físicas recreativas en función de la comunidad están motivadas porque:

-Son insuficientes las actividades físicas recreativas planificadas con carácter sistemático dirigidas al disfrute placentero y sano de los pobladores, es pobre la participación de los niños y niñas en las actividades planificadas por los diferentes factores de la comunidad y alto número de niños y niñas emplean su tiempo libre asistiendo los fines de semana a actividades religiosas.

Lo anterior permitió declarar como problema científico:

¿Cómo incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en las actividades físicas recreativas en la comunidad Calera 3 del municipio Urbano Noris?

Se declara como Objeto de la investigación:

La actividad física recreativa comunitaria.

Campo de Acción:

Participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en las actividades físicas recreativas comunitaria.

Objetivo:

Elaborar una alternativa de actividades físicas recreativas que permita incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en la comunidad Calera 3 del municipio Urbano Noris Cruz.

Preguntas científicas.

1. ¿Qué fundamentos teóricos generales existen acerca del trabajo comunitario y alternativa física recreativa?
2. ¿Cuál es la situación actual que presenta la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en las actividades físicas recreativas en la comunidad Calera 3?
3. ¿Qué características debe tener la alternativa física recreativa que permita incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en la comunidad Calera 3?
4. ¿Qué factibilidad tiene la aplicación de la alternativa física recreativa para incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en la comunidad Calera 3?

Tareas científicas

1. Fundamentación de los presupuestos teóricos generales que sustentan: el trabajo comunitario en el contexto actual cubano y alternativa física recreativa.
2. Diagnóstico del estado actual de la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en las actividades físicas recreativas en la comunidad Calera 3.
3. Determinación de las características que conforman la alternativa física recreativa dirigida a incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en la comunidad Calera 3 fundamentada en actividades que satisfagan sus gustos y preferencias



4. Valoración de los resultados de la aplicación y la factibilidad de la alternativa propuesta.

Para la realización de esta investigación se emplearon los métodos teóricos, empíricos y matemáticos en forma de sistema para la fundamentación científica del problema, escoger la población y la muestra, en el desarrollo de la investigación, para computar, analizar sintetizar, estudiar, comparar y generalizar los datos recogidos en los distintos instrumentos aplicados y llegar a elaborar las conclusiones y recomendaciones.

Métodos teóricos

Análisis y síntesis. Se utilizó para analizar y sintetizar los datos obtenidos en la revisión bibliográfica, al determinar las causas que provocan el problema a investigar, para la fundamentación de la propuesta de la alternativa física recreativa, determinar las conclusiones y elaborar las recomendaciones

Inducción y deducción. Se utilizó para ir determinando a través de la investigación como fueron aceptadas las actividades propuestas, como se fue modificando la muestra escogida en función de utilizar el fin de semana en las actividades físicas recreativas, para arribar a conclusiones y recomendaciones.

Sistémico estructural – funcional. Se utilizó para la elaboración de la alternativa teniendo en cuenta la determinación de sus componentes, estructura, principio de jerarquía y las relaciones entre ellos que de una manera progresiva y coherente, permitió alcanzar los objetivos propuestos.

Métodos empíricos: cuantitativos y cualitativos.

Estos métodos revelan y explican las características fenomenológicas del objeto. Se utilizaron los siguientes: observación científica, encuesta y entrevista.

La observación participante: se realizó a las actividades incluidas en la alternativa física recreativa propuesta para valorar la participación, la calidad de las actividades, cumplimiento de los objetivos manifestados en el desarrollo de la misma.

La encuesta fue otro de los instrumentos utilizados, se aplicó a la totalidad de la muestra en la fase de diagnóstico y la de control y evaluación de los resultados para conocer las opiniones acerca de las actividades físicas recreativas y de la alternativa aplicada.

La entrevista se aplicó en diferentes momentos de la investigación a los sujetos investigados y a los informantes claves: líderes comunitarios (a la delegada del Poder Popular, promotora de cultura física) padres.

Procesamiento estadístico- matemático.

Se utilizaron para la determinación de la población y la muestra, el procesamiento de los datos y análisis de los resultados de la investigación, con el apoyo de aplicaciones computacionales. Estos son:

Estadística descriptiva: (Cálculo porcentual). Se utilizó para determinar los porcentajes en los instrumentos aplicados y para profundizar en el análisis de los resultados.

Otros métodos utilizados:

Triangulación: a través de este método se validó los resultados propuestos con la implementación de la alternativa propuesta, se triangulan ideas con el objetivo de hacer comparación, enriquecer y dar validez a la investigación.

Población y muestra.

Para la realización del trabajo se tomó una población de 30 niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3, la muestra se escogió de manera intencional

14 que representa el 46,6 % Estuvo compuesta por 7 niños y 7 niñas los cuales cumplían con los indicadores de inclusión.

Indicadores de inclusión: edad comprendida entre 9 y 11 años con irregularidades en la asistencia a las actividades planificadas para los fines de semana.

Aporte práctico: constituye una valiosa herramienta puesta en manos de los activistas comunitarios para contribuir a incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años integrantes de la comunidad donde se realizó la investigación.

La importancia y actualidad de este tema están dadas en que se ofrece una alternativa física recreativa atendiendo a los gustos y preferencias, de los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3, contribuye a brindar satisfacción y el disfrute del tiempo libre, fortalecer los valores y la unidad de la comunidad a partir de las potencialidades que estas ofrecen.

La novedad en el orden científico - metodológico revela que en la propuesta se ha tenido en cuenta las condiciones objetivas con que cuenta la comunidad, los gustos, preferencias de los niños y niñas para que estas se conviertan en un proceso: personalológico, consciente, transformador, responsable y cooperativo y contribuyan al crecimiento personal de los niños y niñas en lo individual y lo social y a la vez que se recreen y ejerciten con ejercicios físicos que los instruyan y eduquen.

El trabajo está estructurado en dos capítulos.

En el capítulo 1 se presenta el resultado de la revisión bibliográfica referente a los fundamentos teóricos que existen acerca de: el trabajo comunitario en el contexto actual cubano, actividad y alternativa física recreativa.

En el capítulo 2 se presenta, la propuesta de la alternativa como la vía de solución al problema, así como el diagnóstico realizado y en segundo lugar el resultado del proceso de validación de la experiencia con la aplicación de la alternativa.

## Definiciones de trabajo

Actividad física recreativa: es la actividad básica que se realiza con funciones objetivas biológicas y sociales, son una necesidad para todos los seres humanos con un marcado interés de promover un contacto alegre en aras de lograr la integración de los individuos al grupo y a la comunidad para un mejor provecho de su tiempo libre.

Actividades físicas comunitarias: se realizan en el marco de la comunidad de forma organizada, en las cuales se insertan las personas de forma voluntaria con el fin de mejorar su nivel de condición física y lograr su bienestar y el de su entorno.

Alternativa: *altertif – alternatus*. Del fr. *Alternative*. Opción entre dos o más cosas /

Efecto de alternar (hacer algo por turno) // Sucederse o derecho que tiene cualquier persona o comunidad para ejecutar algo o gozar de ella alternando con otra // Se contrapone a los modelos oficiales // Que se dice, hace o sucede con alternación.

Alternativa de actividad física recreativa: constituye una variante para la implementación de las actividades atendiendo a las condiciones objetivas y subjetivas de la comunidad siguiendo un cronograma, comprende varias fases o etapas a través de las cuales se transita con el propósito de alcanzar un fin determinado.

Comunidad: es el complejo territorial, cultural que ocupa determinado espacio geográfico, está influenciada por la sociedad, de la cual forma parte, y a su vez funciona como un sistema, más o menos organizado, integrado por otros sistemas de orden inferior (las familias, los individuos, los grupos, las organizaciones e instituciones) que interactúan, y con sus características e interacciones definen el carácter subjetivo, psicológico, a su vez influyen, de una manera u otra, en el carácter objetivo, material, en dependencia de su organización y su posición (activa

o pasiva) respecto a las condiciones materiales donde transcurre su vida y actividad.

Recreación: el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística cultural, sin que para ello sea necesaria una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Participación: es algo más que asistir o estar presente, aunque sea una condición necesaria para que se produzca la participación. Participar es tener o tomar parte, intervenir, implicarse, supone en consecuencia, que la presencia sea activa, comprometida.

## **CAPÍTULO 1 FUNDAMENTOS TEÓRICOS GENERALES QUE EXISTEN ACERCA DEL TRABAJO COMUNITARIO EN EL CONTEXTO ACTUAL CUBANO Y DE ALTERNATIVA FÍSICA RECREATIVA**

En este capítulo se abordan los aspectos esenciales del trabajo comunitario en el contexto actual cubano, precisando los elementos del Trabajo Comunitario Integrado, se realizan consideraciones acerca de la actividad física recreativa, se ofrecen elementos teóricos acerca de la alternativa física recreativa, la caracterización bio psico social de los niños y niñas comprendidos en las edades 9 a 11 años, así como un acercamiento a la comunidad donde se desarrolló la investigación, además, se precisan definiciones conceptuales necesarias

### 1.1 Fundamentos teóricos generales del trabajo comunitario en el contexto actual cubano.

Para poder entender los elementos que caracterizan al Trabajo Comunitario Integrado es necesario analizar algunas categorías básicas que lo sustentan.

En la literatura especializada aparecen numerosas definiciones de comunidad, cada una de las cuales centran más su atención o hace mayor o menor énfasis en determinados aspectos, en dependencia del objetivo fundamental del estudio y de la disciplina desde la cual se realice ese estudio. En la mayoría aparecen cuatro elementos bien definidos:

El elemento geográfico, territorial, natural, referente a un grupo de personas que comparte determinada área geográfica, determinadas condiciones ambientales donde transcurre su vida y la de su familia, y en la cual está plasmada su historia, las influencias del hombre y de todos los factores sociales.

El elemento social como organismo que funciona en correspondencia con mecanismos sociales, y que a su vez pertenece a una organización social mayor, con la cual tiene un conjunto de interacciones y vínculos y recibe un grupo de influencias determinantes.

El elemento socio psicológico, referente a los factores subjetivos que aglutinan y cohesionan a sus habitantes; la existencia de necesidades, objetivos e intereses comunes, y sobre esta base, el desarrollo de determinado nivel de interacción, cooperación y ayuda mutua, que contribuye al acercamiento entre las normas sociales y las orientaciones de valor de los diferentes individuos y familias, que pueden llegar a ser comunes, y el desarrollo de sentimientos de pertenencia, identificación con la comunidad.

El elemento de dirección, referente al papel del líder o líderes populares, la existencia de determinada estructura formal o informal, que dirige o agrupa, cumpliendo la función de coordinación entre los miembros, individuales o colectivos.

El investigador asume la definición de Arias (1995) cuando plantea que comunidad es “un organismo social que ocupa determinado espacio geográfico. Está influenciada por la sociedad, de la cual forma parte, y a su vez funciona como un sistema, más o menos organizado, integrado por otros sistemas de orden inferior (las familias, los individuos, los grupos, las organizaciones e instituciones) que interactúan, y con sus características e interacciones definen el carácter subjetivo, psicológico, de la comunidad, y a su vez influyen, de una manera u otra, en el carácter objetivo, material, en dependencia de su organización y su posición (activa o pasiva) respecto a las condiciones materiales donde transcurre su vida y actividad”. (2)

Esta conceptualización la vemos como la más acabada porque tiene en cuenta los elementos de interacción entre sistema: la comunidad y los grupos, familias, individuos, organizaciones e instituciones.

Existen varias clasificaciones de comunidad. En este caso se utilizan dos aspectos fundamentales:

Por la ubicación territorial pueden ser: urbanas, rurales y suburbanas, montañosas, costeras, entre otras.

Por el renglón económico fundamental pueden ser: mineras, cañeras, agrícolas, portuarias, cafetaleras, entre otras.

En la investigación se asume que la comunidad objeto de estudio se inserta como comunidad rural, cañera.

El desarrollo comunitario ha sido analizado por diversas personas y desde diferentes ángulos: sociológico, psicológico, filosófico, pedagógico, médico, entre otros. Sin embargo coinciden en el siguiente aspecto: proceso de agentes de cambios de su realidad.

La investigadora Ware (1979) define el desarrollo comunitario como “proceso para suscitar grupos funcionales de ciudadanos capaces de ser los agentes activos y responsables de su propio progreso, usando para ello como medio la investigación en común de los pobladores locales, el planeamiento y la ejecución por sí mismos de las soluciones que antes convinieron y la coordinación voluntaria con los demás grupos y con las autoridades oficiales de modo que se obtenga el bienestar total de la comunidad” (3 )

Los elementos antes señalados aportan mecanismos decisivos para comprender el proceso de desarrollo comunitario y reafirman una vez más que la escuela es el centro cultural más importante de la comunidad; pero la organización y el liderazgo comunitario es decisivo para la materialización de ello.

Ander-Eggs (1982) define al trabajo comunitario como “técnica social de promoción del hombre y de movilización de recursos humanos e institucionales mediante la participación activa y democrática de la población en el estudio, programación y ejecución de programas. Se trata de esfuerzos y de acciones surgidas por la iniciativa y la dirección de la comunidad, aunque para su despegue haya necesitado de una acción o asesoría externa. Actúa a nivel psicosocial, mediante un proceso educativo que desenvuelve virtualidad latente y desarrolla potencialidades en individuos, grupos, comunidades, para mejorar sus condiciones y nivel de vida”. (4)



Hasta ahora se ha valorado los principales elementos teóricos que fundamentan al trabajo comunitario desde otras perspectivas. Además de estos, se tiene que tener claro la actualidad, importancia y necesidad del trabajo comunitario Integrado en Cuba.

“El Trabajo Comunitario Integrado es toda actividad deliberada y útil que realiza la comunidad, no es sólo la acción social para la comunidad, ni en la comunidad, ni siquiera con la comunidad; es un proceso de transformación desde la comunidad: soñado, planificado, conducido, ejecutado y evaluado por la propia comunidad.” (5)

La Comisión para el Trabajo Comunitario Integrado realizó un importante diagnóstico comunitario nacional estableciendo las prioridades fundamentales para la orientación de los proyectos dirigidos al desarrollo comunitario, por ello no es un evento casual, que en este mismo período se haya desarrollado en Cuba un importante movimiento de desarrollo comunitario a sus diferentes instancias, de acuerdo a las características y necesidades de cada territorio, reflejándose además una importante voluntad política de soporte hacia estas iniciativas, que en muchos casos surgen de la población y en otros, aparecen potenciadas por diferentes entidades de salud, cultura, INDER, educación, etc.

En el caso que nos ocupa el Trabajo Comunitario está integrado por la interacción de la escuela, la familia y la comunidad educativa para articular de manera coherente los diferentes factores existentes en función de dinamizar las potencialidades que tienen influencias en el desarrollo de las actividades extraescolares incluyendo las físicas recreativas los fines de semana con los niños y niñas de la comunidad Calera 3. Esta investigación se inserta al proyecto en el cual se están realizando otras investigaciones referidas a otros temas por ejemplo se pueden citar: Hassán (2008), Pupo (2011), Reyes (2011), Martínez (2010) por las características antes referidas.

Puede afirmarse que las mayores deficiencias que enfrenta el trabajo comunitario en esta localidad tienen que ver con el funcionamiento de las estructuras de

dirección de las comunidades, en especial su organización, integración, participación y dinámica social, determinadas por diferentes causas:

Durante muchos años después del triunfo de la Revolución los problemas de las comunidades en Cuba eran resueltos por el Estado, en muchos casos antes de que la propia comunidad los identificara como tal. Esto conformó una manera de actuar un poco a la espera de las soluciones.

La visión de que se debe hacer estrictamente lo orientado, concebido homogénea y uniformemente sin tener en cuenta las particularidades de cada lugar y sus intereses específicos, que a su vez encuentran terrenos propicios para su permanencia en el modo de participación enraizado, previsto como respuesta a movilización (espera por lo que se oriente), desarrollo sin creatividad, entre otros, en buena medida engendrado por los propios métodos y estilos de dirección empleados.

Generalmente se utilizan métodos autoritarios no solo en la convocatoria, sino también en la conducción de las reuniones y la planificación de acciones.

Multiplicidad de programas y proyectos institucionales que actúan simultáneamente y en su mayoría no son impulsados por la comunidad y no se mueven dentro de una estrategia de desarrollo local. No articulan sus objetivos y métodos por ser programa sectorializado lo que provoca choques, abulia y por tanto disminución de la eficiencia y de la efectividad.

Con frecuencia los proyectos son traídos a la comunidad en función de los intereses de los investigadores o las instituciones. Es decir que son concebidos para la comunidad y no desde ella.

Los que realizan la conducción de los proyectos, no suelen estar preparados para provocar participación y limitan el diálogo a una comunicación eminentemente informativa, orientadora o consultiva.

Las decisiones más importantes las toman un grupo reducido de personas, lo que obstaculiza el nivel de compromiso y protagonismo de la población.

A partir de lo anterior, el desarrollo de un proceso participativo deberá involucrar conjuntamente a líderes comunitarios, organizaciones existentes (sociales y políticas) de la comunidad con la participación de las instituciones y organismos del Estado; y de esa forma se contribuye al fortalecimiento e interrelación en el abordaje de la problemática del barrio y sus pobladores.

Se precisan por tanto diferentes elementos metodológicos claves para llevar a vías de hecho el trabajo comunitario integrado.

1. Tener en cuenta el liderazgo real existente (puede o no coincidir con el líder formal).

(Si no coincide, el formal debe saber usar los informales para los propósitos de la comunidad).

1. Articulación de fuerzas. Romper la psicología institucional e integrarse.

2. Lograr que los objetivos de trabajo para que sean verdaderamente integrales no sean formados por quién dirige la experiencia sino con criterio de grupo. (Hay que buscar indicadores de impacto más que de proceso).

3. Toda comunidad es ella misma una estructura compleja con grupos cuyos intereses no son idénticos (ejemplos. jóvenes y ancianos). Hay que identificar no sólo líderes; sino sub líderes.

4. Este proceso tiene un desarrollo progresivo.

La movilización y la acción de los pobladores tendrán un sentido dirigido a la búsqueda de soluciones concretas a las dificultades identificadas.

El autor de la investigación asume los criterios abordados al respecto planteados por Ander-Eggs (1982), Arias (1995), la Comisión para el Trabajo Comunitario Integrado (1990), Santos Hassán (2008), Hernández Freeman (2009) al coincidir que el Trabajo Comunitario Integrado es la integración de todos los pobladores de la comunidad para realizar trabajos en común en beneficio de la comunidad en búsqueda de soluciones concretas tomando en cuenta los intereses de la gran comunidad.

Es importante señalar que en este trabajo participen todos los factores que convergen en la comunidad, canalizando las inquietudes a través de las organizaciones comunitarias para que se logre un proceso participativo en beneficio de todos.

Se debe destacar que la participación es algo más que asistir o estar presente, aunque sea una condición necesaria para que se produzca la participación. Participar es tener o tomar parte, intervenir, implicarse, supone en consecuencia, que la presencia sea activa, comprometida. La participación no es un fin en sí, algo que se explica y justifica por sí misma, sino un medio. No se puede participar en abstracto, sino en algo concreto. Esto quiere decir que la participación, contra lo que se quiere creer frecuentemente, no es nunca el resultado de una casualidad, un hecho espontáneo o mágico que aparece sin razón aparente como fruto del voluntarismo de sus miembros.

Para que la participación se produzca es preciso que exista un conjunto de condiciones, según el criterio del español De la Riva (2002) y con el cual se coincide.

Querer participar: la motivación como condición necesaria para la participación consciente. La motivación se alcanza partiendo de las necesidades, intereses ideológicos, satisfacción socio afectivo y percepción de rentabilidad.

Saber participar: para que la participación pueda producirse, no basta con que las personas quieran participar, es preciso que sepan como hacerlo, que cuenten con

condiciones, capacidades, habilidades o destrezas necesarias para tomar parte, para intervenir en la consecución de los objetivos, en la satisfacción de sus motivaciones y necesidades y para hacerlo de forma colectiva.

Poder participar: no es suficiente para que se produzca la participación con que sus miembros cuenten con los conocimientos necesarios, es necesario que existan los espacios, las ocasiones, los cauces, las estructuras que posibiliten la participación efectiva. Aquí juega un papel importante la organización de la participación.

De este modo, con la participación así concebida, las personas rompen con la dicotomía objeto-sujeto al interaccionar constantemente como resultado de su acción.

De acuerdo con la explicación anterior se considera que el trabajo comunitario está centrado en el crecimiento de las potencialidades culturales de la comunidad, descansa en la política cultural de cada estado, es multisectorial por su nivel de incidencia, prevalece la concepción antropológica del desarrollo comunitario, utiliza métodos cualitativos tales como la educación popular, la animación sociocultural, prioriza el enfoque endógeno del desarrollo, su principal instrumento de trabajo es el proyecto cultural –deportivo y recreativo.

El trabajo comunitario es una actividad de socialización educativa que las instituciones deben compartir con vistas a extenderlos en la comunidad y a la familia cubana para crear un entorno pedagógico que actúe como un sistema dinámico de influencias y exigencias de formación de las nuevas generaciones y de elevación de la calidad de vida de la población en general.

De todas las instituciones que existen en las comunidades cubanas precisamente es la escuela la de mayores potencialidades transformadoras, por ser la más masiva la de mayor calificación pedagógica y la que tiene el encargo social de la educación. La escuela es afectivamente y de manera sistemática la más ligada a la familia y a la comunidad porque en ella están sus miembros más queridos, los

niños. Esta circunstancia no se puede enajenar con muros y con cercas, la escuela es el segundo hogar y su claustro lo integran también la familia y la comunidad.

El verdadero trabajo comunitario no se puede hacer al margen del liderazgo, ni impuesto desde afuera. Mientras mejor se conozca la comunidad mejor se podrá incorporar a todos a la labor por transformarlas, siempre en el sentido que la gente quiere.

Tomando en consideración la teoría anterior se inserta este trabajo de investigación al grupo de Trabajo Comunitario en la comunidad Calera 3 con la propuesta de la alternativa de actividades físicas recreativas con los niños y niñas de dicha comunidad.

#### 1.2 Consideraciones acerca de la actividad física recreativa.

Para hablar de la actividad física recreativa primero hay que referirse a dos términos muy asociados a ella y no menos importantes. Contextualizaremos los referidos a la recreación abordado por varios autores entre los que se destacan: Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés, Harry A. Overstrut profesor norteamericano, sociólogo y economista norteamericano Thorstein Veblen, " The Theory of Leisure Class". Pérez (2003) y el definido en la convención realizada en Argentina en 1967 y la cual mantiene su plena vigencia y se asume en la presente investigación que plantea: "La recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad" ( 6)

En la actualidad como vía para perfeccionar las actividades físicas comunitarias numerosos autores han abordado el tema entre los que podemos mencionar: Alfaro( 2000), Vázquez( 2006), Suárez ( 2010), Ramírez ( 2010), Sejas( 2010),

Bueno( 2006), Ochoa ( 2008), Carmenate ( 2010) procedentes de la Universidad de las Ciencias del Deporte de Holguín.

Asociado a la recreación encontramos el término tiempo libre este ha sido tratado por diferentes autores entre los cuales podemos destacar : B. Grushin, destacado sociólogo soviético, Pérez( 2003), Zamora y García ( 2000) quienes lo definen como: "Aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para sí, una vez que con su trabajo (de acuerdo a la función o posición de cada uno de sus miembros) ha aportado a la colectividad, lo que esta necesita para su reproducción material y espiritual siendo, a su vez, premisa para una reproducción material y espiritual superior. Desde el punto de vista del individuo se traduce en un tiempo de realización de actividades de opción no obligatorio, donde interviene, su propia voluntad, influida por el desarrollo espiritual de cada personalidad ".( 7).

A esta definición se adscribe en la presente investigación porque el tiempo libre lo utiliza el individuo una vez satisfecha sus necesidades materiales y lo utiliza en la realización de actividades no obligatorias.

Refiriéndose al tiempo libre Carlos Marx desde el siglo XIX planteó: " En el socialismo el tiempo libre se dedica por entero a la formación de la personalidad comunista, de manera integrada que lo capacita para vivir en la sociedad comunista, que se caracteriza por la disponibilidad del tiempo libre " (8).

Es por ello que se debe encausar de una manera armónica, dirigida y sistemática el empleo del tiempo libre de la población general y de los escolares en específico para contribuir al desarrollo integral de su personalidad.

Muchos autores han señalado la estrecha relación que existe entre el tiempo libre y la recreación. Esta relación expresa sobre todo que el tiempo libre es uno de los elementos necesarios que constituyen la recreación.

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 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 la sociedad.

De estos aspectos se deriva la necesidad de implementar las actividades físicas recreativas asociadas a la comunidad.

La importancia creciente de la Cultura Física en el mundo se determina, por una parte, por las variaciones en el modo de las personas, lo que conduce a la necesidad del aumento de la actividad física de las mismas y por otra parte por el creciente potencial de la cultura física como un vector en desarrollo de la economía nacional.

Las actividades físicas recreativas, en su multiplicidad de alternativas contribuyen a la elevación sustancial de la calidad de vida de la población, con el mantenimiento de un buen estado de salud física y mental, previniendo el vicio y las conductas que comprometan la estabilidad de la sociedad.

El deporte participativo, los juegos tradicionales, el espectáculo deportivo, la Cultura Física en general, son manifestaciones del hecho cultural que contribuyen a la formación y consolidación de la identidad nacional y al desarrollo de sentimientos de pertenencia a la nación, como arma en la singular batalla de ideas que hoy libra nuestro pueblo.

En la actualidad las actividades físicas recreativas son consideradas como una necesidad para todos los seres humanos de todas las edades, ya sean como factor de salud, condiciones físicas, como base del deporte, forma de vida activa para el bienestar del hombre y formadora de valores educativos, volitivos y culturales.

Tradicionalmente se le ha querido mirar como una actividad destinada a llenar el tiempo libre del individuo, junto con otras actividades. Sin embargo, estos análisis se han realizado a la luz de concepciones o formulaciones conceptuales que no



guardan relación en muchos casos con la valoración que debe tener este concepto en una sociedad contemporánea.

Estas han resultado ser una necesidad de la sociedad, por lo que se puede afirmar que desde tiempos remotos ha tenido diversas formas de manifestarse por la especie humana, la que ha venido transformándose y logrando cada vez una forma más organizada.

En Cuba se desarrollan con sistematicidad y el gobierno le ha dado una especial atención a la educación, recreación y el deporte, lo que ha permitido su ubicación en planos estelares a nivel internacional. Su objetivo está relacionado con el cuidado de la salud del hombre y el desarrollo integral, constituyendo una vía esencial para el desarrollo de los valores de niños y jóvenes.

Señala Pérez (2003) y del cual se asume: “ Para nosotros la actividad física-recreativa o activa no es una forma de llenar el tiempo libre de quienes lo poseen, no adopta características discriminatorias en sus diversas manifestaciones, ni menos es una mercancía que se ofrece a quien mejor pueda pagarla, muy por el contrario, ella se constituye en una actividad básica en el objetivo de (9)

- 1.- Liberar carga de tensión nerviosa.
- 2.- Aumentar la capacidad de respiración
- 3.- Aumentar la capacidad de circulación e irrigación cerebral.
- 4.- Oxigenar todos los tejidos del cuerpo.
- 5.-Consumir los excesos de grasa y ayudar a la función digestiva
- 6.- Ayudar a las funciones de eliminación.

Con el cual coincidimos en la presente investigación.

Funciones de la actividad física- recreativa:

- Cumple funciones objetivas biológicas y sociales. Entre las de marcado carácter biológico tenemos:
- Regeneración del gasto de fuerza mediante la recreación activa.
- Compensación del déficit de movimiento (falta de actividad muscular dinámica), en el desarrollo normal de la vida.
- Optimización de las funciones físicas fundamentales, es decir aumento del nivel de rendimiento físico.
- Perfeccionamiento de las capacidades coordinadoras y de las habilidades físico-motoras, especialmente con el fin de una utilización del tiempo libre, rica en experiencias y que promueva la salud.
- Estabilización o recuperación de la salud.

Teniendo en cuenta que estas funciones objetivas también tienen repercusiones sociales directa o indirectamente, se pueden mencionar como funciones objetivas sociales las siguientes:

- Empleo del tiempo libre de forma creativa y rica en experiencias.
- Fomento de las relaciones sociales.
- Ampliación de los niveles de comunicación y del campo de contacto social.
- Contacto social alegre en las experiencias colectivas.
- Pre conocimiento social en los grupos y a través de ellos.
- Regulación y orientación de la conducta.

La vinculación entre los objetivos biológicos y sociales es una característica típica de la actividad física recreativa, la cual tiene grandes consecuencias para su estructura, y para el contenido y la organización finalmente de todos sus procesos básicos. Las funciones sociales y biológicas se condicionan y tienen una interdependencia a la hora de su realización. La actividad física recreativa, con un marcado interés por promover el contacto social alegre, se encuentra también, en el rango de una escala social de valores relevantes, al igual que las formas dirigidas al aumento de los rendimientos.

En aras de alcanzar un efecto útil social e individual, los esfuerzos deben orientarse a garantizar una relación equilibrada dentro de ambos complejos de funciones (sociales y biológicas).

El grado de integralidad individual y social de los efectos de la actividad física recreativa que se pretende alcanzar está ligado al complejo efecto de los componentes naturales y sociales. Una premisa decisiva para la realización de las funciones objetivas.

Estas actividades constituyen acciones de socialización que tienden a crear vínculos entre los participantes produciéndose un proceso de identificación entre sí y a la vez con el entorno, contribuyendo también al mejor disfrute y conocimiento de la oferta recreativa y en consecuencia, aumentando el nivel de satisfacción de las expectativas individuales y la integración social.

Enfatizando estos elementos teóricos - metodológicos, quisiéramos plantear que es necesario tener en cuenta los gustos y preferencias recreativas de la población en su diversidad de grupos de edades, de géneros entre otras. De modo que no es posible concebir y desarrollar un buen proyecto recreativo si no se tiene en cuenta un efectivo trabajo de levantamiento, o búsqueda de información en el terreno, y un cuidadoso diagnóstico en función de los objetivos planteados cuando se programen actividades físicas recreativas. Tenemos que tener muy presente los aspectos que permitan sostener este enfoque, ya que la función principal de cualquiera de estas actividades es lograr junto a la más elevada y plena participación, la elevada y plena satisfacción.

La capacidad de actuar física recreativamente tiene que llevar implícita la seguridad de que cualquiera que sea el resultado individual, en cada participante debe quedar el sabor del disfrute, la sensación de haber encontrado la satisfacción que esperaba llena de alegría, de relaciones humanas, de identificación y afirmación de los deseos y aspiraciones conllevan el pleno disfrute y la satisfacción de las expectativas de vida.

En las poblaciones rurales se hace imprescindible la organización de las actividades físicas recreativas como vía eficaz para la dinamización del uso del tiempo libre de esas poblaciones mediante la concepción de que no es necesario trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa.

La organización de los vecinos, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones de la realización de las actividades, crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de la vida de estos.

Se deben crear adecuadas condiciones para organizar las actividades físicas recreativas lo más cerca posible de las casas utilizando los terrenos que existen o acondicionando áreas específicas con la colaboración de todos.

Es importante en estas comunidades establecer el espacio para que los niños y niñas se les ocupe su tiempo libre con actividades físicas recreativas que contrapongan las influencias que puedan incidir sobre ellos como la religión, el alcoholismo y las drogas. Podemos afirmar que:

Las actividades físicas recreativas provocan y desarrollan en la comunidad:

- Buenas relaciones sociales.
- Sentido de pertenencia zonal (regionalismo)
- Atmósfera de sugerencia social por la zona (identificación)
- Preservación de la propiedad social
- Conciencia de participación por la comunidad.

Es importante estas actividades para los niños y niñas porque por sus particularidades del desarrollo físico necesitan tomar parte en juegos y actividades que favorezcan su desarrollo, y que han causado placer a través de las edades históricas: trepar, correr, rodar, andar, nadar, bailar, patinar, jugar, con pelotas, cantar, ejecutar instrumentos musicales, hacer cosas con sus propias manos, jugar y trabajar con palos, piedras, arena y agua, construir, modelar crear animales

domésticos, la jardinería y la naturaleza, participar en juegos por equipos, realizar actividades en grupos, tener aventuras y expresar su espíritu de camaradería, siendo compañero de empresas con otros, este principio postulado por la "Asociación Internacional de Recreación" ya hace algunos años mantiene su plena vigencia. En las comunidades rurales los niños y niñas realizan todos estos juegos pero se hace necesario encausarlos, dosificarlos para que tengan un efecto positivo en su personalidad y en el desarrollo de una vida sana y placentera.

La práctica de las actividades físicas recreativas es sumamente importante para los niños y niñas el trabajo fuera de la escuela tiene gran importancia realizado tanto por el sistema de las instituciones y organizaciones socio educativas, como las recreativas propiamente.

Las actividades en el tiempo libre se realizan como la expresión del interés de los niños y niñas hacia las distintas formas de actividad del movimiento en base a la libre voluntad. Eso crea una buena situación para la influencia educativa.

En algunos momentos hay dudas sobre si las actividades dirigidas en el tiempo libre tienen motivación, planteándose que esta dirección puede matar la espontaneidad de los participantes. Sin embargo las actividades dirigidas posibilitan el juego para todos los niños y niñas en partes iguales.

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

Es importante para los niños y niñas el desarrollo de estas actividades porque son parte integral de la formación multilateral de la personalidad, constituyendo un proceso pedagógico encaminado al desarrollo de las capacidades del rendimiento físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional de su organismo, la formación y el mejoramiento de sus habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y desarrollo de convicciones, de forma tal que estén

en condiciones de cumplir todas las tareas que la sociedad señale, de ahí su gran importancia en los momentos actuales.

Las actividades físicas recreativas se desarrollan en grupos.

La existencia de grupos y colectivos invocan la obra de Vygotski y sus continuadores como referente teórico y metodológico la Zona de Desarrollo Próximo, es un concepto clave que expresa de manera integral una comprensión de la formación, el desarrollo y el funcionamiento de la subjetividad. La definición clásica referida a la acción de diagnóstico de competencias en niños y niñas, refiere que esta zona es: "...la distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz."(10).

La relación con el otro es concepción capital de la obra de Vygotski, la ley genética del desarrollo, que postula que todo proceso psicológico aparece dos veces: primero en una relación interpersonal, como dominio compartido de la ejecución del proceso; después como dominio intrapersonal, como competencia individual (11).

Asumimos esta definición pues las actividades propuestas en la alternativa están encaminadas a garantizar que los niños y niñas desarrollen sus capacidades, valores, conocimientos y que desarrollen su personalidad a partir que estas sean cooperativas, desarrolladoras partiendo de los gustos y preferencias y así socializan el aprendizaje, la satisfacción por estar compartiendo sus habilidades con la participación de los diferentes agentes de la comunidad. Esto permite un mejor desarrollo físico y volitivo.

Consideramos importante analizar otras definiciones dadas por diferentes autores acerca de grupo y clima psicológico para realizar este trabajo.

Un grupo: es un conjunto de personas que interactúan directamente entre sí (cara a cara), durante un tiempo relativamente estable, para alcanzar determinadas metas, mediante la realización de una tarea.

Además plantean que las características son.

Interacción entre sus miembros.

Estabilidad relativa.

Metas u objetivos comunes.

Tarea común.

Los grupos se pueden clasificar en formales y no formales.

Grupos formales: son los organizados por la sociedad, mediante diversas instituciones, por ejemplo estudiantil, deportivo, una brigada de trabajo etc.

Grupos no formales: se forman de manera espontánea sobre la base de la simpatía, la amistad, la comunidad de costumbres, intereses o aficiones, la confianza, los rasgos comunes de la personalidad. Ejemplo grupos de amigos.

Clima psicológico: es aquel reflejo psicológico subjetivo de la atmósfera emocional y afectiva del grupo, su ambiente y temperatura que emana de la propia dinámica. Un buen clima implica que los miembros del grupo tienen sentimientos de pertenencia hacia él.

### 1.3 Consideraciones teóricas acerca de las alternativas

El término alternativa es comúnmente empleado por varias ramas de las ciencias. A continuación se fundamentan algunas consideraciones acerca del concepto alternativa. El Diccionario de la Lengua Española plantea:

Alternativa: altermif – alternatus. Del fr. Alternative. Opción entre dos o más cosas /

Efecto de alternar (Hacer algo por turno) // Sucederse o derecho que tiene cualquier persona o comunidad para ejecutar algo o gozar de ella alternando con otra // Se contrapone a los modelos oficiales // Que se dice, hace o sucede con alternación.

(Tomado del Diccionario de la Lengua Española. Real Academia Española. 2001p. 125.)

Alternativa: Es el resultado de un proceso intelectual derivado del estudio del diagnóstico de situaciones educativas. Se concreta mediante la diversidad de forma, tales como dilemas, actividades, ejercicios y tareas entre otros para que sean seleccionados en dependencia de la conveniencia de su trabajo transformador en los sujetos, una vez terminados sus necesidades educativas (Daudinot 2003).

Alternativa: constituye una modalidad, una opción entre dos variantes que estructuran determinadas prácticas dentro del proceso docente educativo responde a una necesidad. Puede utilizarse como espacio de concreción en el aula u otro lugar que designe el docente y tiene por objetivo incidir en la formación integral de los estudiantes (González 2005). Se puede afirmar que la alternativa es un resultado científico que permite solucionar los problemas que se plantean en el desempeño comunitario como expresión de una necesidad social, la transformación por cuanto es flexible, dinámica e incentivadora a partir de una teoría existente y teniendo en cuenta la experiencia práctica directa, produce nuevos conocimientos y por ende se debe transformar la realidad social.

Según De Armas Ramírez (2003), la alternativa como resultado científico, se caracteriza por diferentes rasgos, entre los cuales resultan fundamentales los que a continuación se señalan:

Concepción con enfoque sistémico en el que predominan las relaciones de coordinación, aunque no dejan de estar presentes las relaciones de subordinación y dependencia.



Una estructuración a partir de fases o etapas relacionadas con las acciones de orientación, ejecución y control, independientemente de la disímil nomenclatura que se utiliza para su denominación.

El hecho de responder a una contradicción entre el estado actual y el deseado de un objeto concreto ubicado en el espacio y en el tiempo, que se resuelve mediante la utilización programada de determinados recursos y medios.

Un carácter dialéctico que le viene dado por la búsqueda del cambio cualitativo que se producirá en el objeto (estado real a estado deseado), por las constantes adecuaciones y readecuaciones que puede sufrir su accionar y por la articulación entre los objetivos (metas perseguidas), entre otras.

La adopción de una tipología específica que viene condicionada por el elemento que se constituye en objeto de transformación. Esta última categoría resulta esencial a los efectos de seleccionar cuál variante utilizar dentro de la taxonomía existente.

Su irrepetibilidad, las alternativas son casuísticas y válidas en su totalidad solo en un momento y contexto específico, por ello su universo de aplicación es más reducido que el de otros resultados científicos. Ello no contradice el hecho de que una o varias de sus acciones puedan repetirse en otro contexto.

Su carácter de aporte eminentemente práctico debido a sus persistentes grados de tangibilidad y utilidad. Ello no niega la existencia de aportes teóricos dentro de su conformación. De Armas, Nerelys y col.2003

De Armas Ramírez señala que los rasgos referidos anteriormente condicionan en la elaboración de las alternativas, la presencia de los siguientes elementos:

Existencia de insatisfacciones respecto a los fenómenos, objetos o procesos educativos en un contexto o ámbito determinado.

Diagnóstico de la situación.

Planteamiento de objetivos y metas a alcanzar en determinados plazos de tiempo.

Definición de acciones que respondan a los objetivos trazados y entidades responsables.

Planificación de recursos y métodos para viabilizar la ejecución.

Evaluación de resultados.

El plan general de una alternativa debe reflejar un proceso de organización que sea coherente, unificado, integrado, sistémico, transformador y flexible. Debe partir de un diagnóstico en el que se evidencie un problema a resolver, la proyección y ejecución de acciones inmediatas, intermedias y mediatas, que de manera progresiva y coherente permita alcanzar los objetivos propuestos.

Aunque estos autores abordan indistintamente las definiciones, las mismas poseen un eje común con una visión de futuro; es decir, la conciben como una opción, una modalidad, una conveniencia en el proceso, las cuales se diseñan y ajustan a la realidad en función de alcanzar metas educativas superiores, sin embargo el autor asume el concepto de alternativa brindado por Daudinot I, (2003) puesto que el tema de este trabajo parte de un diagnóstico previo para determinar las principales causales que han venido incidiendo en la pobre participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas a través de la cual se diseña la intervención en este contexto con la finalidad de lograr una transformación en los componentes declarados que irradian un mejoramiento en la participación.

Para elaborar la Alternativa Recreativa se efectuó un profundo estudio de la bibliografía consultada, además experiencia profesional relacionadas con el tema, se utilizan los métodos teóricos descritos en la introducción, se definen los elementos fundamentales en el modelo y sus criterios de construcción, concibiendo que este debía ser sencillo, asequible a técnicos que se encargarán para su implementación y evaluación, considerando que debía ofrecer la suficiente información que permitiera su aplicación en la práctica utilizando las

potencialidades que brinda la comunidad en función de lograr este objetivo. En la conformación de la alternativa se incluyen diversos tipos de actividades, a partir de los criterios de los niños y niñas en su planificación y su desarrollo se tiene en cuenta los siguientes aspectos:

Fases de la alternativa física recreativa

Se establecen tres fases para el proceso de análisis e inclusión de la alternativa.

Fase 1 Diagnóstico participativo.

El objetivo de esta fase es diagnosticar el estado actual de las necesidades físicas recreativas que tienen los niños y niñas de 9 a 11 años así como los juegos y actividades que resultan más favoritos para los niños y niñas de la comunidad en el tiempo libre con el empleo de técnicas participativas.

Acciones:

1. Estudio de los documentos que regulan el sistema de actividades físicas y recreativas en la comunidad.
2. Diagnóstico de los juegos y actividades preferidas por los niños y niñas a través de la aplicación de los métodos empíricos como la encuesta y la entrevista.
3. Determinación de las áreas en las que se realizarán las actividades.

Fase 2 Planeación y aplicación de las actividades

Su objetivo es diseñar y aplicar las actividades físicas recreativas para incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3.

Acciones

1. Explicar las actividades físicas recreativas a desarrollar de manera sencilla lógica, comprensible y asequible.
2. Ser preciso en la explicación.
3. Favorecer el entusiasmo y la cooperación entre ellos.

4. Tener en cuenta las características psicológicas de los participantes.
5. Implementar las actividades según cronograma.

### Fase 3 Control y evaluación.

El objetivo es evaluar las fortalezas y debilidades en la aplicación de las actividades físicas recreativas.

#### Acciones

1. Evaluar lo realizado hasta el momento.
2. Evaluar los nuevos desafíos que han emergido como parte del proceso.
3. Diseñar nuevas acciones para profundizar y sistematizar los resultados.

Es importante destacar que en la alternativa se incluyen actividades tradicionales que en la comunidad investigada no formaban parte del quehacer diario de estos niños y niñas, tiene como elementos distintivos:

Se tiene en cuenta los gustos y preferencias de los niños y niñas de 9 a 11 años las potencialidades económicas, geográficas e históricas de la comunidad, así como las instituciones y factores sociales de la misma, se integran en una actividad varias de ellas para enriquecer la calidad de las acciones que se desarrollen, tienen un carácter planificado donde se prevé la participación de los agentes implicados y los recursos necesarios.

Las actividades que se proponen tienen la siguiente estructura:

Titulo: se refiere al nombre de la actividad propuesta.

Objetivo: el fin que se persigue con el desarrollo de cada actividad.

Tiempo de duración: es el periodo de tiempo que se destinará para el desarrollo de cada actividad planificada.

Recursos necesarios: materiales didácticos, locales con condiciones ambientales, instalaciones, medios deportivos u otros necesarios para la realización de las actividades.

Descripción: es la forma en que se propone desarrollar la actividad

#### 1.4 Características bio- psicosociales de los niños y niñas de 9 a 11 años.

En este epígrafe se caracteriza a los niños y niñas de las edades, comprendidas en la investigación, atendiendo a sus rasgos psicosociales y biológicos lo que permite la proyección de las actividades.

Para el desarrollo exitoso las actividades físicas recreativas es muy importante tener en cuenta las características de los niños y niñas comprendidos en la edad objeto de estudio.

Los niños y niñas entre los 9 a 11 años, su actividad fundamental va transitando paulatinamente del juego hacia el estudio, no obstante su nivel de desarrollo es superior al de sus congéneres más chicos.

Logran niveles superiores en el desarrollo del control voluntario de su actividad de aprendizaje, acciones que desempeñan un papel importante en elevar el nivel de conciencia, los aspectos relativos al análisis reflexivo y la flexibilidad como cualidades que van desarrollándose en el pensamiento, tienen en este momento mayores potencialidades para ese desarrollo.

Los niños y niñas son capaces de emitir juicios y valoraciones sobre personas y personajes y situaciones tanto en la escuela, la familia, como la sociedad general. Aceptan las indicaciones de los adultos, ven en las conductas lo positivo y lo negativo. Otra tendencia es agruparse a realizar actividades (a veces con el mismo sexo), fiestas, acampadas entre otras. Muestran cada vez mayor independencia al ejecutar sus ejercicios y tareas de aprendizaje. La valoración de los niños y niñas se hace más objetiva al contar con una mayor experiencia, aunque depende en gran medida de criterios externos (valoraciones de padres y maestros, compañeros)

En los niños alrededor de los 9 a 10 años se produce el primer cambio de la complexión; pronunciado crecimiento longitudinal, además de una desarmonía entre el tronco y las extremidades, en las niñas comienza la fase prepuberal, mientras en los niños ocurre hacia los 10 a 11 años, también tienen lugar al inicio de la

formación de las características sexuales secundarias, así como la normalización de las proporciones corporales se observa aumento de la talla y peso, aumenta el volumen muscular, la fuerza y la estabilización de la coordinación motriz, el alto grado de motivación que ellos demuestran sobre todo por aquellas actividades de carácter lúdico, pues los juegos constituyen junto al estudio las fuentes mayores de motivación por la práctica deportiva, este desempeña un papel importante para el desarrollo de las orientaciones valorativas de los niños y niñas: la unidad de los componentes afectivos, cognitivo y conductual.

### 1.5 Caracterización de la comunidad Calera 3.

Calera es una comunidad que se encuentra a 3 Km. de la cabecera municipal. Posee una extensión territorial de 15.9 Km<sup>2</sup>. Pertenece al Consejo Popular de Indio 1. Colinda al Este con Paraná 5, al norte con el Consejo Popular Urbano Noris Sur, al Oeste con Las 40 y al Sur con Júcaro. La vinculación principal se realiza con la carretera San Germán - Alto Cedro, se encuentra enclavado en un relieve llano, con suelos clasificados como vertisuelos (compactos, salados y bajos) con vegetación escasa.

Las ofertas culturales, recreativas y deportivas son insuficientes e inestables por la falta de medios para estas actividades, los deportes de mayor preferencia son Béisbol, Fútbol y Voleibol aunque su práctica es de forma masiva es de buena aceptación.

La comunidad emplea su tiempo libre en: asistir a actividades religiosas, escuchar música grabada por amplificadores particulares los fines de semana, juegos deportivos con los niños los domingos, actividades culturales y deportivas con los niños retrasados mentales, juego de béisbol con los jóvenes, juego de dominó con los adultos y adultos mayores. Las tradiciones han desaparecido un poco. Se mantienen la corrida de caballo y fiestas de fin de semana. Se reconoce sólo un sitio histórico: Centro Zona Oriental.

## Conclusiones del capítulo I

En este capítulo se refieren elementos teóricos y conceptuales sobre el trabajo comunitario, alternativas físicas recreativas teniendo presente las características de la muestra con el objetivo de incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en las actividades físicas recreativas desarrolladas en su entorno comunitario.

Debido a las insuficiencias presentadas en la comunidad seleccionada y por la importancia que tienen las actividades físicas recreativas dirigidas a favorecer la participación de niños y niñas de 9 a 11 años se hace necesario ofrecer una alternativa recreativa la cual se expone en el capítulo II.

## **CAPÍTULO 2 ALTERNATIVA FÍSICA RECREATIVA PARA LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 9 A 11 AÑOS EN LA COMUNIDAD CALERA 3.**

En este capítulo se presenta la alternativa para la implementación de las actividades físicas recreativas con niños y niñas de 9 a 11 años de la Comunidad Calera 3 y así lograr una mayor participación. Se exponen también los resultados del proceso de diagnóstico y valoración de los resultados de las actividades diseñadas.

La alternativa propuesta tiene su principal fundamento en las concepciones teóricas y metodológicas analizadas en el capítulo anterior.

Se plantea como objetivo general:

Contribuir a incrementar la participación niños y niñas de 9 a 11 años en la comunidad Calera 3 partiendo de la propuesta de un conjunto de actividades físicas recreativas para los fines de semana.

### **2.1 Metodología para la implementación de la alternativa física recreativa.**

Estas actividades se realizaron en varias fases para ir validando el nivel de aceptación de cada una de ellas en la medida que se desarrollaban, despertaban el interés de los niños y niñas así como su participación.

#### **Fase 1 Diagnóstico participativo**

Objetivo: diagnosticar el estado actual de la comunidad Calera 3 para incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años en las actividades físicas recreativas los fines de semana.

#### **Aclaraciones Metodológicas**

El proceso de preparación o de acercamiento se logró cuando se estableció el rapport con ellos, padres y demás integrantes de la comunidad para ganarnos su



confianza y así lograr establecer un ambiente positivo de comunicación con el grupo, sus líderes y demás integrantes de la comunidad educativa.

El acercamiento se produjo con apoyo emocional en los juegos participativos y de animación apoyado con propagandas en la escuela, consultorio médico, en la bodega y otros sitios de la comunidad, invitándolos a participar los fines de semana en las actividades físicas recreativas que se iban a realizar.

Resultado de la encuesta aplicada a los niños y niñas (anexo 1)

Se encuestaron 14 niños y niñas de ellos 7 contestaron que les gusta participar en las actividades realizadas en la comunidad estos representan el 50%, 4 contestaron que a veces les gustan las actividades que se realizan para el 28,5%, mencionan como juegos que prefieren: planes de la calle, caminatas, excursiones, jugar a las bolas, en la comunidad realizan juegos tradicionales como: juegos de trompos, pelota, carreras y las niñas prefieren jugar a las casitas, 9 niños aseguran que las actividades que se realizan no cumple con sus intereses y no les llama a participar para un 64,2%

La aplicación del programa en la fase de diagnóstico duró un total de tres (3) semanas por lo que se realizaron un total de seis (6) sesiones o frecuencias de trabajo. Durante la realización del mismo se logró una asistencia total de 60 niños y niñas representan el 71,4 %, aspecto que se debe mejorar para el logro de los resultados esperados (anexo 8), siendo las actividades preferidas: el plan de la calle y la caminata a las cuevas.

Cabe destacar que para implementar la alternativa se debe incluir las opiniones de otros factores se realizó la encuesta, entrevista y observación en la comunidad, a padres, delegada del Poder Popular (anexos 2 y 3) este proceso permitió determinar como regularidades:

Los niños y niñas de 9 a 11 años necesitan para su desarrollo armónico realizar actividades físicas recreativas con un fin educativo, reforzando en la entidad del

lugar donde viven para que contribuya a formar en ellos sentimientos de pertenencia.

Son insuficientes las actividades físicas recreativas en la población de los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3.

Las ofertas culturales, recreativas y deportivas son insuficientes e inestables.

Los niños y niñas de 9 a 11 años prefieren juegos tradicionales, caminatas excursiones y visitas a diferentes lugares.

La mala calidad de vida y de condiciones objetivas que presenta la comunidad dificulta la realización de actividades físicas recreativas los fines de semana.

Una vez obtenidos estos resultados se procedió a realizar un trabajo de terreno con los diferentes factores de la comunidad, se realizó propaganda en los lugares más visitados por ellos, se logró en primer lugar que el grupo se cohesionara en torno a incrementar la asistencia.

-Se ganó el afecto de los niños y niñas, su confianza los convencimos que juntos podemos divertirnos y pasar un rato agradable.

-Se exploró y se comprobó que son pobres los juegos tradicionales conocidos por los niños y niñas lo que permitió enriquecer su acervo cultural con la implementación de otros juegos y actividades.

-Se elaboró el cronograma de las actividades. (Anexo 4) en el cual de forma planificada por fines de semana y meses se fueron dosificando las actividades a realizar con los niños y niñas.

Teniendo en cuenta el diagnóstico se definió los juegos que se aplicaron. (Anexo 9)

Los retos a enfrentar fueron muchos considerando la influencia que ejerce la religión y los padres sobre sus hijos, las características de la comunidad y el poco hábito de

realizar otras actividades en el tiempo libre los fines de semana. Se realizó el trabajo con otros integrantes de la comunidad educativa solicitando apoyo para incrementar el por ciento de asistencia.

## Fase 2 Planeación y aplicación de las actividades

Objetivo: diseñar y aplicar las actividades físicas recreativas según los gustos preferencias de los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3.

En esta fase se realiza la búsqueda de solución a la problemática planteada, para lograr el objetivo propuesto se debe partir de los siguientes pasos:

1. Elaborar el cronograma de las actividades (anexo 4).
2. Definir las actividades que se van aplicar (anexo 9).
3. Registrar las observaciones realizadas (anexo 6).
4. Elaborar posibles indicadores para la evaluación (anexo 7).

### Aclaraciones metodológicas.

Cabe destacar que esta fase tiene vital importancia para la realización de la propuesta, se concibe a partir de los resultados de la fase de diagnóstico participativo para elaborar la visión del trabajo que se realiza con el grupo.

A partir de ahí se inicia el análisis profundo para aplicar las diferentes actividades. Al concluir cada una de ellas se realiza un análisis crítico de los aspectos positivos, las dificultades, elementos que deben ser mejorados y sugerencias de otras actividades propuestas y discutidas por los niños y niñas para ser realizadas la próxima semana.

El profesor registra los resultados por diferentes indicadores con una escala valorativa para comprobar si cumple con el objetivo trazado (anexo 7)

Al final de la discusión individual se elabora el árbol de problemas que recoge con la observación en un registro de campo las anotaciones sistemáticas, de manera que sea posible adecuar, variar o consolidar lo proyectado teniendo en cuenta la evaluación realizada mostrando las transformaciones que se van operando.

Las actividades propuestas responden a juegos tradicionales, actividades patrióticas, de formación de valores, caminatas para el mejoramiento de las capacidades físicas. Estas responden a los gustos y preferencias de los niños y niñas de esta comunidad.

## 2.2 Metodología para la aplicación de la alternativa física recreativa.

Se fundamenta como implementar de forma práctica las actividades diseñadas. Se estructuran con el objetivo, la descripción de cada una de ellas y las reglas. Tienen como objetivo general satisfacer las necesidades físicas recreativas de los niños y niñas de 9 a 11 años los fines de semana.

A continuación se describen las actividades aplicadas

### 1. Festival deportivo recreativo.

Tiempo de duración 2 horas.

Especialista que dirige. Técnicos de recreación y cultura física.

Se realizó tomando como escenario la cancha rústica con el fin de lograr mayor participación de los niños y niñas y de la comunidad como espectador.

Objetivo: favorecer la incorporación masiva de los niños y niñas en los juegos.

Materiales a utilizar: sacos, sogas y suizas.

Organización. La actividad estará formada por varios juegos donde los participantes tengan que realizar diferentes actividades físicas correr en sacos, carretillas, carreras con suizas y tracción de la soga.

El orden en que se realizarán los juegos será el siguiente: carreras en sacos, carretillas, carreras con suizas y por último tracción de la soga.

Regla: gana el equipo que mayor cantidad de puntos acumule al finalizar todas las actividades.

1. Título: juegos de participación.

Tiempo de duración: 2 horas.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física.

Plan de la calle. Se realizó tomando como escenario la calle principal de la comunidad con el fin de lograr mayor participación de los niños y niñas y de la comunidad como espectador.

Objetivo: favorecer la incorporación masiva de los niños y niñas al juego.

Materiales a utilizar: sacos, sogas, balones, vallas diferentes obstáculos, conos.

Organización. La actividad estará formada por varios juegos donde los participantes tengan que realizar diferentes actividades físicas como, correr, saltar, arrastrarse subir, realizar tracción.

Juegos a realizar en el plan de la calle:

Título: Corre, salta y aprende.

Tiempo de duración. 1 hora

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física y promotora cultural

Materiales: vallas, tarjetas con preguntas

Objetivos. Mejorar la participación de los niños y niñas a las actividades físicas recreativas conociendo la historia de su comunidad.

Organización. El profesor formará el equipo en hileras detrás de una línea, estará una valla a los cinco metros, al concluir le espera una pregunta, en dos equipos de siete participantes.

Desarrollo. Los niños y niñas a la voz del profesor saldrán corriendo hasta la valla que se encuentra a cinco metros, la saltan y concluye a los diez metros. El profesor les realizará una pregunta relacionada con contenidos de la escuela, con un título de un libro o de un deporte, luego regresan corriendo al punto de partida.

Regla. Gana el equipo que más rápido termine y conteste mayor cantidad de preguntas correctas.

Título: el tren que más carros, arrastra.

Materiales. Soga de diez metros.

Objetivo: favorecer la incorporación masiva de los niños y niñas al juego.

Organización. Se formarán dos equipos de siete niños y niñas cada uno, se les explicará la importancia que tiene el transporte de la caña por el ferrocarril y se invitará a jugar imaginando que ellos forman dos trenes y ganará el tren que más fuerza tenga para estirar la soga.

Se realizará una marca a la soga en el medio y se explicará que halando no pueden pasarse de esa marca.

Desarrollo. Al escuchar el silbato del profesor empezarán a halar cada equipo para su lado hasta haberle sobrepasado en fuerza al otro equipo.

Regla: gana el tren que no haya tocado al otro la marca de la sog a y arrastre para su lado.

Título: conduce entre obstáculos y tira a puerta.

Materiales: balón, marcadores y una puerta pequeña.

Objetivo. Mejorar la participación de los niños y niñas al juego.

Ejercitar la conducción y mejorar la rapidez de traslación.

Organización. El profesor ubicará marcadores en el terreno a una distancia de un metro cada uno de ellos, situado a dos metros de la línea de inicio para la conducción de los balones, los escolares estarán formados en dos hileras.

Desarrollo. A la voz del profesor corren a toda velocidad conduciendo los balones en zig zag entre los indicadores que están marcados en el terreno, luego tiran a la portería y regresan corriendo a la arrancada.

Regla. Gana el equipo que termine primero y anote mayor cantidad de goles.

El plan de la calle concluye llevándolos hacia una loma de la comunidad para volar papalotes.

Regla. Gana el papalote más original y el que más alto vuele.

2. Caminata a las cuevas.

Tiempo de duración: 2 horas.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física y promotora cultural

Materiales: libretas y lápices para tomar notas, linternas, antorchas y fósforos

Objetivo: mejorar la participación de los niños y niñas a las actividades físicas recreativas conociendo la historia de su comunidad.

Organización: se formará un grupo, se les explicará a los niños y niñas que realizarán una caminata hasta las cuevas que están cerca de la comunidad, este lugar tiene importancia histórica pues sirvió de refugio y campamento al Ejército Rebelde, saldrán caminando despacio, tomando correctamente el aire y pueden ir cantando canciones pioneriles. Tomarán notas en sus libretas de los aspectos explicados y otros que sean de su interés

Desarrollo. Se comienza a la hora acordada según cronograma desde el parque, se camina por el lado izquierdo de la vía mientras se efectúa la actividad se tendrá en cuenta la disciplina de los niños y niñas. Se les informa que este lugar sirvió de refugio o cuartel a los rebeldes durante la etapa de la guerra.

Reglas: no rallar las paredes, no echar desperdicios de alimentos, ni hablar en voz alta.

#### 4. Visita a lugares históricos. Museo.

Tiempo de duración: 2 horas.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física y promotora cultural

Materiales: libretas, lápices.

Objetivo: mejorar la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas conociendo las glorias deportivas del municipio.

Organización. Con anterioridad se les explica a los niños y niñas las normas de disciplina que debemos mantener en el museo, se organiza una guía de preguntas relacionada con los atletas del municipio y la historia del deporte en la localidad. Se realizará el viaje en el ómnibus del INDER.

Desarrollo. Al llegar se les explicará el objetivo de la actividad. Los niños y niñas realizarán las preguntas previamente elaboradas a la guía del museo y anotarán en su libreta los aspectos de interés. Al regresar se hará un comentario de la actividad.



Reglas: mantener las normas de disciplina en el museo.

#### 5. Para bailar.

Materiales: equipo de música.

Tiempo de duración: 2 horas.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física y activista de cultura

Objetivo: mejorar la participación de los niños y niñas a través del baile con la música tradicional cubana y la actual.

Organización: se forman las parejas por afinidad, el activista de cultura junto a otros miembros de la comunidad fungirá de jurado, la música que se pondrá será cubana y apropiada para los niños y niñas.

Desarrollo: primeramente se pondrá música actual y conocida por ellos, luego una mezcla de ritmos cubanos donde incluya ritmos tradicionales como mambo, danzón, cha cha chá y ritmos actuales.

Se culmina la actividad seleccionando por aplausos las mejores parejas. A los demás se le presenta un jarrón con preguntas relacionadas con la música, estas se tiene en cuenta para otorgar el premio al mejor equipo.

Reglas: La selección de las parejas ganadoras se realizará por la que mejor demuestre los pasos originalidad y ritmo, los puntos adicionales se otorgarán por la cantidad de preguntas correctas, se le entregará un regalo a los ganadores y un aplausos a todos los participantes.

#### 6. Juegos de mesa

#### 7. Ajedrez.

Materiales: tableros y piezas, mesa, bancos del parque.

Tiempo de duración: 1 hora.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física.

Objetivo: incrementar la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas desarrollando el interés por jugar ajedrez.

Organización: el profesor informa la forma de realizar el juego, las parejas se forman de forma espontánea.

Desarrollo: cada pareja decide la apertura y las jugadas a realizar.

Regla: gana la pareja que más se concentre en el juego y realice el movimiento correcto de las piezas.

#### 8. Festival de lectura " Leer a Martí. "

Objetivo: incrementar la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas vinculado el cuento " Un cuento nuevo y otros viejos " escrito por José Martí.

Tiempo de duración: 1 hora.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física e instructor de arte.

Materiales: libro " La Edad de Oro ", un pañuelo, muñecas, silueta de un burrito, un palo cintas o sogas.

Organización. Los niños y niñas se colocarán en círculo alrededor del profesor.

Se dividen en 4 equipos.

Desarrollo. Se realizará preguntas acerca del libro La Edad de Oro, se investiga cuántos han leído el cuento Un juego nuevo y otros viejos, se realiza un breve

comentario del mismo y se invita a jugar por equipos los juegos que describe Martí en el cuento “ La gallinita ciega ”, “ El rabo al burro ” y las “ Muñecas ”.

Se les explica que van a aprender un juego nuevo que juegan los indígenas de México, Australia se llama “ El juego del palo ” donde los competidores se balancean con sogas de un palo realizando distintas piruetas. Al finalizar se concluye con la valoración de los juegos y se deja como una interrogante.

Pregúntales a tus abuelos a qué jugaban ellos cuando tenían tu edad para que se los enseñes a tus amiguitos.

Reglas. En la Gallinita ciega gana el niño o niña que agarre a su compañero o no se quite el pañuelo, en el Rabo del burro gana el niño o niña que le coloque el rabo al burro donde le corresponde.

Los que jueguen a las “ Muñecas ” ganan los que sean más originales y se relacionen mejor.

En el “ El juego del palo ” gana por aplausos quien hizo las piruetas más originales.

#### 9. Festival de pintura.

Objetivo: incrementar la participación de niños y niñas en las actividades físicas recreativas ejercitando la rapidez, el equilibrio y la conducción combinado con la pintura

Tiempo de duración: 2 horas.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física e instructor de arte.

Materiales para dibujar, tizas de colores, balones, tablas finas, cuchara, peloticas de yaquis.

Organización: se dividen los participantes en dos equipos, se colocan en el terreno dos balones (a 3 metros) dos tablas finas y sobre ella una cuchara con una pelotica de yaquis.

Desarrollo: se le explica el objetivo del juego y la forma de realización.

Al sonar el silbato del profesor saldrán corriendo hacia donde está el balón, realizarán el drible hasta donde se encuentra la tabla cogerán la cuchara y pondrán la pelotica en ella, caminarán sin caerse continuarán corriendo y le darán colores al final de la pista de juego al logotipo del equipo de béisbol de Holguín.

Regla. Regresan cada vez que pierdan la pelota, y gana el equipo que termine primero de colorear.

10. Encuentro de kiquimbol.

Tiempo de duración: 2 horas.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física e instructor de arte.

Materiales: balón de Fútbol.

Objetivo: incrementar la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas ejercitando el golpeo.

Organización: se formarán dos equipos parecido al de Béisbol.

Desarrollo: a la orden del profesor un equipo realiza la ofensiva y el otro la defensiva, se jugará las entradas que determine el profesor previamente acordado entre los participantes y el profesor.

Regla: gana el equipo que anote mayor cantidad de carreras.

11. Carrera popular.

Tiempo de duración: 1 hora.

Especialista que dirige: técnicos de recreación y cultura física

Materiales: cronómetro y cal.

Objetivo: incrementar la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas realizando la carrera.

Organización: se realizará la carrera desde la escuela hasta las cuevas (2000 metros), se les informa a los participantes como deben correr y el objetivo de la actividad, el profesor realizará una marca en la calle donde comenzará la carrera e informa el recorrido a seguir y que lo importante es terminar la distancia.

Regla: ganarán los tres primeros de cada sexo en el orden de llegada.

Resultados de la fase 2. Planeación y aplicación de las actividades.

La aplicación del programa en esta fase duró un total de 12 (12) semanas por lo que se realizaron un total de veinticuatro (24) sesiones o frecuencias de trabajo. Durante la realización del mismo se logró una asistencia del 86,3 %, logrando un incremento en la participación del 14,9 % con relación a la fase de diagnóstico participativo. (Anexo 8). Se planificaron 25 actividades y se realizaron 23 para el 92% de cumplimiento del plan. (Anexo 9)

Los indicadores demuestran el interés que causaron las actividades físicas recreativas en los niños y niñas (Anexo 7).

El 100% de los niños y niñas tuvieron un papel protagónico en la actividad, se muestran motivados y alegres, desearon realizarlo otra vez para una evaluación de excelente, el 86,3% consideraron que las actividades diseñadas cumplían el objetivo, tienen calidad, se iniciaron en tiempo, se garantizaron los medios y recursos para una evaluación de muy bien, se logró un 86,3% de participación y el 100 % consideró que eran positivas las actividades propuestas.

Cada actividad terminó con la valoración crítica de cada indicador esto desarrolló en los niños y niñas los valores de responsabilidad, la honradez, el patriotismo a la vez que se estaban recreando. Las actividades se realizaron en diferentes lugares de la comunidad para darle participación a todos los niños y niñas, que se incentivarán por lo que estaba ocurriendo, a la vez para darle utilidad a las diferentes instalaciones que existen crear otras y recuperar las que son subutilizadas por parte de los habitantes de la comunidad .

Para lograr mayor participación se contó con medios auxiliares como: equipo de música, cámara fotográfica, tomando fotos como constancia gráfica de las actividades desarrolladas, esto también los incentivó por que se dejaron en la computadora de la escuela para ser mostrada por los demás niños y niñas.

Al observar el entusiasmo logrado en los niños y niñas los padres y otros miembros de la comunidad también se sintieron motivados y expresaron su apoyo incondicional a la actividad que se estaba realizando contribuyendo a la confección de pelotas rústicas, vallas, acondicionaron un terreno para jugar kiquimbol, limpiaron el área donde se desarrollaría la actividad. Los medios por ellos contruidos sirvieron para que sus hijos jugaran y se sintieran felices.

Fase 3 Control y evaluación.

Objetivo: evaluar las fortalezas y debilidades en la aplicación de las actividades físicas recreativas.

Aclaraciones metodológicas.

La evaluación es un componente del proceso educativo que tiene lugar en las condiciones reales existentes se evalúa como proceso y como resultado. La evaluación de procesos participativos se convierte en una reflexión crítica del grupo:

El profesor hará el recuento del trabajo realizado desde el inicio destacando los logros, dificultades y como ha incidido en el mejoramiento de la participación de

los niños y niñas en las actividades y como se ha elevado el nivel de conocimientos. A la vez establece nuevas acciones para sistematizar los resultados.

Se puede concluir que para lograr una correcta aplicación y lograr los objetivos del presente trabajo es importante la aplicación de estas fases para ir evaluando y validando en la praxis el impacto que han causado en los niños y niñas las actividades propuestas.

### Resultados de la fase 3. Control y evaluación

A continuación se exponen los resultados de la aplicación de las actividades físicas recreativas.

Con el fin de evaluar la propuesta, fortalezas y debilidades en la aplicación de la alternativa de actividades físicas recreativas se obtienen como logros significativos.

La aplicación del programa en esta fase duró un total de cinco (5) semanas por lo que se realizaron un total de diez (10) sesiones o frecuencias de trabajo. Concluyendo el programa contó con veinte semanas (20) y cuarenta (40) frecuencias o sesiones. Se logró una asistencia del 97,1% logrando un incremento en la participación de un 10,8 % con relación a la fase anterior (anexo 10).

Al aplicar la encuesta de salida a los niños y niñas (anexo 1) se pudo comprobar que los juegos tradicionales preferidos cambiaron y se incorporaron otros juegos como: el parchí, la dama, el rabo del burro, la gallinita ciega, el baile de la escoba entre otros a la praxis diaria, además se incorporaron otros juegos de participación, el 100% planteó que las demás actividades concebidas como: caminatas, visitas al museo, planes de la calle, festivales recreativos, contribuyeron a que fueran mas felices, ejercitaran el cuerpo y la mente, aprendieron a conocer mejor el lugar donde viven.

Al aplicar las entrevistas de salida a los padres y delegada del Poder Popular se destacan como aspectos significativos que el 100 % dejaron que sus hijos se

incorporaran a las actividades físicas recreativas, teniendo una actitud positiva al cambiar el horario de llevarlos a la religión. El 60% plantearon que se contribuyó a rescatar juegos tradicionales donde los niños se diviertan, aprendan y que ocupen su tiempo libre aprendiendo y no pensando en otras cosas. Alegan que sus hijos aprendieron otros juegos y se motivaron a realizarlo también en el tiempo libre por las tarde al jugar en grupos El 70% ha observado que se realizan mayor cantidad de actividades físicas recreativas los fines de semanas dirigidas a los niños. Desean que se mantengan estas actividades para las próximas vacaciones.

Al triangular los datos recogidos con la aplicación de los métodos empíricos y estadísticos matemáticos que se comprobó que la alternativa propuesta se acogió de forma positiva por los niños niñas, se logró el cumplimiento de los objetivos de la alternativa al 92,8 % la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas los fines de semana fue del 97,1% logrando un incremento de 25,7% con relación a la fase de diagnóstico (anexo 10).

#### Conclusiones del capítulo II

A partir de los resultados del diagnóstico realizado se pudo determinar las principales necesidades e intereses que presentaba la muestra estudiada, aspectos que junto con los fundamentos teóricos metodológicos existentes respecto al tema, permitieron elaborar y aplicar la alternativa de actividades físicas recreativas para niños y niñas de 9 a 11 años. Como resultante de esta, se apreciaron resultados significativos en los diferentes parámetros medidos, lo que demuestra la efectividad de las actividades realizadas.

Como bien lo reflejan las actividades, en ellas se logra una combinación de lo recreativo, lo físico y actividades en el entorno comunitario donde participan los factores comunitarios implicados y el personal calificado que intervienen en la ejecución y puesta en práctica de la alternativa física recreativa. Esta constituye además, un documento metodológico para el desarrollo del trabajo comunitario.



## CONCLUSIONES

El proceso de investigación realizado permite arribar a las siguientes conclusiones

1. La revisión bibliográfica permitió determinar los fundamentos teóricos generales que existen acerca del trabajo comunitario, recreación, actividad física recreativa que asumen varios autores, asumir criterios y llegar a diferentes concepciones sobre estos términos. Los diferentes criterios en materia de alternativa, ayudaron a tratar esta problemática desde una perspectiva integradora y sistémica relacionando las etapas que la conforman con sus principales indicadores
2. El diagnóstico determinó las insuficiencias en la realización de las actividades físicas recreativas manifestándose en la pobre planificación teniendo presente los gustos y preferencias de los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3 lo que conllevó a limitaciones en la participación.
3. La alternativa física recreativa elaborada para incrementar la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3, consta de tres (fases) y acciones, sustentadas en un plan de actividades que permitió socializar actividades variadas, juegos tradicionales y conocer la historia de su comunidad.
4. Los resultados en la aplicación de la alternativa permiten afirmar que se declaró factible con la triangulación de los métodos empíricos aplicados, los mismos favorecieron el incremento de la participación de los niños y niñas de 9 a 11 años de la comunidad Calera 3 en las actividades físicas recreativas los fines de semana.

## RECOMENDACIONES

Se recomienda a la dirección de la cátedra de recreación del combinado Rogelio Pupo Ricardo y a la dirección del grupo comunitario:

1. Continuar fortaleciendo los estudios e investigaciones sobre la recreación en otros grupos etáreos.
2. Socializar la alternativa propuesta en otras comunidades con características similares.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Castro, Fidel. (2005). Fidel y el Deporte. Selección de pensamientos. 1959-2005, Ciudad de La Habana, Cuba.
2. H. Arias Herrera (1995), La Comunidad y su Estudio, p. 11. CIE "Graciela Bustillo" Selección de Lecturas sobre Trabajo Comunitario, p. 7. Ciudad de La Habana, Cuba.
3. Caroline Ware citado por Ezequiel Ander-Eggs, en "Diccionario del Trabajo Social, p. 32.4 .Citado por H. Arias Herrera en La Comunidad y su estudio, p.12
4. Ander-Eggs (1982) en "Diccionario del Trabajo Social, p. 32.4 .Citado por H. Arias Herrera en La Comunidad y su estudio, p.12
5. H. Arias Herrera, La Comunidad y su Estudio, p. 87.
6. Pérez Sánchez, Aldo, (2003) Recreación: Fundamentos teóricos metodológicos. Tesis presentada en opción al título académico Doctor en Ciencias de la Cultura Física. La Habana. (En soporte digital). 236 p.
7. Ramos Rodríguez, Alejandro E y col. Tiempo Libre y Recreación en el Desarrollo Local. Monografía. Universidad Agraria La Habana. Facultad Agronomía p.5
8. Marx, Carlos. (1966). Contribución a la Crítica de la Economía Política. La Habana Cuba, Editorial Política. 34p.
9. Pérez Sánchez, Aldo. (2003). Recreación. Fundamentos Teóricos

Metodológicos. Ciudad de La Habana. En soporte digital p 30 y 31

10. Vygotski, L.S. "Interacción entre enseñanza y desarrollo". En: Colectivo de Autores del Departamento de Psicología Infantil y de la Educación (Eds.) Selección de Lecturas de Psicología de las Edades I (tomo III) pp 25-46. La Habana: ENPES. (1988)
11. Vygotski, L.S. Historia del Desarrollo de las Funciones Psíquicas Superiores La Habana: Editorial Científico Técnica (1987)
12. Diccionario de la Lengua Española. Real Academia Española. (2001)
13. VI Congreso del Partido Comunista de Cuba. Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución. Ciudad de La Habana (2011) p.24

## Bibliografía

1. Acosta Moreno Jorge L. (2008) La recreación, un modelo comunitario Cultural. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba
2. Addine Fernández, F. (2004) Didáctica: Teoría y práctica, (Compilación), Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba– 320p.
3. Ander-Eggs, Ezequiel. (1998) “Diccionario del Trabajo Social, p. 67. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba
4. Álvarez de Zayas, C. M. (1992) La escuela de la vida, Editorial Academia, La Habana, Cuba,- 276p.
5. Arias Herrera, H. (1995). La comunidad y su estudio, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, – 120p.
6. Barrios Duarte, René. (2009). Motivación hacia la práctica del ejercicio en Deportistas. Disponible en: [www.portal.inder.cu/index.php/recursos-in.cu](http://www.portal.inder.cu/index.php/recursos-in.cu) Visitado 27 de febrero 2011.
7. Bozhvich, L. I. (1976) La personalidad y su formación en la edad infantil, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba,– 310p
8. Bustillo, Graciela (2000) Selección de Lecturas sobre Trabajo Comunitario, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba p.7
9. Castro, Fidel. (2005). Fidel y el Deporte. Selección de pensamientos. 1959-2005, Ciudad de La Habana, Cuba.
10. Camerino Foguet, O. y M. Cartañer Balcells. (9991) 1001 Ejercicios y juegos de recreación. Barcelona, Editorial Paidotrivo.

11. Carnota, Lauzán Orlando (1985). Curso de administración para dirigentes 3ra Edición .Álvarez, Chávez Ernesto. La Habana, Ciencias Sociales.
12. Carmenate Harris, Yenin. (2008) Alternativa Recreativa para ocupar el tiempo libre de los niños de 7 a 10 años a través de la labor del activista de la comunidad. Tesis de maestría. Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.Facultad de Holguín.
13. Colectivo de autores (1990).Técnica de dirección. Selección de Temas. Ciudad de La Habana.
14. —————. (1986) La función del deporte en la sociedad: Salud, Socialización, Economía. Editado por Consejo Superior de Deporte y Consejo de Europa. Madrid.
15. Concepción, Francisco. (2006) Plan de actividades físico – deportivo – recreativo como una de las vías para la formación cultural integral de los jóvenes de 20 a 30 años de la Comunidad El Pital. Gibara. Trabajo de Diploma. Holguín, Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.
16. Corral Ruso, Roberto “La a Zona de Desarrollo Próximo y la Pedagogía Universitaria (Publicado en la revista Temas, No.31, octubre-diciembre del 20 “La Zona de Desarrollo Próximo: una interpretación” Revista Cubana de Psicología, Vol 17 No. 1 (2001).
17. Daudinot, 2003). Tomado de Tesis. Alternativa Recreativa para favorecer la salud física y mental de los integrantes del círculo de abuelos “Elisa Proenza Rodríguez” de la Comunidad Pedro Díaz Coello, Elisa Reyes Proenza de Holguín (2009)
18. Dzhamgarov, T. y A. Puni (1990). Psicología de la educación física y el deporte. La Habana. Edit. Científico Técnico. 176 p.
19. Dumazedier, J (1964) Hacia una civilización del ocio. Barcelona, Editorial.
20. Estévez Cullel, Migdalia, Margarita Arroyo Mendoza y Cecilia González, Terry (2006). La Investigación Científica en la Actividad Física: Su Metodología. La Habana, Editorial Deportes. 318 p.
21. González Rodríguez Nadia. Fernández Díaz, Argelia. (2003) Trabajo Comunitario. Selección de textos. Editorial Félix Varela. La Habana

22. \_\_\_\_\_.. (2003) Criterios de evaluación para procesos de Educación Popular en las comunidades, material en soporte digital, Tesis de Maestría, - 87p.
23. González Torres, M F. (2003.) Familia, Unidad y Diversidad, Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, Cuba.- 161p.
24. González F y otros (1995) Comunicación, Diversidad y Desarrollo, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba187-p. González Machín, Mauricio (2009.) Alternativa metodológica para organizar la recreación en la circunscripción 168 del municipio Holguín, Trabajo de diploma. - 64. p
25. <http://www.monografías.com/usuario/perfiles/milagros-solis-torres>.Plan de actividades físicas-recreativas para mejorar la calidad de vida de la tercera edad en el Consejo Popular Mangas Central del municipio Artemisa. (Cuba)
26. Hernández F. L. (1998.) La Universidad Pedagógica: crisol del desarrollo cultural comunitario, tesis de maestría, Universidad de Oriente, - 80p. (1998.): En el proyecto comunitario, (versión digital), marzo – abril 2002.
27. Hernández, J.: El diagnóstico participativo: una propuesta de taller comunitario, Versión digital, 11p.
28. H.Hiebsch y M Vorweg. (1982) Psicología social marxista. Editora política La Habana.
29. Ivonim, V. A. K.A.Kulinkovich (1980). Dirección del movimiento de Cultura Física. Ciudad de La Habana, científico-técnico.
30. López, A. (1985). La Formación y el desarrollo de las habilidades motrices,

- En: Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Tomo I. La Habana. Editorial Pueblo y Educación, p 108 - 136.
31. Marx, Carlos. (1966). Contribución a la Crítica de la Economía Política. La Habana Cuba, Editorial Política. 34p.
32. Mesa Anoceto, Magda (2000). Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte. Ciudad de La Habana.
33. Ministerio de Educación. (2005) VI Seminario nacional para educadores, Editorial Pueblo y Educación, noviembre.- 16p
34. —————.(2005) Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño, Maestría en Ciencias de la Educación, Módulo I, Primera Parte:  
  
Fundamentos de la investigación educativa, Editorial Pueblo y Educación.
35. —————. Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño, Maestría en Ciencias de la Educación, Módulo I, Segunda Parte:  
  
Fundamentos de la investigación educativa, Editorial Pueblo y Educación.
36. Manual Metodológico. Programa Nacional de Recreación Física. Dirección Nacional de Recreación INDER-CUBA.
37. Martínez, S. A Beneficios de la Recreación Comunitaria Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación FUNLIBRE. (2007). Costa Rica. 58,59p
38. Montes, Sonia, Maslos (1988). Juegos tradicionales. La Habana. INDER. 22p.



39. Morris, Bermúdez Raquel y otros (2002). Dinámica de grupo en educación, su facilitación. Editorial Pueblo y Educación.
40. Nocedo de León, I y otros (2002) Metodología de la Investigación Educativa. 2da Parte, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.197p.
41. Peña Marrero, Dayamí (1996) Experiencias en el desarrollo de actividades físicas recreativas en un CUD. Trabajo de Diploma. Holguín, ISCF.
42. Pérez Sánchez, Aldo, (2003) Recreación: Fundamentos teóricos metodológicos. Tesis presentada en opción al título académico Doctor en Ciencias de la Cultura Física. La Habana. (En soporte digital). 236 p.
43. —————. (En soporte digital, 2003). Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos. Ciudad de La Habana. Instituto Superior de Cultura Física, "Manuel Fajardo". 82p.
44. —————. (s/a) Coldeportes / FUNLIBRE Artículo: Tiempo libre y recreación, su relación con la calidad de vida y el desarrollo. Congreso de Recreación. Cartagena de India, Encuentro latinoamericano de tiempo libre. 25p.
45. Petrovski, A. V. (1980) Psicología evolutiva y pedagógica, Editorial Progreso, Moscú, URSS, 351 p.
46. Portal Moreno, R y otros (2005) Comunicación y Comunidad, (compilación), Editorial Félix Varela, La Habana, Cuba,- 104p.
47. Proveyer Cervantes, C y otros. Selección de Lecturas sobre Trabajo Social Comunitario, Curso de formación de Trabajadores Sociales, (compilación), Villa Clara, Cuba.- 168p.
48. Ricardo Áreas, Ángel. (2008). Estrategia para la Recreación Física en la

comunidad de San Francisco. Trabajo de Diploma.

49. Rico Montero, otros (2008) Exigencias del modelo de escuela primaria para la dirección por el maestro de los procesos de educación, enseñanza y aprendizaje Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba \_94p.
50. Santos Hassán, Arnoldo. EL proyecto comunitario en la comunidad. ISPH. Holguín. (2008). Tesis de Maestría.
51. Sánchez Acosta, Maria Elisa y otros (2004). Psicología General y del Desarrollo. Editorial Deportes. Ciudad de La Habana, Cuba 177p.
52. Sejas Hidalgo, Niurvis. (2009). EN la FA 850. Alternativas físico recreativa. Tesis de maestría (En soporte digital).
53. Sierra Salcedo R. Alicia (2003): Modelación y estrategia. Algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica. Compendio de Pedagogía. La Habana. Pueblo y Educación.
54. Valdéz, Casal, (1987). Introducción a la investigación científica aplicada a la Educación Física y el deporte .La Habana Pueblo y Educación.
55. Vázquez Hernández, J. I. y Jorge Luís Mateo Sánchez. (2005) Manual de conducción recreativa. Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.Facultad de Holguín.
56. Violich, I (1971). Cómo instrumentar un programa de actividades Comunitaria. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
57. VI Congreso del Partido Comunista de Cuba. Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución. Ciudad de La Habana (2011)p.24
58. Vygotski, L. S. (1995) Obras completas, t. 5, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.- 345p.
59. —————. (1982) Pensamiento y Lenguaje. La Habana: Pueblo y Educación. Cuba.- 225p.
60. Ware, Caroline (2000) citado por Ezequiel Ander-Eggs, en “Diccionario del Trabajo Social, p. 32. Citado por H. Arias Herrera en La Comunidad y su Estudio, p. 12.

61. Watson Brown, Herminia y col. (2008). Teoría y Práctica de los Juegos. La Habana. Editorial Deportes. 191 p.

## ANEXOS

### Anexo 1

Encuesta a niñas y niños.

Objetivo: obtener una información confiable acerca de la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas los fines de semana.

Buenos días, estamos realizando una investigación acerca de las actividades físicas recreativas en tu comunidad, por lo que te pedimos tu colaboración, tus respuestas las tendremos presente.

1. ¿Te gusta participar en las actividades realizadas en tu comunidad?

*si\_\_\_ no\_\_\_*

2. *¿Te gustan las actividades que se realizan? siempre \_\_\_ a veces — no\_\_\_\_\_*

3. *Si la respuesta es no. ¿Qué otras actividades te gustaría que se realizaran?*

4. *Menciona los juegos tradicionales que realizas en tu comunidad por orden de preferencia*

Muchas gracias por tu colaboración

## Anexo 2

### Entrevista a los padres

Objetivo: obtener una información confiable acerca de las actividades físicas recreativas que se realizan en los fines de semana en la Comunidad Calera 3.

La Sede Municipal de Cultura Física está realizando una investigación en la comunidad acerca de las actividades físicas -recreativas de los fines de semana por lo que le pedimos su colaboración, sus respuestas las tendremos presente.

1. ¿Desea usted que su hijo (a) realice actividades físicas los fines de semana?  
Argumente.

2. ¿Qué actividades prefiere usted que su hijo (a) realice?

3. ¿Qué juegos tradicionales practica su hijo (a)?

4. ¿Usted ha observado algunas de las actividades recreativas realizadas en la comunidad?

Según su opinión. ¿Responden a sus expectativas?

¿Por qué?

Desea agregar algo más.

Gracias.

## Anexo 3

Entrevista a la delegada del Poder Popular.

Objetivo: obtener una información confiable acerca de las actividades físicas recreativas los fines de semana en la comunidad Calera 3

La Sede Municipal de Cultura Física está realizando una investigación en la comunidad acerca de las actividades físicas -recreativas los fines de semana por lo que le pedimos su colaboración, sus respuestas las tendremos presente.

1. ¿Tiene conocimiento de las actividades físicas recreativas que se realizan en la comunidad?

2. ¿Con qué frecuencia se realizan las actividades físicas recreativas. ?

3-¿Para realizar las actividades físicas recreativas se movilizan los factores de la comunidad. ?

4. ¿Cuenta la comunidad con los medios necesarios para la realización de las actividades físicas recreativas, culturales y otras?

5. ¿Recibe la comunidad apoyo de las instituciones para la realización actividades físicas recreativas, culturales y otras?

6-¿Cuáles son las principales insuficiencias que afectan la participación comunitaria en las actividades físicas recreativas convocadas?

7-¿Qué actividades le gustaría que realizaran en la comunidad los fines de semana para poder participar?

8 -¿Tiene conocimiento del convenio para la realización de las actividades físicas recreativas con los factores para el trabajo comunitario?

9- ¿Conoce que en esta comunidad se están aplicando diferentes proyectos comunitarios?

Deseas agregar algo más. Muchas gracias.

#### Anexo 4

#### Cronograma de las actividades

Tabla 1

Objetivo: planificar las actividades que se realizarán en la implementación de la alternativa

Actividades	Fase 1	Fase 2	Fase 3
Juegos de participación	x	x	x
Festival deportivo recreativo	x	x	x
Caminata a las cuevas		x	
Visita a lugares históricos (museo)		x	
Para bailar		x	
Juegos de mesa		x	
Festival de lectura Leer a Martí		x	
Festival de pintura		x	
Encuentro de Kiquimbol		x	
Carrera popular		x	



## Anexo 5

### Distribución de las sesiones de trabajo por semanas

Objetivo: Realizar la distribución del tiempo asignado a cada fase de la alternativa.

Tabla 2

Fases	Cantidad de semanas	Sesiones de trabajo
Diagnóstico participativo	3	6
Planeación y aplicación de las actividades	12	24
Evaluación y control	5	10

Anexo 6 Guía de observación a las actividades realizadas.

Objetivo. Conocer como se desarrollaron las actividades planificadas en la alternativa para lograr incrementar la participación de los niños y niñas en las actividades físicas recreativas los fines de semana.

Tabla 3

Aspectos observados	Evaluación								
	Fase 1			Fase 2			Fase 3		
Indicadores	B	R	M	B	R	M	B	R	M
Planificación de las actividades		X		X			X		
Participación de los niños y niñas		X		X			X		
Valoración realizada		X		X			X		

Indicadores de la guía de observación

1. Planificación de las actividades

Se evaluará de bien si:

El profesor tiene concebida la actividad con todos los aseguramientos y cumple el objetivo de la actividad.

Se evaluará de regular si:

El profesor tiene concebida la actividad y no prevé algunos aseguramientos y cumple de forma parcial el objetivo.

Se evaluará de mal si:

El profesor tiene concebida la actividad y no prevé los aseguramientos y no cumple el objetivo.

## 2. Participación de los niños y niñas

Se evaluará de bien si:

\_ Se logra toda durante toda la actividad mantenerlos alegres y entusiasmados.

\_Participan todos los niños y niñas en el transcurso de todos los juegos.

\_La asistencia se comporta entre el 95 al 100%.

Se evaluará de regular si:

\_Se logra que se mantengan alegres y entusiasmados el 70% del tiempo de la actividad.

\_Participan en las actividades el 70% de los niños y niñas.

\_La asistencia se comporta entre el 70 y 94%.

Se evaluará de mal si:

Los parámetros anteriores se comportan en menos del 70%.

## 3. Valoración realizada

Se evaluará de bien si:

Los participantes son críticos al evaluar deficiencias y logros de las actividades.

Se evaluará de regular si:

\_Los participantes son críticos al evaluar deficiencias y no logros de las actividades.

Se evaluará de mal si:

\_Los participantes no son críticos al evaluar deficiencias ni logros de las actividades

## Anexo 7

Indicadores que se tuvieron presente para evaluar las actividades físicas recreativas diseñadas en la alternativa.

Objetivo: evaluar el comportamiento de los indicadores de efectividad de la alternativa física recreativa.

Indicadores de evaluación:

Aspecto 1. Participación de los niños y niñas.

Excelente: - Se logra una participación del 95 al 100%.

Muy Bien: - Se logra una participación del 94 al 85%.

Bien: - Se logra una participación del 84 al 70%.

Regular: Se logra una participación del 69 al 50%.

Insuficiente: Se logra una participación menor del 50%.

Aspecto 2 Cumplimiento de los objetivos.

Excelente: la actividad tiene calidad.

- Se inicia en tiempo.
- Están garantizados medios y recursos.
- -Se cumplen los objetivos.
- Participa del 95 al 100 % de la muestra.

Muy Bien: se desarrolla la actividad con algunas insuficiencias.

- Si participa del 94 al 85%.
- Se inicia con menos de 5 minutos de retraso
- Se garantizan los recursos.
- Se cumplen parcialmente los objetivos.

Bien: se desarrolla la actividad con algunas insuficiencias.

- Si participa del 84 al 70%.

- Se inicia con menos de 10 minutos de retraso.
- Se garantizan los recursos con dificultad en uno o dos recursos o medios
- Se cumplen parcialmente los objetivos

Regular: deficiente desarrollo de la actividad.

- Participan menos del 70 %
- Se inicia fuera de tiempo con más de diez minutos de retraso
- Falta de recursos que afecta el desarrollo de la actividad.
- No cumple los objetivos

Insuficiente: deficiente desarrollo de la actividad.

- Participan menos del 50 %
- Se inicia fuera de tiempo con más de quince minutos de retraso
- Falta de recursos que afecta el desarrollo de la actividad.
- No cumple los objetivos.

## Anexo 8

Tabla resumen de la participación de los niños y niñas.

Tabla 4.

Objetivo: Comparar el incremento de la asistencia en la aplicación de la alternativa.

Fase	Debían asistir	asistieron	%	incremento
Diagnóstico participativo	84	60	71,4	
Planeación y aplicación de las actividades	336	290	86,3	14,9 %
Evaluación y control	140	136	97,1	10,8 %

## Anexo 9

### Distribución de las actividades planificadas por fases

Objetivo. Contabilizar el comportamiento de las actividades planificadas en cada fase de la alternativa

Tabla 5

Actividades	Fase 1		Fase 2		Fase 3	
	Plan	Real	Plan	Real	Plan	Real
Juegos de participación	1	1	3	2	2	2
Conduce entre obstáculos y tira a puerta	1	1	2	1		
Corre , salta y aprende			2	2		
El tren que más carros arrastra			2	1	1	1
Ajedrez			2	2	1	1
Festival deportivo recreativo	1	1	2	2	2	1
Caminata a las cuevas			2	2	1	1
Festival de pintura			1	1		
Encuentro de kiquimbol			1	1		
Carrera popular			1	1		
Festival de lectura "leer a Marti"			2	2	2	1
Juegos de mesa			3	3		
Total	3	3	23	20	9	7

Fase 1: diagnóstico participativo

Fase 2: aplicación y planeación de las actividades

Fase 3: evaluación y control.



Anexo 10

Tabla comparativa de la eficiencia en la aplicación de la propuesta

Objetivo: Comparar la evaluación de los indicadores de eficiencia en cada una de las fases de la alternativa.

Tabla 6

Indicadores	diagnóstico		Planeación y aplicación de las actividades		Evaluación control	
	Evaluación	%	Evaluación	%	Evaluación	%
Participación de los niños y niñas	Regular	71,4	Muy bien	86,3	Excelente	97,1
Cumple con los objetivos	Insuficiente	42,8	Bien	86,3	Muy bien	92,8