

## La recreación física como contenido educativo en el contexto comunitario

### Rafael Fuentes-Jordán

Licenciado en Cultura Física. Subdirector General del Combinado Deportivo Alejandro Urgellés de Santiago de Cuba. Miembro de la Dirección Provincial de Deporte para la Recreación. Asesor del Gobierno del Distrito José Martí para la esfera del Instituto Nacional de Deporte y Recreación (Inder). Santiago de Cuba, Cuba.

<https://orcid.org/0000-0003-2316-1299>

[rfuentesj@uo.edu.cu](mailto:rfuentesj@uo.edu.cu)

### Alina Bestard-Revilla

Licenciada en Filología en la especialidad de Lingüística Hispánica. Máster en Estudios Culturales Cubanos y del Caribe. Doctora en Ciencias Lingüísticas. Profesora Titular de la Facultad de Cultura Física. Universidad de Oriente. Santiago de Cuba, Cuba.

<https://orcid.org/0000-0002-6162-8534>

[abestard@uo.edu.cu](mailto:abestard@uo.edu.cu)

Recibido: 07/09/2020

Aprobado: 13/10/2020

Publicado: 01/01/21

**Resumen:** El objetivo de este estudio consistió en la determinación de las limitaciones existentes en el programa de la recreación física a partir del contenido de las actividades físicorecreativas como forma educativa hacia la comunidad, según las transformaciones actuales. La metodología se basó en un análisis del modo de actuación del profesor para el diseño de las actividades en la práctica de acuerdo con el proyecto integrador de los combinados deportivos. El análisis demostró insuficiencias en la selección del contenido como herramienta dinamizadora dentro del contexto comunitario. Basado en ese preexperimento se concluyó que la falta de preparación del profesor incidió en la determinación del contenido de la recreación física para la concepción de alternativas de forma educativa hacia una correcta utilización constructiva del tiempo libre de la comunidad.

**Palabras clave:** recreación física; combinado deportivo; contexto comunitario; contenido educativo; desarrollo integral del actor social

### Physical recreation like educational contents in the communal context

**Abstract:** The objective of this study was to determine the existing limitations in the physical recreation program based on the content of physical recreational activities as an educational form towards the community according to current changes. The methodology consisted of an analysis of the teacher's mode of action to design the activities in practice according to the integrating Project of the sports teams. The analysis showed inadequacies in the selection of content as a dynamic tool within the community context. Based on this pre-experiment, it was concluded that the teacher's

lack of preparation influences the determination of the content of physical recreation to generate educational alternatives towards a correct constructive use of the community's free time.

**Keywords:** physical recreation; sports teams; communal context; educational content; comprehensive development of the social actor

### **A recreação física como conteúdo educativo no contexto comunitário**

**Resumo:** O objetivo deste estudo radicou na determinação das limitações existentes no programa da recreação física a partir do conteúdo das atividades físico-recreativas como forma educativa para a comunidade, segundo as transformações atuais. A metodologia consistiu em uma análise do modo de atuação do professor para o desenho das atividades na prática de acordo com o projeto integrador das misturas esportivas. A análise demonstrou insuficiências na seleção do conteúdo como ferramenta dinamizadora dentro do contexto comunitário. Apoiado nesse prexperimento se concluiu que a falta de preparação do professor incide na determinação do conteúdo da recreação física para a concepção de alternativas de forma educativa para uma correta utilização construtiva do tempo livre da comunidade.

**Palavras-chave:** recreação física; combinado esportivo; contexto comunitário; conteúdo educativo; desenvolvimento integral do ator social

### **Introducción**

Como actor social y unidad biopsicosocial e histórica, el ser humano refleja y reproduce en su pensamiento y conciencia la realidad donde forma parte, así como ejerce en ella una acción transformadora llamada praxis, mediante la cual la propia condición humana se fortalece o debilita. Uno de los factores importantes para el cumplimiento de este principio lo constituye la recreación física, la que se establece de diferentes formas y contribuye al enriquecimiento espiritual, y la salud física y mental del sujeto que la ejerce. La misma es también un “derecho fundamental del ser humano, reconocida universalmente y establecida por la Organización de Naciones Unidas (ONU) como la sexta necesidad básica del hombre después de la nutrición, la salud, la educación, la vivienda, el trabajo y la seguridad social” (Guerrero, 2007, p.13).

Dentro del contexto comunitario, la recreación física posee gran importancia, al considerarse una necesidad social, psicológica y cultural. Mediante ella, el propio actor social modifica su forma de actuar, pensar y sentir, y genera valores y principios desde una perspectiva humanística; por tanto, es esencial en la preparación para la vida, donde los problemas personales

se transforman en el logro de beneficios. Para Guerrero (2007) la recreación física contribuye a la administración positiva del tiempo libre y al mejoramiento de la salud integral de quien la practica, y por su posibilidad de esparcirse es un medio socializador y comunicador que establece normas para la formación de hábitos de disciplina, respeto y amor.

Algunos autores, como Moreno (1997) y Osorio (2005) asumen ideas de Max-Neef (1994), cuando este fundamenta que la actividad recreativa es un medio para el desarrollo del hombre. O sea, se trata de una tarea que involucra de forma activa a un amplio espectro de participantes; genera cambios en lo subjetivo y en lo social; y realiza aportes para el crecimiento individual en la promoción de la autonomía y el autoconocimiento. Es un satisfactor sinérgico, pues además de cubrir la necesidad de ocio, potencia la realización de otras necesidades.

Las actividades físico-recreativas en Cuba se nombran de diversas formas, como, por ejemplo: actividades del tiempo libre, deporte masivo y deportes para todos, y en numerosas ocasiones se interpretan como procesos independientes con diferentes contenidos, pero todas tienen igual significación y persiguen los mismos objetivos hacia la comunidad.

Waichman (1993) asume tres enfoques característicos cuando maneja este concepto: el recreacionismo, la animación sociocultural y la recreación educativa.

El primer enfoque es un término atribuido a las actividades realizadas en el tiempo libre y tiene como fin el disfrute colectivo. Es decir, es el tiempo liberado de obligaciones de manera placentera y saludable que pertenece al mundo del entretenimiento y la diversión, y es ejecutado por profesionales capacitados para esta área.

El segundo proviene de la educación popular y de la participación social como forma de transformación en el sujeto de manera consciente y reflexiva. Su fin es educativo y transformador de realidades que permite el trabajo grupal y la toma de decisiones. De ahí que las acciones del profesor modifiquen, generen, reflexionen o tomen conciencia acerca de los valores sociales o institucionales.

El tercer enfoque concibe el ámbito de la educación como la transformación del actor social en todas sus dimensiones, ya sea intelectual, físico, social, cultural y afectivo. Por medio de un modelo pedagógico o didáctico promueve la reflexión, la creatividad, la concepción de valores y

el compromiso en diferentes ámbitos de la vida. Engendra un vínculo con la educación en contextos no formales en la liberación de palabras por medio del juego.

Este vínculo está interrelacionado con las necesidades y motivos de cada actor social. Se sustenta en que el contenido de dicha recreación como forma educativa hacia la comunidad no se limita solo a lo intelectual, pues se tiene en cuenta otro proceso, como el formativo no escolar, que permite al sujeto la obtención de un papel social en sus actividades.

Es decir, la recreación física como componente opcional del desarrollo educativo conforma su sistema sobre la base de los gustos, intereses, preferencias y necesidades de los actores sociales, y como proceso es inherente a la vida de las personas como ser social, visualizado así por los aportes brindados en lo relacionado con aptitudes, valores, habilidades motrices y capacidades físicas. Esta relación posibilita el análisis y la generación de conocimientos y experiencias de situaciones nuevas que forman en el sujeto la preparación integral para la vida social, por ello su necesaria inclusión tanto en el sistema educacional como en el deportivo.

Sin embargo, aunque la recreación física como forma educativa está encaminada al desarrollo físico e intelectual de los actores sociales de la comunidad, en la praxis no tiene entre los objetivos la educación de los diferentes grupos de edades, ni la contemplación de la salud física y mental, ni el crecimiento multilateral en los aspectos de la educación intelectual, física y estética; por lo que su contenido no se dirige hacia el crecimiento de las capacidades de rendimiento físico sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, ni del mejoramiento de las habilidades motrices básicas.

Además, en el ámbito académico y profesional, pese al enfoque multipropósito de la recreación física, existe una tendencia en los profesores de deporte de la selección de sus contenidos de acuerdo con las características reales de la comunidad y de las condiciones objetivas y subjetivas históricas, que ha conllevado a la creación de ciertas limitaciones en los programas de los combinados deportivos.

Desde los fundamentos actuales y la existencia de diversos criterios aportados, el contenido de las actividades de la recreación física recoge todas aquellas prácticas muy variadas que cumplen con los principios de consumo individual y colectivo, al ser expresión, materialización y

producto de determinadas relaciones sociales representadas en juegos y deportes. Por otro lado, el contenido radica también en la postura asumida por el actor social, mediante entretenimientos, prácticas sistemáticas y diversión, donde la atención se produce en dos movimientos: primero, hacia la recreación propiamente dicha (su contenido) y segundo, encaminada al aprovechamiento de los momentos de realización.

Desde el punto de vista educativo, este concepto no se interpreta en los combinados deportivos como una práctica que abarca todo lo relacionado con el uso racional del tiempo libre ni que impulsa los movimientos creativos e intencionales para la formación integral del actor social. En este medio es frecuente considerarla como un conjunto de actividades desarrolladas al margen de todo sistema operativo institucional o comunitario. Se minimiza así el alcance del contenido al interpretarla con un carácter reduccionista, donde cada actividad parece ser diferente en relación con otras, debido a múltiples obstáculos objetivos y subjetivos. Entre ellos se encuentran:

- La existencia de procedimientos centralizados y verticales que responden de forma estricta a lo establecido, sin que en las actividades se contemple una orientación educativa para la promoción de la independencia cognoscitiva y las capacidades creadoras de los actores sociales en la comunidad
- La presencia en la comunidad de múltiples programas institucionales que actúan de forma simultánea, pero sin un proceso de integración entre ellos, lo cual provoca desorientaciones en sus objetivos y contenidos, y en ocasiones choque de acciones que producen una reducción de su efectividad y eficiencia

El enfrentamiento de estas limitaciones requiere que el contenido de las actividades se conciba como forma educativa, donde el actor social facilita de manera productiva su propio aprendizaje y modos de actuación. Igualmente, se modifica la concepción de su metodología, encaminada a la búsqueda de conocimientos teóricos para la orientación de nuevos métodos hacia la solución constante de situaciones problemáticas que se manifiestan en su esfera de actuación.

El uso constructivo en la educación, según Fuentes (1998), es un complejo proceso real y subjetivo, individual y social, con su propia dinámica. Esto significa que el profesor no es un

simple “enseñante” sino un formador de personalidades, y al mismo tiempo sus educandos son miembros de una familia de grupos de intereses afines, pertenecientes a una comunidad y una sociedad, donde también se educan y forman como ciudadanos.

Ese proceso complejo en la recreación física no solo responde a la participación del actor social en actividades recreativas de tiempo libre con un programa organizado y dirigido por profesores de esa área, sino a la búsqueda de soluciones desde la capacidad del ser, de formarse y de hacerse, mediante el aprendizaje y la experiencia.

De ahí la necesidad de modificaciones en el programa de la recreación física de los combinados deportivos a partir de los conocimientos y habilidades, y de proporcionar la debida importancia a la educación de los actores sociales para el aprovechamiento de las oportunidades brindadas por los propios contenidos; además, es necesario la consideración de estos combinados en la planeación de los diferentes niveles de dirección y su inclusión en las actividades físicorecreativas hacia la comunidad.

En esa tarea se encuentra inmerso el colectivo de profesores del combinado deportivo como institución, así como la comunidad, a la cual corresponde su desempeño desde lo recreativo y educativo en un papel determinante en el proceso, así como las transformaciones para la orientación y la planificación de las actividades, con la posibilidad del reconocimiento del momento histórico determinado de una manera más significativa.

## **Métodos**

El desarrollo de esta investigación, que corresponde a un trabajo de maestría y doctorado perteneciente a la Facultad de Cultura Física de Santiago de Cuba, incluyó elementos preliminares a partir de los presupuestos teóricos y metodológicos de la recreación, plasmados en el año 2003, según los estudios acerca del tema en Cuba.

Para el análisis de las capacitaciones recibidas por los profesores en los combinados deportivos y el modo de actuación de los mismos, se realizó una búsqueda bibliográfica y documental y un diseño de actividades para su implementación en el proyecto integrador de los

combinados deportivos. Al mismo tiempo, se validaron las encuestas realizadas a los actores sociales.

Para la precisión de los contenidos de las actividades físicorecreativas, los articulistas realizaron entrevistas en la comunidad, de acuerdo con los gustos, intereses, necesidades y características de la misma.

La investigación fue desarrollada en el Distrito José Martí del municipio de Santiago de Cuba, con una muestra de 42 profesores de la recreación física del combinado deportivo Alejandro Urgellés, donde participaron 10 directivos, 9 metodólogos del departamento municipal de recreación, además de los 12 delegados del Consejo Popular Mariana Grajales.

## **Resultados**

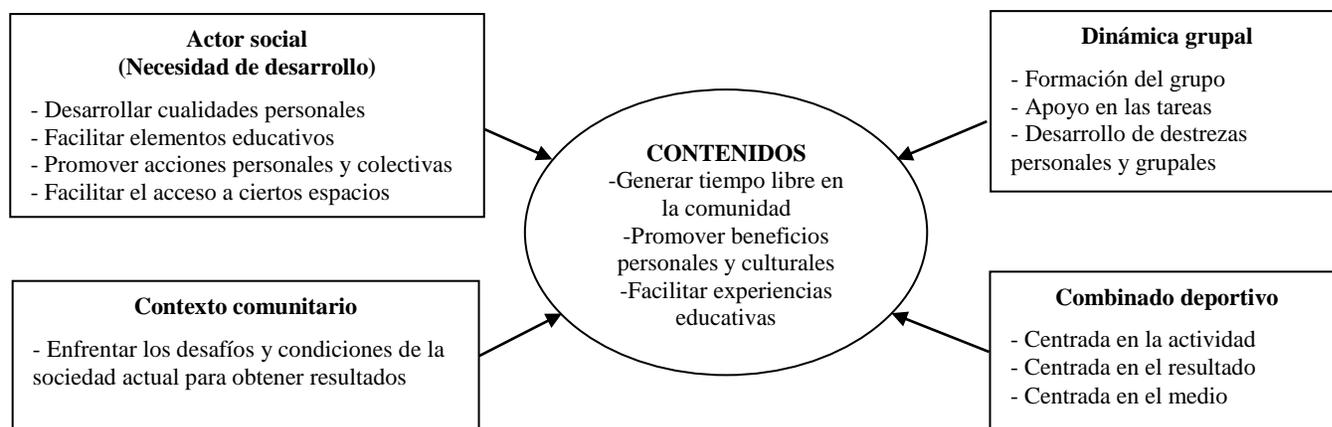
En relación con los estudios realizados por los articulistas y el criterio aportado por diferentes grupos de actores sociales en las comunidades, se encuentran diferentes vías de solución ante la realidad actual de la recreación física:

- 1- Ampliar la concepción de la recreación física para el conocimiento de otras propuestas de actividades
- 2- Generar alternativas para una utilización constructiva del tiempo libre
- 3- Revalorizar el tiempo libre como ámbito para el propio sujeto, donde se acentúe su utilidad social y los beneficios personales, sociales y ambientales
- 4- Modificar las concepciones culturales tanto de la recreación física como del tiempo libre para hacer énfasis en la educación del disfrute
- 5- Generar la capacidad de autonomía, el goce del placer y la sana recreación
- 6- Transformar los estilos de vida predominantes de la sociedad actual y las prácticas de tiempo libre que allí se desarrollan
- 7- Cuestionar lo establecido para la propuesta de una nueva ética social, nuevas formas de ser, de pensar y de relacionarse
- 8- Integrar los ámbitos formales y no formales de educación, en una educación del tiempo libre que potencie la participación de la comunidad

Estos resultados están acordes con las necesidades de desarrollo de los actores sociales, la dinámica del grupo en el cual se interviene, el contexto comunitario donde se desarrolla la recreación y el combinado deportivo como institución principal. Desde estas premisas surgen nuevos contenidos que se reconocen en el programa de la recreación física, que deben modificarse sobre la propia práctica. (Ver fig.1)

### Figura 1

#### Determinaciones en la selección de contenidos



Fuente: Elaboración propia

Esta selección del contenido cumple con tres cometidos:

1. Facilitar la creación de situaciones recreativas
2. Trabajar para que las actividades físicorecreativas sean beneficiosas
3. Convertirla en una experiencia educativa

El profesor incide en la educación del tiempo libre de los actores sociales para el apoyo de situaciones recreativas. Esto implica que se enseñe la organización y el uso de ese tiempo, sin alterar la autonomía personal en la gestión del propio uso, y que la orientación permita en los actores la actuación libre para sentir placer, satisfacción a través del descanso, diversión y desarrollo.

Las actividades físicorecreativas fomentan momentos de desarrollo, y se convierten en experiencias educativas de la realidad, así como en vivencias retroproyectivas de transformación

personal y colectiva, y constituyen una referencia en la recreación física. Estas actividades se estructuran en tres grandes bloques de contenido: tiempo libre, beneficios y experiencia de los actores sociales.

Los resultados se generan más allá del espacio disponible en una auténtica educación de ese tiempo libre. Para ello se comienza con la facilitación de situaciones de actividades que muestren un buen uso de ella. Después, con el aseguramiento de la mayor cantidad de beneficios personales y culturales para la consolidación del tiempo como experiencia positiva. De la misma manera, en la búsqueda del contenido ético necesario para que los beneficios faciliten la vivencia de una experiencia educativa en la comunidad.

Por último, se tiene en cuenta el papel decisivo e importante de cada profesor de los combinados deportivos, donde se reforme su labor con un enfoque más integral en su proceder educativo. Ello constituye una alta exigencia hacia la comunidad, que implica la observación de las normas de la moral socialista y de las responsabilidades colectiva e individual de los actores sociales para la sociedad.

### **Discusión**

La existencia de limitaciones en las actividades de la recreación física se debe en su esencia a la preparación de los profesores de los combinados deportivos, pues estas actividades desde el punto de vista teórico no siempre son consideradas como una necesidad básica para todos los seres humanos, al no estar ellos conscientes de sus beneficios, entre los que se destacan la propia determinación social del sujeto y el correcto desempeño del mismo en el proceso de desarrollo de la comunidad.

La recreación física no puede ser vista desde una perspectiva tradicional, como teorización y portadora de concepciones científicas sin una visión que integre las diversas dimensiones de trabajo, ni tampoco como proceso enfocado más en el aprendizaje que en la enseñanza, pero sí apreciarla desde una perspectiva sociocultural e histórica, la cual imprime desde su objetivo ese verdadero carácter.

Como actividad constituye un elemento importante en la propia formación de la

personalidad, ya que favorece la educación y el desarrollo mediante la realización de diversas actividades tanto físicorecreativas, como deportivas.

Cada combinado deportivo trabaja para que la educación hacia la comunidad esté orientada hacia el desarrollo científico y cultural, y hacia la formación de ciudadanos responsables y conscientes; por lo que al programa de la recreación física se incorporan aquellos conocimientos, habilidades y capacidades relacionados con las actividades físicorecreativas que contribuyan al desarrollo personal, a una mejor calidad de vida, y, más allá de la búsqueda del disfrute, se sitúe en la creación de hábitos, conceptos, actitudes positivas y favorables de alguna actividad física.

Por otra parte, el contexto comunitario genera aprendizajes, modifica el pensamiento del actor social en su participación en la realidad, y modifica conductas, hábitos y actitudes. Es decir, se aspira a un actor social consciente, comprometido y protagonista de sus propias actividades.

Estas circunstancias condicionan ciertos modos de actuación en el profesor de la recreación física llamada praxis, donde sería el facilitador de las sinergias grupales y mediador entre los intereses de los actores sociales y los institucionales en dependencia del contenido de intervención. A su vez, implica un abordaje dinámico y un tratamiento flexible al no reducirse a una programación previa, pues los contenidos y tareas son las actividades físicorecreativas de origen social y cultural que emergen, se negocian, definen y redefinen gracias a la actividad educativa.

## **Conclusiones**

El contenido educativo de la recreación física constituye una herramienta dinamizadora dentro del contexto comunitario para la conformación de una cultura integral en los actores sociales durante el tiempo libre.

El mismo erradica las limitaciones existentes en el programa de la recreación física de los combinados deportivos, así como mejora la preparación del profesor en su desempeño laboral al proporcionar una mayor calidad de vida a las presentes y futuras generaciones.

### Referencias bibliográficas

- Fuentes, H. C. (1998). *Dinámica del proceso docente educativo de la Educación Superior*. Centro de Estudios de Educación Superior Manuel F. Gran. Universidad de Oriente.
- Guerrero, G. (2007). *La recreación comunitaria; alternativa para el desarrollo social* [presentación de artículo científico]. XXVI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. Asociación Latinoamericana de Sociología, Guadalajara.  
<https://www.aacademica.org/000-066/1907>  
<https://cdsa.aacademica.org/000-066/1907.pdf>
- Max-Neef, M. (1994). *Desarrollo a escala humana: conceptos, aplicaciones y algunas reflexiones*. Icaria.  
[https://www.max-neef.cl/descargas/Max\\_Neef-Desarrollo\\_a\\_escala\\_humana.pdf](https://www.max-neef.cl/descargas/Max_Neef-Desarrollo_a_escala_humana.pdf)
- Moreno, A. (1997). Las actividades físicas y recreativas para el tiempo libre y el ocio. En J. Hernández (Ed.), *Salud, deporte y educación*. Las Palmas.
- Osorio, E. (2005). *La recreación y sus aportes al desarrollo humano*. Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación-Funlibre.  
<http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/EOsorio.html>
- Waichman, P. (1993). *Tiempo Libre, Deportes y Recreación. Una aproximación pedagógica*. Conferencia Internacional de Recreación y Deportes para Todos. Venezuela.