



**Universidad  
de Holguín**

FACULTAD  
CULTURA FÍSICA  
Y DEPORTES

**TRABAJO DE DIPLOMA EN OPCIÓN AL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA**

Programa recreativo para los niños de quinto y sexto  
grado de la escuela primaria Francisco Prevals

Autor: Juan Rafael Olivero Téllez

Tutor: MsC. David Alberto Machín. Profesor Auxiliar

Holguín, 2021

## **Resumen**

El trabajo de diploma titulado, "Programa recreativo para los niños de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals" parte del estudio de los fundamentos teórico- metodológicos que sustentan las actividades físicas recreativas para el empleo del tiempo libre de estas edades y diagnostica las condiciones que existen para desarrollar este programa recreativo. Para el desarrollo de esta investigación se utilizan diferentes métodos de nivel teórico: análisis de fuentes, analítico- sintético, inductivo-deductivo y de nivel empírico: observación, encuestas y entrevistas. El resultado del mismo consiste en el diseño del programa Recreativo aprovechando las potencialidades del entorno, partiendo del diagnóstico que se realiza en esta etapa.

## Índice

Introducción	1
Desarrollo	7
Conclusiones	17
Bibliografía	18
Anexos	21

## Introducción

La Recreación debe representar una fuerza activa mediante la cual lejos de ser una evasión del trabajo, sea una actividad para el desarrollo del individuo a plenitud. Esto quiere decir que se irá al cultivo óptimo de sus facultades, ya que por medio de esta actividad el individuo se enriquece, profundiza su concepción del mundo.

La recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística - cultural, sin compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

El hecho de que el individuo obtenga satisfacción directa de ciertas actividades hace que gran parte de estas sean para él formas de recreación. Debido a que muchas personas derivan experiencias satisfactorias del mismo tipo de actividad, estas han pasado a ser consideradas como formas de recreación, aunque esencialmente la esta, es la actitud que caracteriza la participación en estas actividades que den satisfacción, alegría y desarrollo.

Diferentes autores se refieren al concepto de Recreación, por ejemplo:

Fabián Vilas (2002), define a la recreación como: “El conjunto de actividades y/o acciones que tienen como objetivo el desarrollo pleno del sujeto en su contexto social y en el marco de su libertad para elegir y que están atravesadas por un sentimiento de placer y renovación permanente”

Cuenca (2004) “como un modelo vivencial de educación en el ocio, en tanto intervención educativa a largo plazo, que se basa en situaciones, vivencias y experiencias formativas relacionadas con el tiempo libre”.

Pérez, 2010 reconoce que dentro de esta perspectiva, en Cuba siguiendo la tradición ideológica-conceptual marxista, por un lado, e insertados en la realidad sociocultural latinoamericana por otro, se utiliza el término recreación, en lugar de ocio, el cual se considera plagado de connotaciones negativas que lo asocian a la

pasividad, a la ausencia de contenidos positivos, a la contradicción con el trabajo, a la indeterminación social y al individualismo.

Mateo (2012), “La recreación es un concepto que evoluciona en torno al tiempo libre y al ocio, y (...) es objeto también de numerosas interpretaciones y definiciones. Las tendencias fundamentales en la conceptualización de la recreación son las que están dirigidas a verla como actividad o como experiencia, sin negar la existencia de otras concepciones.” (p. 21)

Domínguez (2018) “... es precisamente el concepto de recreación el que mejor refleja y con mayor plenitud el desarrollo de esta clase de actividad vital selectiva de la gente durante el tiempo libre. Pues, en todos los casos expresa una relación marcada entre la temporalidad, una acción concreta sobre la realidad, un grado de libertad expresado en la selección de la acción y una satisfacción compensatoria o creativa que supone el fin a lograr con la actividad.”

Existe coincidencia en los siguientes aspectos: la recreación es un concepto que evoluciona en torno al tiempo libre; el tiempo de recreación como instrumento para asegurar la autonomía y libertad del individuo, por lo general se refieren a la libertad para elegir las actividades recreativas en su tiempo libre; la recreación como modelo de participación sociocultural, que ofrece la posibilidad de estimular la participación, la cual satisface las necesidades humanas de relacionarse (actividad-experiencia); el deporte, el arte y otras actividades sanas como medios de la recreación.

En Cuba la recreación constituye una de las prioridades del estado cubano, por ello se desempeñan los recursos humanos y materiales que se invierten día tras día para el logro de satisfacer las expectativas de todas las personas. Es así que se creó un organismo rector el Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER), son innumerables la creación de escuelas formadoras de profesores de educación física y recreación, se lucha porque todas las facultades de cultura física del país se acrediten de excelencia para la óptima formación de profesionales que con su accionar ofrezcan una mejor calidad de vida.

El criterio de organización del espacio recreativo, y la influencia de su adecuada utilización en el comportamiento de las personas con la aplicación de un programa recreativo efectivo por lo general logra influencia positiva desde el punto de vista socio - psicológico.

Por lo que es importante la sociología y psicología social, en el estudio de la actividad recreativa. La sociología del tiempo libre estudia las demandas recreativas de los grupos sociales y establece su ligazón con las demandas de las formaciones sociales más amplias y de la sociedad en su conjunto. La psicología social estudia las exigencias psicológicas respecto al medio recreativo, propias de los grupos sociales e individuos.

La Universidad de Holguín aporta también a esta dinámica de trabajo, porque hasta el año 2017 lleva a cabo el proyecto investigativo institucional denominado "Gestión de los recursos humanos en el desarrollo de actividades físicas recreativas comunitarias" y luego le da continuidad como parte del tema "Deporte para todos, con la búsqueda de vías para mejorarla formación de los futuros profesionales de la Cultura Física, en especial en la esfera de actuación de la Recreación Física. La formación de los estudiantes por Curso Regular Diurno (CRD), constituye un objetivo importante de la carrera Cultura Física y la disciplina Recreación Física se imparte para todos, con tres asignaturas: Recreación Básica, Actividades Recreativas en la Naturaleza y la Práctica Laboral Investigativa.

Para perfeccionar la formación de estos profesionales se diseñó el proyecto extensionista "Pensando en ti", donde se insertan un grupo de estudiantes que gestionan la realización de actividades recreativas en varios escenarios y uno de estos escenarios lo constituyen las comunidades del Plan Turquino y en especial los centros educacionales existentes en ellas.

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

un conjunto de estas actividades, donde se vinculan los profesores de recreación que laboran en los Combinados Deportivos con los profesores de Educación Física y los Guías de Pioneros.

En el municipio Sagua de Tánamo por sus propias características. En la comunidad Cana existen problemas sociales y conductas inadecuadas de algunas personas adultas que se dedican al consumo de alcohol y están desvinculados del trabajo, algunos de los niños que estudian en la escuela primaria de esta comunidad reciben la influencia negativa que generan estas problemáticas.

El estudiante investigador reside en la comunidad donde está localizada la escuela y cursó en ella la primaria, ahora es alumno de la carrera Cultura Física y trabajó en este escenario durante dos años como miembro del proyecto extensionista "Pensando en ti" y con más intensidad en el verano del año 2019, lo que le permite a partir de la experiencia personal y la realización del estudio diagnóstico inicial permite definir

Se define como problema científico ¿cómo lograr una programación recreativa que aproveche las potencialidades que ofrece el medio ambiente en la comunidad Canoa del municipio de Sagua de Tánamo e influya en la preparación académica de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals?

El objetivo consiste en elaborar un programa recreativo que aproveche las potencialidades que ofrece el medio ambiente en la comunidad Canoa del municipio de Sagua de Tánamo e influya en la preparación académica de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals .

### **Preguntas Científicas**

1. ¿Qué características posee el marco teórico-conceptual para el desarrollo de las actividades recreativas vinculadas a los niños?

2. ¿Qué condiciones existen para la elaboración de un programa recreativo que aproveche las potencialidades que ofrece el medio ambiente en la comunidad Canoa del municipio de Sagua de Tánamo e influya en la preparación académica de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals del municipio Sagua de Tánamo?
3. ¿Cuáles son los intereses recreativos de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals del municipio de Sagua de Tánamo?

### **Tareas Científicas**

1. Caracterizar el marco teórico – conceptual para el desarrollo de las actividades recreativas vinculadas a los niños
2. Diagnosticar las condiciones existen para la elaboración de un programa recreativo que aproveche las potencialidades que ofrece el medio ambiente en la comunidad Canoa del municipio de Sagua de Tánamo e influya en la preparación académica de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals del municipio Sagua de Tánamo.
3. Definir los intereses recreativos de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals del municipio de Sagua de Tánamo.

### **Métodos y procedimientos:**

Métodos de nivel teóricos

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



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

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

#### Métodos del nivel empírico

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

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

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

Población y muestra: coincide la muestra con la población: 9 niños de 5to y 6to grado

## Desarrollo

### **Caracterizar el marco teórico–conceptual para el desarrollo de las actividades recreativas vinculadas a los niños de quinto y sexto grado**

Los niños que cursan el quinto y sexto grado en la primaria oscilan en las edades de 9 a 12 años, en estas edades continúa el proceso de crecimiento físico, las niñas evidencian un ritmo más acelerado en este sentido, se forman las curvaturas vertebrales: cervical, pectoral y de la cintura, aún no es completa la osificación del esqueleto; poseen gran flexibilidad y movilidad, el sistema óseo – muscular se fortalece al igual que los ligamentos. La circunferencia de la caja torácica aumenta y adopta forma de cono invertido. Se favorece la función respiratoria progresivamente en relación con el fortalecimiento de los músculos que tienen que ver con esta función.

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

La relación entre los procesos de excitación e inhibición varía. La inhibición se va acentuando con el acercamiento a la pubertad; se logra mayor estabilidad en la relación de ambos procesos, es un período de mucha energía y tienen la necesidad de realizar actividades que generen mucho movimiento, con gasto energético elevado, porque el niño posee una gran reserva de energía que puede gastar y recuperar fácilmente, rápidamente. Los músculos en pleno crecimiento exigen movimiento.

El cuerpo del niño requiere de liberación motriz, no solo en la clase de Educación Física; por lo que la ocupación adecuada de su tiempo libre con actividades dinámicas es importante. Así todo proceso planificado para niños de esta edad,

debe considerar que la actividad física es medular en la consecución de los objetivos propuestos, de manera que el sujeto beneficiado no se convierta, desde el punto de vista volitivo, en una barrera para la materialización de dichos propósitos.

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

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

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

El lenguaje se desarrolla y logra coherencia a través del cual alcanza la función comunicativa y comienza a poseer una función intelectual y a desarrollar una imaginación creadora, puede representar situaciones y estados sobreentendidos de los objetos. Los motivos aún no son estables; pero es capaz de orientar su

comportamiento por deseo propio, demostrando mayor control conductual. El interés cognoscitivo puede transitar del conocimiento del hecho a la solución de determinados problemas. Las emociones y sentimientos son fuentes importantes en la formación de componentes de carácter moral.

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

Para la planificación de actividades recreativas en las escuelas primarias para los estudiantes de estas edades es necesario tener en cuenta estas características porque sugieren desarrollar actividades dinámicas con alto gasto energético, las que se pueden combinar con otras que requieran fuerza muscular a partir del desarrollo que logran y también otras que influyan en la memoria, pero es importante planificar bien la relación trabajo descanso, porque por las propias características que se valoran aparentemente a estas edades no se fatigan los niños y una mala dosificación puede llevarlos a un estado de fatiga descompensada.

Los juegos de mesas que requieran desarrollo de la memoria, las actividades físicas donde desarrollen recorridos, lanzamientos y que necesiten alto nivel de esfuerzo, son adecuadas, además las actividades en contacto con la naturaleza que requieren de caminatas, las que pueden extenderse hasta dos o tres kilómetros, con periodos de descanso contribuyen a su formación y despiertan alto nivel de motivación. A estas edades existe preferencia por determinados juegos deportivos, los que pueden desarrollarse con diferentes variantes.

## **Diagnóstico de las condiciones que existen para la elaboración de un programa recreativo en la comunidad Canoa para los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals**

Canoa es una 12 km del poblado de comunidad rural eminentemente agrícola y cafetalera situada en el macizo montañoso del plan turquino Sagüero a unos Sagua de Tánamo, al norte colinda con el barrio de Guagüi del mismo Consejo Popular, al sur colinda con el barrio del Mijjal, al oeste con el barrio del Guarano, los dos del Consejo Popular El Carmen y al este con el barrio de Andrés del Consejo Popular de Castro.

Pertenece a la circunscripción # 41 del Consejo Popular la Plazuela, la cual cuenta con dos formas de producción eminentemente cafetalera, la CCS Orlando Regalado y la UBPC Francisco Prevals, tiene un consultorio de la familia, dos bodegas, 3 escuelas primarias, una despulpadora de café. Para desarrollar actividades recreativas existe un área permanente, donde trabaja un profesor de recreación del INDER.

Próximo a la comunidad existe un río y muchas zonas de montaña, con una flora y fauna variada, propia del macizo montañoso Sagua Baracoa, favorable para la realización de actividades en contacto con la naturaleza.

La población de Canoa es de 422 habitantes de ellos 201 del sexo femenino y 221 del sexo masculino, adultos 253 de ellos adultos mayor 105, existen 54 niños, niños en edades escolares 88, y menores de edad escolar 27.

La escuela primaria Francisco Prevals tiene una matrícula de 17 estudiantes distribuidos de la siguiente manera por grados:

Primer grado: 2 del sexo masculino

Segundo grado: 2 uno de cada sexo.

Tercer grado: 1 del sexo femenino

Cuarto grado: 3 de ellos 1 del sexo femenino y 2 del sexo masculino

Cuarto grado: 4, 2 de cada sexo

Sexto grado: 5 estudiantes 2 del sexo femenino y 3 del sexo masculino

Al valorar la caracterización pedagógica del 5to y 6to grado se constata que es un aula mixta con una matrículas total de 9 alumnos, el nivel de aprendizaje es promedio, existe una preocupación por parte de las familias para el apoyo a los maestros en cuanto a sus hijos, existen hogares de estudio, donde se reúnen para el estudio de las diferentes asignaturas.

La escuela primaria Francisco Prevals tiene un total de 5 maestros y una trabajadora de limpieza, 4 de ellos son licenciados, 1 técnico medio, un profesor de Educación Física en la escuela y un profesor de recreación que atiende la zona de Canoa, en ocasiones el profesor de recreación de la comunidad imparte las clases de Educación Física y así intercambian y realizan actividades en contacto con la naturaleza de forma ocasional.

Los intereses recreativos de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals del municipio de Sagua de Tánamo están relacionado con la realización de actividades al aire libre: bañarse en el río y realizar acampadas.

Además les gusta jugar pelota y fútbol, realizar tracción de soga y desarrollar actividades tradicionales como jugar trompo y bolas. A las niñas además les gusta bailar y realizar desfiles de modas.

De acuerdo al análisis estratégico de la caracterización se definen las fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades existentes para el desarrollo de un programa recreativo.

Las fortalezas están dadas en que la escuela primaria se ubica en una comunidad donde existen potencialidades para el desarrollo de actividades en contacto con la naturaleza, con un río zonas montañosas y riqueza en la flora y la fauna. Les gusta el fútbol, beisbol, realizar otras actividades en contacto con la naturaleza y

juegos tradicionales. Existe fuerza técnica especializada en recreación Física y un área permanente.

Constituyen debilidades: los pocos medios materiales para el desarrollo de actividades físico- recreativas, limitaciones en el activismo en función del deporte y la recreación, pocos estudiantes lo que no favorece la realización de juegos en equipos.

Las oportunidades los constituyen las orientaciones aprobadas a nivel nacional por el INDER, que le dan prioridad a las actividades deportivas y recreativas, la existencia de investigaciones en la propia facultad de Cultura Física y Deporte, que permiten generalizar experiencias relacionadas con la cultura del empleo del tiempo libre y el cuidado del medio ambiente.

Como principal amenaza está presente la situación que genera la pandemia del COVID-19, que limita desde hace más de un año las actividades normales de los estudiantes, por lo que realizan pocas actividades físicas y en contacto con la naturaleza. Limitaciones financieras que tiene el país que afecta la compra de medios esenciales para desarrollar las actividades físico- recreativas.

### **Estructura del programa recreativo para aprovechar las potencialidades que ofrece el medio ambiente en la comunidad Canoa del municipio de Sagua de Tánamo**

Objetivo:

Diseño de un programa recreativo que aproveche las potencialidades que ofrece el medio ambiente en la comunidad Canoa del municipio de Sagua de Tánamo e influya en la preparación académica de los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals del municipio Sagua de Tánamo.

Metas

1. Planificar actividades recreativas los días de semana, al menos en tres ocasiones, que se desarrollen en los horarios del medio día y a partir de las

4:00 PM, las que se incrementan de acuerdo al nivel de aceptación de los estudiantes de quinto y sexto grado.

2. Organizar la recreación los fines de semana, con la realización de juegos recreativos y actividades en contacto con la naturaleza, asegurar por lo menos 2 actividades mensuales.
3. Incrementar el desarrollo de actividades recreativas, para los niños durante la nueva normalidad, cumpliendo los protocolos para la protección contra la COVID-19.

No.	Actividades recreativas	Lugar	horario	Responsable
	<b>Actividades de Ludoteca</b>			
<b>1</b>	Juegos de Dominó	Aula	1:00 PM	Maestro
<b>2</b>	Torneo de Damas	Aula	1:00 PM	Maestro
<b>3</b>	Juegos didácticos, para la enseñanza de las matemáticas	Aula	1:00 PM	Maestro
	Juego deportivos recreativos			
<b>1</b>	Fútbol callejero	Área Permanente	4.00 PM días de semana 9:00 AM Sábados	Activista y profesor de Recreación
<b>2</b>	Juego de pelota a la mano	Cancha de baloncesto	4.00 PM días de semana 9:00 AM Sábados	Activista y profesor de Recreación
<b>3</b>	Juegos que ajedrez	Aula	1:00 PM	Maestro



	Actividades en contacto con la Naturaleza			Padre activista y profesor de Recreación, guía de pioneros
<b>1</b>	Excursión	Áreas próximas a la escuela		Activista y profesor de Recreación, Recreación, guía de pioneros
<b>2</b>	Acampada	Próximo al río	Viernes amanecer sábado	Activista y profesor de Recreación, Recreación, guía de pioneros
<b>3</b>	Itinerario recreativo, con baños en el río	Río	Primer sábado del mes	Padre activista y profesor de Recreación, Recreación, guía de pioneros
	Otras actividades			
<b>1</b>	Festival deportivo recreativo, con la participación de diferentes grupos de edades	área permanente	Domingo 2 en cada semestre y el las vacaciones	Profesor de recreación y activistas
<b>2</b>	Competencias de actividades manuales	Escuela	Días de semana	Maestro y profesor de recreación

## **Sugerencias metodológicas**

1. Para el desarrollo de las actividades deben tenerse en cuenta las medidas para evitar propagación la COVID-19, de acuerdo a los protocolos establecidos para la nueva normalidad.
2. Las actividades están dirigidas niños de 9 a 11 años, por lo se deben tener en cuenta las características de estas edades, donde es importante planificarle actividades física recreativas, con adecuada organización, donde predomine el trabajo en equipo y actividades en vínculo directo con la naturaleza.
3. Para la planificación y desarrollo de las actividades es importante tener en cuenta: juegos tradicionales populares, para su rescate, a partir de la motivación que se logre en los participantes.
4. En las actividades que se planifiquen pueden participar niños de ambos sexos y son inclusivas para otras edades.
5. La propuesta es abierta y si alguna nueva actividad logra alto nivel de motivación se incluye.
6. De las actividades planificadas las que más gusten, se incrementa la frecuencia de realización.
7. Coordinar con otros profesores y activistas para el desarrollo de las actividades.

## **Descripción de las actividades recreativas**

**Nombre:** festival deportivo recreativo en saludo a fecha histórica

**Objetivo:** celebrar esta fecha histórica y que los jóvenes sean los protagonistas de la festividad realizando diversas actividades recreativas culturales.

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

**Organización:** se formarán áreas con las distintas actividades que se ofertan y cada cual escoge en cuál va a participar. Se realiza apertura significando la fecha que se conmemora o la causa por la cual se realiza la actividad, además se definen las áreas y los responsables, al final se realiza la clausura, donde se felicita a los participantes y a los que se destacaron por su activa participación.

**Desarrollo:** las ofertas son, juegos de mesa: dominó, dama cartas y parchís, tracción de la soga, juegos pre-deportivos como voleibol y fútbol, exhibiciones gimnásticas deportivas y en la parte cultural competencias de baile y canto. Pueden sumarse junto a los jóvenes otros grupos de edades para que puedan disfrutar de la conmemorativa actividad y aporten nuevas iniciativas e ideas para que sea más amena.

**Nombre:** ‘Acampada’

**Objetivo:** Desarrollar el amor hacia la naturaleza y la fauna.

**Materiales:** mochila, agua, alimentos, vestuario apropiado

**Organización:** se selecciona el lugar por sus características naturales, con previa coordinación con organismos y entidades de la comunidad.

**Desarrollo:** se realizan actividades recreativas educativas como: competencia de cantos, cuentos, anécdotas y encuentro de conocimiento, se encenderá una fogata y se impartirán charlas educativas acerca del aprovechamiento de las riquezas de la naturaleza, incentivar a los jóvenes que no tiren basura y no maltratar los animales.

**Reglas:**

Todos deben llevar una planta para sembrarla.

Mantener el orden y la disciplina

**Nombre:** ‘‘Encuentro deportivo recreativo’’

**Objetivo:** celebrarlo en conmemoración de fecha histórica, el protagonismo principal es de los niños.

**Materiales:** net, pelota de voleibol, de fútbol y beisbol

**Organización:** se conformaran los equipos para cada actividad teniendo en cuenta las preferencias del participante, se invitan a personas que conozcan de los deportes ofertados para que sirvan de árbitros.

**Desarrollo:** Se lleva a cabo el juego deportivo seleccionado cumpliendo los requerimientos establecidos

**Reglas:** se cumplen las reglas del juego deportivo que se selecciona, pero se le pueden realizar adaptaciones, sin que cambien su esencia, porque son actividades recreativas.

## **Conclusiones**

1. La valoración del marco teórico – conceptual permite fundamentar el desarrollo de las actividades recreativas vinculadas a los niños de 11 y 12 al determinar sus particularidades.
2. El diagnóstico integral favorece la realización del análisis estratégico, donde se valora que existen las condiciones para la elaboración de un programa recreativo para los estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela primaria Francisco Prevals del municipio Sagua de Tánamo.

## Bibliografía

1. Caballero Rivacoa, María T. y Mirtha Yordi García. (en soporte digital, s.a.) El Trabajo Comunitario. Una Alternativa cubana de desarrollo social. Camagüey Cuba, Ediciones Ácana, 24p.
2. Cervantes J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Ed. Mungía y Hnos, México.
3. Domínguez V. A. (2018). Estrategia metodológica para la labor educativa de los docentes de la disciplina Recreación Física en la carrera de Cultura Física. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física.
4. Duarte, F. (2003). El Programa Recreativo. Artículo. I Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en Recreación. Colombia.
5. FUMLIBRE. (2004). Planeación y operación de programas recreativos. En <http://www.funlibre.orgdocumentosidrdplaneacion.html.htm>.
6. Fullea, Pedro y colectivo de autores. Libro electrónico (s.a.) Recreación Comunitaria. Dirección Nacional del INDER. La Habana, Cuba, 81p.
7. Hernández González, Alberto. (2000) Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación socio cultural. Disponible en: <http://www.efdeportes.com>. Consultado el 12 de octubre del 2008, 4p.
8. Machín, D.; et, alt (2018). Proyecto extensionista pensando en ti. DeporVida Enero Marzo 2018.
9. Mateo Sánchez, J.L.(2009) Programa Recreativo para contribuir a la formación de una cultura de empleo racional y sano del tiempo libre en la comunidad de estudiantes de Cultura Física. Tesis de maestría. Soporte digital.
10. ----- (2012) La formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de Cultura Física. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Holguín, Facultad de Cultura Física.

11. Partido Comunista de Cuba. Documentos del VI Congreso y la Primera Conferencia del PCC. Impreso en la Empresa Poligráfica de Holguín. Febrero del 2012.
12. Pérez Sánchez, Aldo. (en soporte digital, 2003) Recreación. Fundamentos Teóricos Metodológicos. Ciudad de la Habana. Instituto Superior de Cultura Física," Manuel Fajardo", 82p.
13. Ramos, Rodríguez, Alejandro. (2001) Las Necesidades Recreativas Físicas en los Consejos Populares Norte y Sur del Municipio San José de las Lajas UNAH. Informe Taller Nacional Gestión Tecnología Medioambiental Municipal, 13p.
14. ----- (en soporte digital, 2009) Monografía Tiempo Libre y Recreación en el desarrollo Local. Centro de Estudio de Desarrollo Agrario y Rural. La Habana, 118p
15. Rodríguez Milanes, Eulogio. (2006) Tiempo Libre y Personalidad. La Habana, Editorial Ciencias Sociales, 126p.

## Anexos

### Anexo No1

#### **Encuesta a la muestra**

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

Estimado estudiante:

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

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

#### ***Me gusta:***

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



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

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

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

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

***Me gusta realizar las actividades en:***

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

***Me gusta realizar las actividades en compañía de:***

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

## Anexo 2

### **Guía para realizar el diagnóstico**

Para la organización del diagnóstico el investigador realiza el análisis del entorno de la escuela primaria Francisco Prevals, donde tiene en cuenta la comunidad y

sus alrededores, para buscar las potencialidades para la propuesta del programa de actividades recreativas donde valora los siguientes indicadores:

I. Espacio/contexto

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

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

- Preparación.
- Experiencia.
- Vocación.

III. Población

- Características.
- Necesidades.
- Intereses.
- Experiencias

IV. Institución organizadora

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

