

Trabajo de diploma para optar por el título de Licenciado en Cultura Física

Actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo

Autor. Alejandro Antonio Brown Carrión

Tutora. MSc. Adriana Bueno Salazar. Profesor Auxiliar

Holguín 2021



PENSAMIENTO

“El tiempo libre y la recreación sana cuando se hace un uso adecuado y racional de ello es capaz de transformar al individuo en una personalidad altamente intelectual.”

Fidel Castro Ruz“

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a nuestra Revolución Socialista.

A mis amigos más cercanos, amistades a todos mis familiares.

A mis compañeros del grupo que han sido ejemplares para lograr esta difícil tarea.

A mis profesores que de una forma u otra me brindaron su apoyo.

A mis consultantes que me han apoyado incondicionalmente para este gran éxito y en especial: A mis padres por la confianza que depositaron en mí, que con tanto amor y responsabilidad han sabido guiarme por el mejor camino.

A mi tutora. MSc. Adriana Bueno Salazar

A Todos Muchas Gracias, por sus orientaciones metodológicas, conocimientos y confianza para la realización de esta experiencia investigativa.

Síntesis

Con el presente trabajo se espera satisfacer una necesidad recreativa inminente con niños comprendidos en la edad de 9 a 11 años en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín, a través del mismo se hace un diagnóstico de los intereses y necesidades deportivas recreativas así como el uso correcto del tiempo libre en la muestra objeto de investigación, mediante una recreación sana y variada. Para la realización de este trabajo se utilizaron los métodos teóricos, empírico: la encuesta, la observación participativa. Para el trabajo se desea lograr combinar actividades de juegos pasivos, animación, competencias de recreación en los festivales deportivos recreativos según sus necesidades permitiendo valorar la propuesta de las actividades.

Indice

	Página
❖ Introducción -----	1- 3
❖ Desarrollo -----	7
❖ Conclusiones -----	39
❖ Bibliografía -----	40

Introducción

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quien la identifique de diferentes formas es por eso que muchas veces encontramos que lo que para uno es recreación para otro no lo es, por lo tanto recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, deportiva o artística cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

El 23 de febrero de 1961 se crea el Instituto Nacional de Deporte Educación Física y Recreación INDER, a través del cual se comenzaron a canalizar todos los esfuerzos por el desarrollo del deporte y la recreación hasta los lugares más intrincados del país, en centros educacionales y laborables para ocupar su tiempo libre en actividades que le permitan relajar satisfacer y armonizar su mente y su cuerpo.

La investigación se realizará en la circunscripción 65 donde se realizó un diagnóstico atendiendo a la necesidad de tener en cuenta la recreación, el tiempo libre y los gustos preferencias en los niños y delimitándose que las actividades recreativas no se corresponden con los gustos y preferencias de los niños, los horarios para realizar las actividades recreativas no son los más factibles además los gustos y preferencias de las actividades que deseaban realizar los niños.

Por lo que podemos plantear el siguiente **Problema científico**. ¿Cómo mejorar el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad de la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín?

Se plantea el siguiente Objetivo. Seleccionar una propuesta de actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad de la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín

Se determinan las preguntas científicas para fundamentar teóricamente la investigación

1- ¿Cuáles son los fundamentos teórico - metodológicos que sustentan el proceso de la recreación en los niños ?

2- ¿Cuál es el estado actual que presenta las actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín?

3- ¿Cuál es la estructura y contenido que presenta la propuesta de actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín?

Para dar cumplimiento al objetivo, respuesta a las preguntas y solución al problema científico, se determinaron las tareas científicas:

1. Determinación de los fundamentos teórico - metodológicos que sustentan el proceso de la recreación en los niños

2. Diagnóstico del estado actual presenta las actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín

3. Estructurar metodológicamente la propuesta de las actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín

Métodos del nivel teórico

Analítico – sintético. Durante la investigación fue utilizado 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 permitieron sintetizar los aspectos esenciales.

Inductivo – deductivo. En todo el análisis fenomenológico de los diferentes elementos para la propuesta de las actividades recreativas en la muestra seleccionada para la investigación.

Métodos y procedimientos del nivel empírico

Observación participativa: por parte del investigador en cada actividad recreativa con la muestra seleccionada, recopilando los datos en una guía de observación participativa.

Encuesta: a la muestra escogida con el objetivo de conocer cuales eran los gustos, necesidades y preferencias de los niños.

Entrevista: al presidente del consejo popular y profesores de recreación con el objetivo de conocer las ofertas y planificaciones de actividades recreativas, el nivel

de conocimientos que poseen sobre las actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad.

Población y Muestra

La investigación se realizó con niños de 9 a 11 años de edad en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín con una población de 315, de ellos se tomó una muestra de 40, 25 son del sexo masculino y 15 del sexo femenino. La selección de la muestra fue de forma intencional, teniendo en cuenta como criterio.

Criterio de inclusión:

Viven en el mismo entorno

Comprendido entre edades de 9 a 11 años de edad

Comprendido entre los ambos sexos

Están de acuerdo a participar en la investigación

Desarrollo

Recreación y Comunidad

Estrada (1994) plantea, que la calidad y la productividad dependen de un factor primordial: el recurso humano y la competitividad del país dependen en gran medida, de la calidad de los recursos humanos con que cuenta, por tal razón, es importante prestar atención al papel fundamental que juega la educación en el proceso de transformación social ya que debe responder a las exigencias de la sociedad civil que reclama la apertura de espacio a todos los sectores, proporcionando el encuentro con las comunidades a través de la puesta en práctica de programas que contribuyen al rescate de tradiciones culturales y recreativas.

La recreación como lo indica Belmonte, G. (1995) "por ser una necesidad del ser humano, se perfila como una de las herramientas para contribuir a lograr el equilibrio físico, mental

y social, al participar en actividades y experiencias agradables y placenteras que le permitan satisfacer sus necesidades, para aliviarse de las preocupaciones cotidianas y que al mismo tiempo le generen satisfacciones de plena libertad, sin ningún tipo de presiones, siendo imprescindible para ello, un equilibrio entre las responsabilidades propias de su condición social y el tiempo de libertad para el disfrute de la individualidad de la vida familiar, social y del ambiente".

La sociabilidad más original desarrollada por el tiempo libre es la de las organizaciones recreativas y culturales, en especial las comunitarias; corresponde entonces, sobre todo a los fines y actividades del recreador y de las personas especializadas en esta área, establecer las programaciones específicas. De aquí la necesidad urgente de desarrollar programas recreativos, dirigidos a satisfacer las necesidades recreativas de la comunidad.

La Recreación Comunitaria como lo establece Martínez (2003), se evidencia como una propuesta novedosa para dinamizar el desarrollo de nuestras comunidades, la cual responde a los objetivos de justicia social y cultura ciudadana. Plantea una serie de actividades secuenciales a largo plazo organizada voluntariamente con la intención de mejorar la calidad de vida para el logro integral del bienestar humano y de su entorno.

Según Ramos (1997), si la puesta en práctica de programas recreativos comunitarios las personas respaldan y se sienten respaldadas por sus vecinos. La Recreación tiene la dimensión apropiada para que nadie se sienta olvidado ni rechazado, pues los integrantes de cualquier conglomerado social tienen voz y oportunidades de participar personalmente en actividades que unen a la comunidad.

Según Martínez, la recreación comunitaria se caracteriza por:

1. Tener un ideal de desarrollo que se basa en el respeto y armonía de las personas y del medio comunitario

2. Conformar una Junta de Acción Comunal que se convierta en eje dinamizador del Barrio, a través de la cual se elabora, con la activa participación de la comunidad, un Plan de Desarrollo en Recreación a largo plazo que sea luego ejecutado en la comunidad
3. Adelantar intencionalmente acciones que involucran y benefician a todos los grupos sociales del Barrio
4. Ejecutar todos los proyectos recreativos pensando en el impacto positivo que puede tener sobre la realidad social
5. Vista de este modo, la recreación comunitaria contribuye a la ejecución de proyectos económicamente viables y sostenibles a largo plazo, que satisfagan las necesidades de la comunidad así como el fortalecimiento de la dimensión espiritual de los seres humanos

Algunas características de las actividades recreativas

Las actividades de recreación se plantean como alternativas y los complementos de las perspectivas deportivas tradicionales. En la recreación es la propia actividad, sus formas y espacios de recreación las que deben adaptarse a los intereses, capacidades, posibilidades y valores del individuo, dando una oferta lo más amplio posible.

1. Posibilita la ocupación del tiempo libre orientándose principalmente al avance y auge del deporte para todos o deporte popular
2. Es una forma real de satisfacer la demanda de la mayoría de la población y una posibilidad de acceder a las exigencias de una sociedad futura que se está configurando. Es una constante promoción de todo, anulando la selección, todo el mundo pueda participar sin que la edad, sexo o el nivel de entrenamiento se convierta en factores licitadores, debe responder a las motivaciones individuales

3. Es una alternativa al deporte tradicional anclado en jerarquía y democracia instrumentalizado en un tipo de práctica deportiva más popular, más accesible y económica
4. La estructura del ocio como una actividad formativa, tiene dotación de carga pedagógica suficiente y capaz de permitir la libre proyección de la personalidad, por sus características se podría definir esta actividad como compensatoria de déficit existencial de la vida. Es más se puede incluir en el concepto de educación permanente
5. Los diferentes comportamientos motrices implican inherentemente un fin educacional, nunca otra cuya imposición pueda sustraer su naturaleza de ocio a la actividad, las prácticas recreativas no se descartan el aprendizaje bien de habilidades técnicas
6. Hacer renacer un cierto nacer de valores educativos tales como, buscar la comunicación y el espíritu de equipo, solidaridad deportiva, respecto a compañeros, adversarios y juegos, etc
7. Debe activar a la persona, darle ocasión de mover su cuerpo aunque su principal objetivo no sea el esfuerzo físico como tal
8. La concesión de personas que juegan es más importante de personas que se mueven, se busca una actividad física, pero ante todo lúdica, esto permite una simplificación en lo que refiere a las reglas del juego, el material necesario al terreno de práctica
9. Se efectúa libre y espontáneamente, con absoluta libertad para su elección, no debe existir obligatoriedad en la participación, la evaluación de las actividades deben permitir que la participación sea activa o pasiva
10. Se realiza desinteresadamente, solo la satisfacción que produce da lugar a la liberación de tensiones propias de la vida cotidiana
11. Se realiza en un clima que predomina el entusiasmo, contribuyendo a un espacio ideal para la mejora del contacto social y el reencuentro

12. No deberán estar sometidas a reglamentaciones demasiadas rigurosas o encaminadas a la consecución de objetivos que la determinen o encasillen de forma excesiva, invalidando sus características fundamentales del ocio, las reglas pueden ser creadas y adaptadas (a ellos mismos o a la situación) por los participantes, sus opciones y posibilidades son elementos fundamentales a tener en cuenta. Esto implica un aporte creativo por parte de los participantes
13. Ha de despertar la autonomía de los participantes, en la decisión de inicio, organización y regulación de la actividad, potenciar la colaboración de todos los participantes en la organización de la actividad
14. En la solución de los problemas que surgen en la práctica deportiva (decisión de juegos de entrenamiento, convivencia y contenido organizativo) se utiliza la variedad de actividades como atracción, existen múltiples posibilidades de opción en cuanto al tipo de actividades, como practicarlas etc
15. No espera un resultado final ni una realización acabada, sino que solo apela

Consideraciones acerca de las actividades recreativas

En primer lugar el profesor de recreación debe estar convencido de que el juego - actividad ha sido bien seleccionado y su presentación va a servir para mejorar la educación total del individuo, sino estamos convencido de la actividad físico - recreativo no lograremos realizar una buena presentación de ésta.

Cuando existe una cierta indiferencia por el profesor de recreación que plantea el juego - actividad, los participantes lo van a notar y van a provocar un rechazo hacia las actividades planteadas. En el momento de presentar el juego - actividad se debe tener en cuenta:

Agruparlos a los participantes.

Definir el nombre de la actividad recreativa.

Relatar las reglas básicas de la actividad recreativa.

Explicar con claridad, detalles y brevedad.

Si fuera preciso debe realizar una pequeña demostración.

Comprobar que lo explicado ha sido entendido.

Formar equipos, antes de comenzar la actividad recreativa, hay que tratar por todos los medios que los equipos estén equilibrados de formas que tengan posibilidades parecidas. Se pueden agrupar por camisetas de distintos colores o ponerle algún distintivo, es importante que se distingan fácilmente los equipos, los papeles principales no deben siempre entregárselo a los participantes aventajados.

Estudios realizados por diferentes autores hacen referencia y emiten disímiles conceptos de actividad recreativa; Camerino y Castañer (1988) definen como actividades recreativas “aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los procesos comunitarios y se empatía que se puede generar la aplicación de un nuevo tratamiento pedagógico y no especialización ya que no se busca una competencia ni logro completo”.

Medeiros (1989) plantea que si cada uno de nosotros hiciese un rol de sus actividades recreativas y si tales listas fuesen puestas lado a lado, encontraríamos las más diversas ocupaciones. Figurarían, por cierto, cosas tan diferentes como lectura y natación, música y excursionismo, pintura y fútbol, cine y filatelia, teatro y cocina, danza y pesca, otros. Saltaría a nuestros ojos que la recreación comprende un número infinito de experiencias en una multiplicidad de situaciones.

Camerino (2002) nos ofrece una doble visión de la recreación: aquella que se limita a la evasión y al divertimento (*recreación espontánea*) y la contextualizada en un grupo, dirigida por un monitor y que debe cumplir una serie de condiciones

participativas y cooperativas (*recreación dirigida e intencionada*)

Los autores citados anteriormente y otros como: Moreira (1977), López (1982), García (1993), Leyva (2001), Armas (2002), Pérez (2003), Mateo (2005), Concepción (2006), han abordado el tema de la recreación y la valoración de sus trabajos le han permitido al autor determinar que:

- 1 La experiencia recreativa auténtica es una ruptura, sin pérdida de la conciencia, de lo habitual o cotidiano, que permite el descubrimiento
- 2 Los escenarios recreativos son diferentes: varían en cada cultura y subcultura
- 3 La vivencia de lo recreativo tiene diferentes matices según cada personalidad; puede ser más o menos rica, profunda, auténtica o inauténtica
- 4 El disfrute de la práctica de tiempo libre, no asegura, por sí solo, la experiencia recreativa auténtica
- 5 Para que sea posible una experiencia recreativa, debe haber, psíquica y biológicamente, una disponibilidad de energía

Las actividades recreativas de tiempo libre están al alcance de cualquiera que así se lo proponga y si bien los contenidos están estructurados en función de los objetivos, estos oscilan según en el campo en el cual se desarrolla la propia actividad pero cuya finalidad está enfocada a ocupar el tiempo libre de la manera más placentera para la autorrealización del practicante, existen 4 ámbito que diferencian estas actividades de tiempo libre:

1. La práctica deportiva, sin que se convierta en un medio de vida simplemente como intento de disfrutar de los valores que comporta el deporte, aunque su objetivo final es ganar a un adversario o superarse así mismo
2. Las actividades físicas – higiénicas –estéticas, cuyo objetivo se centra en el cuidado de la salud a través de la practica física y desarrolla el culto al cuerpo como finalidad de una corriente narcisista, modelando la figura corporal gracias a las actividades físicas para producir admiración a la figura humana, estas

actividades han atraído mucha atención de la mayoría de la población, destacando el aeróbic, la musculación

3. Los movimientos culturales autóctonos que dan lugar a las prácticas y los juegos populares y los deportes tradicionales, es un intento de recuperación o continuar con aquellas prácticas ancestrales que se realizan en un ambiente festivo y lúdico
4. Las actividades recreativas las que han interrumpido con mucha fuerza en nuestra sociedad, como huida de la rigidez de los deportes y una salida hacia el entorno natural y el aire libre, por sus valores intrínsecos y su lógica interna, por ser actividades placenteras educativas, saludables y que se practican incluso sin un elevado gasto económico

Teniendo en cuenta los elementos analizados el autor considera que las actividades recreativas como recreación para el individuo debe mostrarse como una actividad eminentemente lúdica, divertida, generadora de placer que, aunque susceptible de establecerse de forma sistemática y rigurosa, se presenta generalmente como flexible, libremente aceptada, en donde el placer de jugar y el disfrute del propio proceso del juego son fundamentales.

Entre los objetivos que debe plantearse el profesional de la recreación se encuentran el ser capaz de responder a las motivaciones individuales (siendo actividades eminentemente colectivas), el atribuir más importancia a la participación que al resultado final y el hacer hincapié en valores educativos tales como: comunicación social, divertirse a través del juego y del deporte, fomentar la creatividad, coeducación, ofrecer la diversidad, estimular la cooperación y el espíritu de equipo, solidaridad, deportividad, respeto a compañeros, adversarios y jueces.

Ante la perspectiva tradicional de ciertas prácticas deportivas y la idea de ocio

como simple ocupación del tiempo libre, en la que el individuo debe adaptarse a normativas y situaciones rígidas y rigurosas, surge una perspectiva innovadora, en la que es la propia actividad física, sus formas, espacios, reglas, materiales, etc. los que deben adaptarse a los intereses, capacidades, posibilidades y valores del individuo.

El conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos no sólo es lo que llamamos gestión de las actividades recreativas, en esta entran un grupo de acciones que junto a las mencionadas permiten la satisfacción de los participantes. Esa diversidad de la que hablábamos anteriormente es, precisamente, uno de los condicionantes que más van a exigir nuevas fórmulas organizativas y de gestión para las actividades físicas de tiempo libre, a fin de coordinar la correcta interacción entre oferta y demanda deportiva.

Caracterización del combinado deportivo

Esta circunscripción cuenta con una población de 1321 habitantes, de ellos aptos 1048. En la misma radican 9 discapacitados y 3 encamados, de ellos 4 de la ACLIFIM, 3 de la ANSOC Y 2 de la ANCI. La circunscripción está clasificada por los siguientes grupos etarios: niños 315, adolescentes 223, jóvenes 185, adultos 199, adulto mayor 241. La misma está dividida en una zona compuesta por 11 CDR. El grupo comunitario de la circunscripción está funcionando pero no tienen una fecha exacta para efectuar la reunión.

Demarcación: la misma colinda al Norte con la circunscripción 63, por el sur con la circunvalación al Oeste con la Línea Ferrocarril y por el este con el Río. En ella se encuentran ubicadas 1 Escuela Primaria Andrés Voisin,

La Circunscripción 67 cuenta con 1 consultorio médico en el cual trabaja una profesora de Cultura Física: con los Siguietes programas:

Adulto Mayor

Obeso

Lactantes

Embarazadas

Gimnasia con el niño

Preparación Física

Esta circunscripción no cuenta con áreas deportivas solo un lugar o espacio poco apropiado para realizar las actividades, tampoco cuenta con centros de trabajos. Las coordinaciones de las actividades se realizan con el delegado de la circunscripción, coordinador y los presidentes de los CDR.

Dentro de los gustos y preferencias por grupos etarios se clasifican de la siguiente forma:

-Los niños de 6 a 11 años prefieren los juegos tradicionales como el trompo, la bola Tradicional Cubana, los objetos Volantes y deportes populares (Fútbol y Beisbol)

- Los adolescentes de 11 a14 años y los jóvenes de 15 en adelante prefieren los deportes populares como el fútbol, voleibol, béisbol y baloncesto y el Excursionismo.

- Los adultos y adultos mayores prefieren los juegos de mesa como la dama, domino otros.

Activistas:

No	Nombre y Apellidos	Dirección Particular	Categorización
1	Yunier Ferrer Mur	Carretera del Valle 15- F-1 Alto	
2	Enrique Quevedo Hidalgo	Carretera del Valle 15- F-1	
3	Carlos Alberto Cobas		

En esta circunscripción la población fluye espontáneamente al área del Way la cual fue seleccionada como área permanente, pero además en la circunscripción existen calles de poco acceso en las que se pueden realizar las actividades más

cercanas a la comunidad lo que permite que los niños no estén distantes de sus hogares.

Incluir los gustos preferencias, horarios y lugares para la realización de actividades recreativas, por grupos etarios.

Debilidades: no posee áreas deportivas y las calles están en malas condiciones.

Amenazas: cuenta con una población altamente dependiente del alcohol

Fortaleza: las actividades recreativas son apoyadas por los vecinos, presidentes de CDR.

Oportunidades:

Objetivo: conocer los gustos y preferencias de la población de la circunscripción 65 del Consejo Popular 4 Pueblo Nuevo.

Para el desarrollo de la propuesta tuvimos en cuenta el diagnóstico de dicha comunidad, para poder realizarlo se reunieron con los diferentes factores de la comunidad para intercambiar con ellos todo lo relacionado con los diferentes grupos etáreos a trabajar, además saber la infraestructura con que se cuenta en la misma y hacer una correcta planificación de las actividades según sus gustos y preferencias, la misma se pretende trabajar por diferentes áreas. Además se sugiere aplicar una encuesta a los niños para determinar la hora, el momento y la frecuencia en que se deben realizar las actividades recreativas y de esta forma tener en cuenta sus gustos y preferencias.

Los juegos deben tener un gran grado de dificultad en correspondencia con la edad para que con su esfuerzo logren vencer los obstáculos. No obstante el nivel de dificultad debe ser alcanzado tanto desde el punto de vista motriz e intelectual. Esto posibilitará adquirir confianza según sus posibilidades. El profesor puede modificar la organización y las reglas del juego tomando en consideración las características de los niños y los materiales disponibles.

En cada área a desarrollar estará un profesor o activista responsable y todas éstas trabajaran al mismo tiempo. El profesor debe ser capaz de organizar, dirigir y controlar lo que le corresponde, cada juego a realizar debe utilizar y cumplir con la metodología de Herminia Watson Brown, a la hora de animar los juegos en las actividades recreativas y la clasificación de las edades ponemos en práctica la metodología y los aspectos particulares a tener en cuenta animación de los juegos recreativos por Pérez, A (2003).

Estas actividades como muy bien se dice es brindar ofertas recreativas, que respondan a los gustos y preferencias de los niños para favorecer el empleo del tiempo libre en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo sin que exista una compulsión externa, la activada debe ser realizada en su tiempo libre y van estar en el área que sea de su agrado.

Descripción de la propuesta propuesta de actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad

Diseño Metodológico

Actividad: Festival deportivo recreativo

Fecha: 17de Junio 2016

Hora: 9: AM

Lugar: Área deportiva de Miraflores

Sexo: femenino y masculino

Tiempo de duración: 1:30 hora y media

Cantidad de participante:

Responsable: Alejandro Antonio Brown

La actividades siempre responden al enfoque socio político: ser realizan en saludo a una fecha histórica.

Objetivo: Brindar actividades recreativas fomentando valores como: la honestidad, el compañerismo y la solidaridad, de esta forma se mejora la calidad de vida y se favorece el empleo del tiempo libre.

Actividades:

- 1-Carrera de Velocidad con el bastón
- 2-El Nervioso
- 3-Saltando con suiza y velocidad
- 4-Busca tu número
- 5-Carreras en sacos
- 6- Dominó
- 7- Carreras en zancos
- 8-Parchís
- 9-Tracción de la soga

Nombre del juego: “Carrera de velocidad con el bastón”

Materiales: 2 bastones, 2 banderas pequeñas y tizas.

Objetivo: lograr la participación de los niños, para satisfacer sus gustos y necesidades , estimulando la competencia fraternal, a partir del desarrollo logrado en las diferentes capacidades físicas y la formación de valores.

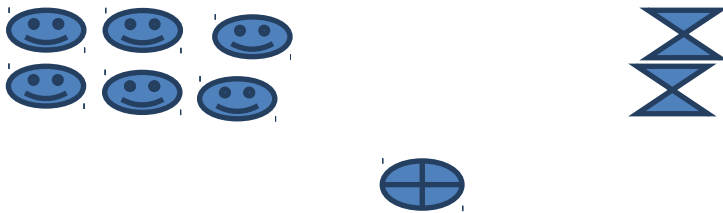
Organización: se forman los equipos según la cantidad de participantes donde cada equipo se pondrá el nombre que ellos deseen. Al frente del equipo se colocara una bandera pequeña a una distancia aproximadamente de 8 a 10 m.

Desarrollo: a la voz del profesor los primeros niños de cada equipo salen en carrera hasta las banderas pequeñas le da la vuelta y regresarán rápidamente para entregar el balón darle la salida a los otros competidores que le corresponde realizar la actividad.

Reglas:

- No pueden salir adelantados
- Entregar el bastón en la mano de su compañero
- En caso que se caiga debe buscarlo y continuar el juego
- Gana el equipo que primero termine

Gráfico:



Nombre del juego: “Nervioso”

Materiales: 2 cucharas, dos pelotas pequeñas, 2 banderas, silbato y tizas.

Objetivo: lograr la participación de los niños en una actividad que les permita recrearse y recuperarse para las siguientes actividades y desarrollar la perseverancia y la voluntad.

Organización: se forman los equipos según la cantidad de participantes donde cada equipo se pondrá el nombre que ellos deseen. Al frente del equipo se colocara una bandera a una distancia aproximadamente de 8 m, donde los primeros niños de cada equipo tendrán en la mano una cuchara y dentro una pelota pequeña.

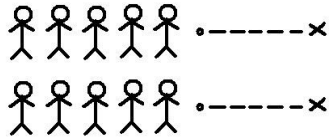
Desarrollo: a la voz del profesor los primeros niños de cada equipo saldrán lo más rápido posible hasta la bandera, le dará la vuelta y regresarán a toda velocidad con la cuchara y la pelota pequeña en la mano para entregarlo al próximo competidor para que este salga a realizar la misma actividad.

Reglas:

- No pueden salir adelantados
- Debe de mantener una mano detrás

- En caso que se caiga la pelotica debe buscarla y continuar el juego donde se le cayó
- Gana el equipo que primero termine

Gráfico:



Posibles variantes: En vez de hacerlo en línea recta es bordeando obstáculos.

Nombre del juego: “Saltando con suiza y velocidad”

Materiales: 2 Suiza, 2 banderas pequeñas y tizas.

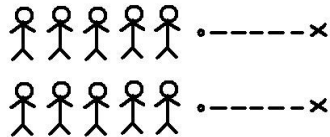
Organización: se forman los equipos en hileras según la cantidad de participantes donde cada equipo se pondrá el nombre que ellos deseen. Al frente del equipo se colocara una bandera pequeña a una distancia aproximadamente de 7 m, donde los primeros niños de cada equipo tendrán una suiza en la mano .

Desarrollo: a la voz del profesor los primeros niños de cada equipo salen saltando con la suiza hasta las banderas pequeñas le da la vuelta y regresarán a toda velocidad con la suiza en la mano para darle la salida a los otros competidores que le corresponde realizar la actividad.

Reglas:

- No pueden salir adelantados
- Debe saltar correctamente la suiza y no pueden dejar de saltar hasta llegar a las banderitas
- No pueden tirar la suiza, deben de entregarla en la mano de su compañero
- Gana el equipo que primero termine

Gráfico:



Nombre del juego: “Busca tu número”

Materiales: cajas pequeñas, tarjetas numeradas y tizas.

Organización: se forman los equipos según la cantidad de participantes donde cada equipo se pondrá el nombre que ellos deseen. Al frente de cada equipo a una distancia aproximadamente de 8 m se colocara una caja la que contiene mayor cantidad de tarjetas de número.

Desarrollo: a la voz del profesor los primeros niños de cada equipo salen en carrera hacia la caja pequeñas a buscar el número 1, toma y regresa corriendo a tocar el número 2, que corre a buscar su número y así sucesivamente, le da la vuelta y regresarán rápidamente para darle la salida a los otros competidores que le corresponde realizar la actividad.

Reglas: no pueden salir adelantados.

- Tocar la mano de su compañero cuando llega.
- Gana el equipo que primero termine y que cada niño haya tomado el número que corresponda.

Nombre del juego: “Carreras en sacos”

Materiales: sacos, dos banderas y tizas para marcar la línea de salida y de meta.

Objetivo: desarrollar el compañerismo en los participantes

Organización: se ubicarán los dos equipos detrás de la línea de salida con una cantidad de 10 participantes, a una distancia de 11 metros estará la línea de meta identificada por dos banderas.

Desarrollo: a la voz del técnico saldrán los dos primeros competidores con un saco, cada uno deberá introducir las piernas dentro del saco e irán dando saltos hasta la línea de meta dándole la vuelta a la misma y el que llegue a donde está su compañero será el ganador, dándole la salida al mismo y así de forma cíclica.

Reglamento:

- 1- No se permite sacar ni un pie del saco
- 2- Si sale un competidor antes de la voz de salida debe regresar y volver a salir cuando su compañero regrese

Nombre: “Dominó”

Materiales: mesa, cuatro sillas, juegos de dominó, lápiz y papel.

Objetivo: desarrollar la ayuda mutua en los participantes.

Organización: área con techo con un ambiente agradable y acogedor, luego de culminar la primera ronda se enfrentan los primeros ganadores del certamen, hasta culminar con el ganador.

Desarrollo: por sus características es un juego de mesa, actividad sana de tipo pasivo, con mucha actividad mental, se realiza con cuatro participantes en parejas, ganado siempre una, este juego se realiza de forma simultánea, enfrentándose todos los ganadores de cada mesa, eliminándose en un todo contra todo por equipos, sacando un ganador.

Reglamento: 1. No se permite ayuda de otro compañero de su equipo
2. Se descalifica al participante que realice una infracción
3. Se juega en silencio

Nombre del juego: “Carreras en zancos”

Materiales: zancos, dos banderas y tizas para marcar la línea de salida y de meta.

Objetivo: desarrollar el compañerismo en los participantes.

Organización: se ubicarán los dos equipos detrás de la línea de salida con una cantidad de 10 participantes, a una distancia de 11 metros estará la línea de meta identificada por dos banderas.

Desarrollo: a la voz del técnico saldrán los dos primeros competidores cada uno con sus respectivos zanco, cada uno deberá poner las piernas arriba del zanco e irán caminando con mucho cuidado para no caerse hasta la línea de meta dándole la vuelta a la misma y el que llegue a donde está su compañero será el ganador, dándole la salida al mismo y así de forma continua.

Reglamento:

1. El que se caiga se le va restando puntos al equipo
2. Si sale un competidor antes de la voz de salida debe regresar y volver a salir cuando su compañero regrese a la línea de salida

Nombre del juego: “Parchís”

Materiales: juegos de parchís.

Objetivo: desarrollar el afán de vencer y habilidades matemáticas.

Organización: área con techo con un ambiente agradable y acogedor, sentado en el piso, en un lugar cómodo, luego de culminar la primera ronda se enfrentan los primeros ganadores del certamen, hasta culminar con el ganador del evento.

Desarrollo: es un juego de mesa, actividad sana de tipo pasivo, donde hay que contar con mucha suerte, se realiza de manera individual, ganando siempre el primero que entre sus cuatros fichas.

Reglamento: 1. No se permite ayuda de otro compañero del equipo que integra

2. Se descalifica al participante que realice una infracción
3. Se juega en silencio

Nombre del juego: “Tracción de la soga”

Materiales: soga y tizas.

Organización: se forman los equipos según la cantidad de participantes donde cada equipo se pondrá el nombre que ellos deseen. Donde se ubicará de frente pero la fila sujetando una soga en la mano.

Desarrollo: a la voz del profesor los primeros niños de cada equipo tratan de halar al mismo tiempo la soga hasta traspasar la línea del equipo contrario y luego se repite la misma acción pero a la inversa colocando el equipo contrario al otro de la línea, hasta que uno de los dos logre ganar dos veces.

Reglas:

- No se debe enrollar la soga en los brazos
- No se debe cobrar soga
- No se debe salir de la zona de tracción hacia los laterales
- No se debe tomar ayuda del exterior
- No se debe tirar de la soga arrodillado, sentado o acostado
- No se puede utilizar tacos ni pinchos para la tracción
- El último atleta no debe enrollarse la soga en la cintura ni en los brazos
- Cuando se gane cada alón se cambia de terreno
- No se debe tocar los limitadores de la soga
- Gana el equipo que traspase la línea de marca del equipo contrario

Gráfico:



Parte Final

Concreción final: Después de cumplir el objetivo propuesto suena la voz de alto, que demuestra que concluyeron los juegos y se identifican los ganadores.

Premio a los ganadores: se destacan el esfuerzo de los ganadores y además se estimula a todos los participantes con un aplauso, como demostración de afecto y reconocimiento.

Al culminar las actividades recreativas las áreas quedarán limpias, reorganizando los medios de trabajo y posterior a esto siempre se dará a conocer las conclusiones, se reconoce a todos luego se motiva para la próxima actividad.

Conclusiones

1. La revisión bibliográfica permiten valorar los elementos esenciales relacionados con la planificación de actividades recreativas y sus particularidades dirigidas a los niños
2. El análisis del diagnóstico permite planificar la propuesta de actividades recreativas para favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad teniendo en cuenta: los gustos, preferencias y el horario acorde a los intereses recreativos para desarrollar cada actividad
3. Mediante la propuesta planificada de las actividades recreativas se espera favorecer el empleo del tiempo libre en los niños de 9 a 11 años de edad en la circunscripción 65 del combinado deportivo Pueblo Nuevo en el municipio Holguín

Referencia Bibliográfica

Ansiferova, J (1985) Desarrollo de la personalidad. Moscú, p 365.

Armas, A. (2002). *Metodología para el trabajo en el activismo de recreación física comunitaria en el municipio Cauto Cristo*. Granma. Trabajo de diploma Holguín. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".

Ávila Solís, M.A (1990) El proyecto de Investigación. Holguín.

Castro Ruz, Fidel (2003) Discurso pronunciado en el Congreso Internacional Pedagogía. La Habana, Ciencias Sociales.

Concepción 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.

Estévez Cullell, Migdalia, Arroyo Mendoza Margarita y González Terry, Cecilia. (2004). *La investigación científica en la actividad física: Su metodología*, Editorial de deporte ciudad deportiva.

Ethel Medeiros (1969) "Juegos de Recreación" Buenos Aires, Editorial PW

Garcías, M. A Hernández, A y O. Santana. (1982). *Los estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones*. Investigaciones científicas de la demanda en cuba. La Habana. Ed. Orbe.

Gómez Cimiano, Jesús (2003) El uso del GPS en las actividades desarrolladas

en la naturaleza. Revista Apunts 73 Educación Física y Deporte. Barcelona.12

Leyva Gérez, Agustín (2001) Programación Recreativa para el trabajo comunitario con los jóvenes de 20 a 30 años en el consejo popular de Calabazas, Sagua de Tánamo, Trabajo de Diploma. Holguín.

Martínez Leyva, Ramón. Bancoll Hernández, Sergio (2002) Material de apoyo para profesores de recreación y Educación Física. Tesis de diplomado de recreación, Holguín. I.S.C.F "Manuel Fajardo".

Mateo Sánchez, Geovanis (2005) Las actividades recreativas: una alternativa para favorecer el empleo racional y sano del tiempo libre de los estudiantes de la ESBU " Batalla de Ságua " en Ságua, Trabajo de Diploma. Holguín.

Paredes Ortiz Jesús. (2003). El deporte como juego: Un análisis cultural. Acción: Revista Apunts 72 Educación Física y Deporte (Barcelona).

Perdomo Márquez, Rafael (2003) La Programación recreativa y su influencia en el empleo sano del tiempo libre de los estudiantes del IPA "Seguidores del Che " del municipio Ságua de Tánamo, Trabajo de Diploma. Holguín.

Pérez Rodríguez, G (2002) Metodología de la Investigación Educacional. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.

Pérez Sánchez, Aldo. (2003). Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación. Material didáctico del departamento de recreación. I.S.C.F. "Manuel Fajardo".

Pileta Reyes, Yamilis (2006) Plan de actividades físico – deportivo – recreativo para los educandos de 5to y 6to grado del semi – internado Amistad Cuba – Holanda del municipio Moa. Trabajo de Diploma. Holguín.

Pupo Tamayo, R. M. (2002) Sistema de actividades físico recreativas para integrar la dimensión ambiental de la enseñanza primaria. Trabajo de diploma. Holguín. ISCF “Manuel Fajardo”.

Rodríguez Millares, E (1982) Tiempo libre y personalidad. Ciudad de La Habana. Editorial Ciencias Sociales.

Sánchez Rodríguez J. M. (2005). La recreación física como una de las vías para la formación integral cultural con los jóvenes de 15 a 19 años del Consejo Popular Dos Ríos, Jaguaní. Granma. Trabajo de Diploma. I.S.C.F. “Manuel Fajardo”. Holguín.

Vázquez Hernández, J. I y Adriana Bueno Salazar (2005) Consideraciones Metodológicas para elaborar y aplicar el presupuesto del tiempo libre con diferentes grupos poblacionales en las comunidades urbanas y rurales. ISCF "Manuel Fajardo " Holguín.

Zamora, R y García, M. (1986). Sociología del tiempo libre y los estudios de consumo de la población. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.