



Universidad de Matanzas
"Camilo Cienfuegos"
Facultad de Ciencias de la Cultura Física

**Programa de actividades recreativas para los jóvenes
de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas**

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

Autor(a): Meylin Hernández Torres

Tutor(a): Dr.C. Eliseo Suárez García

Matanzas, 2019

Pensamiento

“No puede haber una educación o una medicina altamente desarrollada, e incluso un deporte ampliamente desarrollado sin el apoyo de la ciencia”.

Fidel Castro Ruz.

Agradecimientos

Después de 5 años de estudio, quiero agradecerle a todo el claustro de profesores que de una forma u otra han contribuido en mi formación, a mi tutor que dedicó parte de su preciado tiempo a la realización de este trabajo y me ha acompañado en tan hermosa y difícil tarea, y a mi familia en general que se preocuparon y ocuparon en todo, y en especial a mi madre, mi padre y mi esposo que me apoyaron incondicionalmente.

A todos, mi infinita gratitud,
Muchas gracias.

Dedicatoria

- A mi familia en general que siempre me apoyó en el transcurso de estos 5 años de esfuerzo y estudio.
- A mi tutor el Dr.C. Eliseo Suárez García por la ayuda que me ha brindado y su incansable disponibilidad, sin tener en cuenta día, hora, ni lugar.
- A todo el claustro de profesores que de una forma u otra aportaron su granito de arena para mi formación como profesional.

Muchas gracias a todos.

Resumen

El presente trabajo responde a la necesidad de incorporar de forma activa y consciente a la población, por contribuir a elevar la calidad y la creación de un estilo de vida, que lo beneficie en sus capacidades físicas, en la salud, en la economía, en los niveles de comunicación, en general, en el desarrollo humano. El objetivo de este trabajo es realizar un programa de actividades recreativas para los jóvenes de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas, lo cual incluye actividades recreativas para ambos sexos, atendiendo a la metodología establecida por la Dirección Nacional de Recreación, para la recopilación de la información se emplean herramientas investigativas en el orden teórico él: histórico - lógico, analítico - sintético, inductivo - deductivo, enfoque sistémico estructural y el hipotético - deductivo, entre los métodos empíricos fueron seleccionados el análisis de documentos, la observación científica, las encuestas, las entrevistas a diferentes personas, el criterio de especialistas y los métodos matemáticos. Como principales resultados alcanzados se destacan, el diagnóstico a las edades de 15 a 20 años, la elaboración del programa de actividades recreativas, la investigación refleja soluciones prácticas que contribuyen a satisfacer los intereses, gustos y preferencias recreativas de la población estudiada, para una adecuada ocupación del tiempo libre.

Abstract

In this present work, we address the need of incorporating actively and consciously to the public, to contribute and elevate the quality and creation of a new lifestyle, to benefit their physical capabilities, in health and economy, in the communication levels and in the general development of the human being. The main objective of this work is to create a program of recreational activities to the young people between the ages of 15 and 20 years old of the Popular Council of Peñas Altas, this will include many recreational activities for people of both sex, female and male, always addressing the methodology established by the National Direction of Recreation, to be able to gather information to use it as investigation tool in the theoretical order of: historic – logic, analytical – synthetic, inductive – deductive, with a systematic structural focus and the hypothetical deductive, in between the empirical methods that were selected in the documentary analysis, the scientific observation and the surveys, the interviews to different people, the opinion of different specialists and the mathematical methodologies. Like the main results accomplished stand out, the diagnosis of the ages between 15 and 20 years old, the elaboration of the program of the recreational activities, the investigation reflects practical solutions to contribute to the satisfaction of the interests, likes and recreational preferences of the people included in this studies to an ideal use of the free time.

Índice

Introducción	1
Capítulo I. Referentes teóricos – metodológicos actuales que sustentan las actividades recreativas en el contexto de los Consejos Populares ..	8
1.1 Antecedentes de la Recreación Física en Cuba	8
1.2 Definición de los términos Actividad Física, Tiempo Libre, Recreación y Recreación Física.....	12
1.3 Importancia de las actividades en la Recreación Física	13
1.4 Formas de realización de las actividades recreativas en los Consejos Populares	15
1.5 La Recreación Física en los Consejos Populares.....	16
1.6 Organización de la Recreación Física para grupos urbanos y rurales	18
1.7 Programación de la Recreación Física en las edades de 15 a 20 años.....	19
1.7.1. Características generales de la etapa de la juventud	19
1.8 Características del programa recreativo.....	20
1.9 Características y particularidades de la Recreación Física en Cuba y en los Consejos Populares	22
Capítulo II. Conformación del programa de actividades recreativas para elevar la incorporación de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años a las actividades recreativas.....	25
2.1 Tipo de estudio y diseño seleccionado para la investigación	25
2.2 Caracterización del consejo popular y muestra.....	25
2.2.1 Instituciones y programas educacionales existentes en el Consejo Popular.....	25
2.2.2 Principales áreas deportivas	26
2.3 Métodos utilizados en la investigación.....	27
2.4 Resultados de los métodos teóricos y empíricos seleccionados para la investigación 28	
2.4.1 Resultados de la revisión de documentos	29
2.4.2 Resultados de la entrevista al Presidente del Consejo Popular.....	30
2.4.3 Resultados de la entrevista al director del Combinado Deportivo	31
2.4.4 Resultados de la entrevista al metodólogo de Recreación.....	32
2.4.5 Resultados de la entrevista a 3 profesores de Recreación que laboran en el Consejo Popular	33
2.4.6 Resultados de la observación.....	33
2.4.7 Resultados de las encuestas a los jóvenes.....	37
2.5 Propuesta del programa de actividades recreativas para los jóvenes de 15 a 20 años	

del Consejo Popular de Peñas Altas.....	39
2.5.1 Generalidades del programa.....	40
2.5.2 Otras actividades y acciones que se pueden ejecutar como apoyo al programa que se propone.....	42
2.5.3 Requerimientos que se deben tener presente para el desarrollo de las actividades recreativas.....	43
2.5.4 La promoción o divulgación de las actividades recreativas.....	43
2.6. Criterio de los especialistas sobre el programa de actividades	44
Conclusiones.....	47
Recomendaciones	48
Bibliografía	48
Anexos	55

Introducción

La Revolución Cubana realiza un intenso trabajo para elevar a planos significativos el papel de la recreación física en la sociedad, por su contribución decisiva a la elevación del desarrollo pleno y de la calidad de vida de los pobladores. En la actualidad constituye una necesidad para todos los seres humanos su participación activa y consciente, al contribuir a elevar la calidad y la creación de un estilo de vida, que beneficia al hombre en sus capacidades físicas, en la salud, en la economía, en los niveles de comunicación, en el desarrollo humano y factores esenciales en el desarrollo de la comunidad.

Según el autor Pérez. A.(47,1) expone que “La recreación física en el desarrollo local, entiéndase en las comunidades, no puede asumirse solo en el esparcimiento de los participantes de su tiempo libre con actividades simples, sino que debe concebirse dentro de un proyecto de desarrollo integral, que reporte bienestar, desarrollo multilateral, un nivel de preparación física general superior y la incorporación de hábitos socialmente aceptables, tales como: la disciplina, el autocontrol, el colectivismo, el sentido de la responsabilidad”

Por lo anteriormente expuesto la autora considera que el objeto de la recreación física comunitaria está relacionado con los intereses de los pobladores, sus gustos y preferencias recreativas atendiendo a la diversidad de grupos, edades, género, ocupaciones, etc. De modo que no es posible concebir y desarrollar un buen proyecto recreativo, sin considerar las preferencias de los residentes a nivel local.

Para desarrollar un trabajo comunitario con efectividad se hace necesario realizar un diagnóstico o búsqueda de información y conocimiento en función de los objetivos planteados.

Estudios realizados por profesores de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física a diferentes Consejos Populares en la provincia de Matanzas, muestran poca sistematicidad en la realización de actividades recreativas preferentemente en la juventud, apreciándose que en las edades de 15 a 20 años se manifiestan cambios significativos en su comportamiento,

empleando el tiempo libre para realizar actividades que no están acorde a estas regulaciones sociales actuales que rigen nuestra constitución.

El Consejo Popular de Peñas Altas, no está exenta de estas irregularidades sociales, preocupación de los factores gubernamentales y población en general, se ha hecho la necesidad de buscar alternativas mediante estudios científicos que promuevan actividades recreativas y a la vez motiven a los jóvenes a su integración con él objetivo de dar un mejor aprovechamiento al tiempo libre, por esto se presenta la siguiente situación problémica: en el Consejo Popular de Peñas Altas, se realizan diferentes actividades que son organizadas por el combinado deportivo para niños, las mismas tienen aceptación por parte de este sector poblacional, pero de forma contradictoria se ha podido constatar que los programas en función de satisfacer las necesidades recreativas en las edades de 15 a 20 años son insuficientes, lo que trae como consecuencia una deficiente utilización del tiempo libre de estos jóvenes.

Lo antes expresado propicia el siguiente problema científico: ¿cómo favorecer las necesidades recreativas de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas?

Para esta investigación se selecciona como objeto de estudio: el proceso de desarrollo de las actividades recreativas para los jóvenes en las edades de 15 a 20 años en el contexto de los Consejos Populares.

Tomando en consideración lo antes expuesto se selecciona como objetivo general: elaborar un programa de actividades recreativas para los jóvenes de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas.

El campo de acción de esta investigación se enmarca en un programa de actividades recreativas para los jóvenes de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas.

De acuerdo a lo planteado se permite trazar la siguiente hipótesis científica: un programa de actividades recreativas sustentado en un diagnóstico de la situación actual, para determinar las necesidades, gustos, preferencias y la planificación de actividades recreativas variadas, que favorecerá a las necesidades recreativas de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas.

Definiciones conceptuales, operacionales, dimensiones e indicadores de las variables independiente y dependiente.

Variable independiente: un programa de actividades recreativas sustentado en un diagnóstico de la situación actual, para determinar las necesidades, gustos, preferencias y la planificación de actividades recreativas variadas.

Su definición operacional comprende el estudio de las necesidades recreativas, gustos y preferencias en las edades de 15 a 20 años en el período de la juventud, así como la planificación de actividades recreativas variadas basadas en las condiciones naturales de la localidad.

Variable dependiente: favorecer a las necesidades recreativas de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas. Se define de forma conceptual: como el modo de satisfacer las demandas recreativas y dar una mejor utilización al tiempo libre de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años.

Operacionalmente se establece cuando se:

-Cuando se logre fundamentar de forma teórico - metodológica que el programa de actividades que se presenta contribuye a la adecuada utilización del tiempo libre en las edades de 15 a 20 años que residen en el consejo popular estudiado.

-Cuando se demuestren las ventajas del programa para lo que fue creado.

-Cuando el criterio de los especialistas, se manifiesten de forma significativa a favor del programa que se presenta.

La estandarización de las variables de control se realiza del modo siguiente:

-Población encuestada: lugar de residencia (Consejo Popular donde residen, edad de los sujetos, necesidades recreativas, gustos, preferencias y condiciones en las que se aplican los instrumentos de investigación, horario y condiciones de las áreas deportivas).

-Profesores de recreación: título académico, años de experiencia profesional y combinado deportivo donde laboran.

-Especialistas en la actividad de la recreación: años de experiencia y conocimientos acerca del tema que se investiga.

Tabla 1: Dimensiones e indicadores de las variables independiente y dependiente

Fuente: Elaboración propia

Variables	Dimensiones	Indicadores
Independiente	<p>-Estudio de las necesidades recreativas, gustos y preferencias en las edades de 15 a 20 años.</p> <p>-Elaboración de actividades recreativas variadas para las edades estudiadas.</p>	<p>-Organización y aplicación de las herramientas investigativas, mediante encuestas, entrevistas y observaciones.</p> <p>-Participación en las actividades que se ofertan.</p> <p>- Horarios de realización de las actividades.</p> <p>- Elección según el tipo de actividad.</p> <p>-Elaboración de programas de actividades recreativas para las edades estudiadas (Juegos recreativos variados, juegos deportivos, festivales recreativos y planes de la calle).</p>
Dependiente	<p>-La participación en las actividades recreativa de los jóvenes.</p>	<p>-Dominio de las actividades recreativas que se desarrollan en las edades de 15 a 20 años en el consejo popular.</p> <p>-Satisfacción de las necesidades recreativas (tipo de actividad, calidad de las actividades y elección del tipo de juegos o deportes).</p>
	<p>-Criterio de los especialistas que intervienen en el proceso.</p>	<p>-Validez del programa de actividades recreativas que se</p>

		presentan.
--	--	------------

Como posible solución al problema científico de la presente investigación se parte de los siguientes objetivos específicos:

1. Establecer los referentes teórico – metodológicos actuales que sustentan las actividades recreativas en el contexto del consejo popular.
2. Caracterizar el estado actual de las necesidades recreativas, gustos y preferencias de los sujetos investigados del Consejo Popular de Peñas Altas.
3. Estructurar los contenidos correspondientes a las diferentes etapas que comprende el programa de actividades recreativas que se desea elaborar.
4. Validar mediante el criterio de los especialistas el programa de actividades que se propone.

En la investigación se utilizaron de manera combinada los métodos teóricos y empíricos del conocimiento científico. Como métodos teóricos:

Analítico – sintético permite el estudio de los enfoques teóricos metodológicos acerca de las actividades recreativas, el Inductivo - Deductivo, se utiliza para estudiar las particularidades de la Recreación, deducir las especificidades de cada capítulo y aplicación del programa, el Histórico - lógico, contribuye a evaluar los antecedentes y evolución histórica de la Recreación, sus leyes, principios y definiciones, así como el comportamiento y desarrollo de las actividades recreativas, el Enfoque Sistémico - Estructural, permite la relación entre los componentes que se relacionan en la investigación, para alcanzar mejores resultados en materia de orientación profesional, el Hipotético - Deductivo, se aportan explicaciones acerca del problema planteado, permite su comprobación en la práctica integrando los contenidos de manera organizada y sistematizada, involucrando variables independientes y dependientes.

Dentro de los métodos empíricos fueron empleados la revisión de documentos, para la revisión de materiales en el orden curricular, y así adoptar posiciones relacionada con la temática investigada y realizar un estudio acerca de las deficiencias que presentan los programa de recreación, para ello se confeccionó una guía, la encuesta fue aplicada a

230 jóvenes en las edades de 15 a 20 años, con el objetivo de obtener información acerca de los gustos, preferencias, nivel de satisfacción por las actividades que se ofertan, esta fue estructurada de forma mixta, con preguntas abiertas y cerradas, la entrevista fue de tipo individual y semi - estandarizada con el objetivo de conocer el criterio de 8 especialistas en los que se encuentran, profesores de recreación y factores de la comunidad, con el objetivo de conocer sobre cómo se desarrollan las actividades recreativas a nivel de consejo, la observación científica, fue diseñada a partir de una guía que incluye visitas a las instalaciones convencionales y rústicas, así como la observación a diversas actividades programadas por el Combinado Deportivo, el criterio de especialistas, fue utilizado para comprobar la validación del programa de actividades desde el punto de vista teórico - práctico.

Los datos obtenidos, se procesan en el Programa EXCEL, mediante el paquete estadístico SPSS 20.00, sobre la plataforma de WINDOWS, así como la utilización de la hoja de cálculo elaborada por Folgueira, R. (7) para determinar los niveles de significación estadística para las proporciones.

La muestra estuvo constituida por 230 sujetos que representan un 100%, de ellos en las edades de 15 a 20 años de edad, 8 profesores de recreación, 1 director del Combinado Deportivo, 3 delegados de circunscripciones y 1 presidente del consejo popular, todos pertenecientes al consejo popular de Peñas Altas, también se requirió de la experiencia de 8 especialistas en recreación seleccionados por sus amplios conocimientos en el tema que se investiga y experiencia en las actividades recreativas que se ofertan a la comunidad.

La novedad de la investigación radica en la aplicabilidad del programa de actividades para favorecer el desarrollo de las actividades recreativas específicamente para las edades de 15 a 20 años, lo que puede generalizarse a otras edades y consejos populares de la provincia con características similares, además se sitúa a disposición de los profesores de Recreación, un programa de actividades que comprende variantes de juegos deportivos y recreativos.

La contribución teórica de la investigación se enmarca en la concepción teórico - metodológica del programa recreativo que permite favorecer la incorporación a la práctica de actividades en las edades de 15 a 20 años residentes en el Consejo Popular de Peñas Altas, además de un diagnóstico de la situación actual, para determinar las necesidades, gustos y preferencias de los jóvenes, la planificación de un programa específico para satisfacer las necesidades recreativas en las edades estudiadas.

La presente investigación tributa a la tarea del proyecto de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física, titulado "Actividad Física y Salud para una mejor calidad de vida" y está en correspondencia con la línea temática, "Actividades recreativas para un mejor aprovechamiento del tiempo libre en los Consejos Populares", bajo la influencia de programas de actividades recreativas.

A continuación se expone el desarrollo de los aspectos centrales que comprende el informe de la presente tesis.

En el capítulo uno se expone los fundamentos que sustentan desde el punto de vista teórico – metodológico del programa recreativo, haciendo referencia a la Recreación Física, como fenómeno socio - cultural y su importancia en los consejos populares.

El segundo capítulo brinda el diseño metodológico de la investigación, basado en un estudio descriptivo, donde se emplean métodos teóricos y empíricos, matemáticos – estadísticos y se realiza una caracterización de la muestra seleccionada, el análisis de los resultados alcanzados a través de la aplicación del diagnóstico previo y los pasos que se siguieron para la conformación del programa, con su estructura y por último se presentan las conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos que ayudan a una mayor comprensión de lo expuesto en el cuerpo de la tesis.

Capítulo I. Referentes teóricos – metodológicos actuales que sustentan las actividades recreativas en el contexto de los Consejos Populares

El presente capítulo aborda un análisis a partir de la búsqueda bibliográfica efectuada y relacionada especialmente con los referentes teóricos - metodológicos que sustentan las actividades recreativas que se desarrollan en las comunidades, además del estudio de literaturas especializadas asociadas a la temática y programas recreativos en Cuba, entre los que se encuentran, antecedentes de la recreación en Cuba, definiciones de los términos Actividad Física, Tiempo Libre, Recreación y Recreación Física, la importancia de las actividades en la Recreación Física para un grupo urbano y rural, las actividades de la Recreación Física que se desarrollan en los Consejos Populares, la Programación de la Recreación Física en las edades de 15 a 20 años entre otras consultas relacionadas con las temáticas a investigar.

1.1 Antecedentes de la Recreación Física en Cuba

Guerrero, S. (26,8) hace un análisis histórico de la recreación en Cuba, atendiendo a los regímenes sociales existentes a lo largo del de cursar histórico, valorándolo en la comunidad primitiva, en la sociedad esclavista, feudal, capitalista y en la sociedad actual.

Comunidad primitiva.

Guerrero, S. (26,8) basado en las características que han señalado los historiadores de los primeros pobladores de Cuba (tainos, siboneyes y guanatabeyes), que vivían en la comunidad primitiva como primera forma socio - económica de la sociedad. Todas las actividades en esta formación social se entrelazan con el aspecto productivo, vinculándolo a lo sobrenatural, por la ignorancia existente en aquel entonces. No había entre los primitivos apropiaciones privadas del producto de la labor colectiva; el cacique organizaba las actividades colectivas, lo que únicamente le hacía merecedor de un trato especial por parte de la tribu. Los mayores van formando a las generaciones nuevas a través de una serie de actividades comunes, mediante las cuales se transmiten las experiencias adquiridas, así por ejemplo se pueden citar las danzas mimetizadas que tenían como

fundamento la imitación de ciertos movimientos de actividades reales, que imitaban la caída de la lluvia, la cacería, etc. Así hablando rítmicamente, se iba adquiriendo destreza física y representaba una forma de ocio.

Guerrero, S. (26,9) precisa que también hay constancia de muestras en cuevas de escrituras pictográficas de festivales de areitos, manifestación de actividad cultural primitiva a través de la danza que servía de adoración a los antepasados, a los fenómenos naturales que rodeaban su vida diaria como el sol, la luna, la lluvia, el trueno, entre otros. Estos festivales de areitos consistían en una gran fiesta, bailaban y cantaban al compás de los tambores durante varias horas.

El juego de pelota o batos era entre los indígenas tainos, una de las manifestaciones recreativas más apreciadas los juegos estaban mezclados con ritos y ceremonias litúrgicas.

En esta etapa se desarrollaron varias manifestaciones culturales y físicas, como fueron las pictografías rupestres, las danzas, los festivales areitos, las actividades de caza y pesca, los juegos de batos, etc.

Sociedad esclavista y feudal.

Con relación a la sociedad esclavista y feudal Guerrero, S. (26,9) señala que el régimen que se estableció en Cuba, luego de la conquista de la isla por los españoles, fue un régimen de relaciones de producción esclavista y creó un estado que velaría por la preservación de las mismas, acorde a sus propios intereses de conquistas y riquezas.

De esta forma desaparecieron todas las formas de expresión cultural que recreaban y reproducían el modo de vida aborigen cubano. Los españoles se limitaron a trasladar sus instituciones a Cuba y con ella sus elementos culturales, canciones, bailes y juegos.

Esta sociedad esclavista y feudal se caracterizaba por la división de la misma en clases: una explotadora que tiene todo y otra explotada que carece de todo para cubrir las necesidades más fundamentales.

Las actividades recreativas de la clase dominante se caracterizan por fiestas con motivos santorales, proclamaciones de reyes y bodas de príncipes españoles. Se dan corridas de toros, prácticas de cacería, veladas culturales y paseos en carruajes de la época.

Mientras tanto los plebeyos y esclavos sólo podían participar en fiestas populares en plazas cuando se les autorizaba por el clero, tomar parte en guateques y peleas de gallos, los esclavos tenían sólo manifestaciones culturales traídas de África y algunos juegos sencillos que realizaban en los barracones donde vivían todo entre mezclado con su religión.

Sociedad capitalista.

Guerrero, S. (26,10) este autor argumenta que este régimen ya se empieza a manifestar desde la sociedad feudal. En los dueños de las grandes plantaciones se encuentra el germen del capitalismo al tratar éstos de incrementar su producción mercantil que estaba frenada por las relaciones de producción existentes.

Esta etapa comienza en la colonia y se mantiene hasta la pseudo república, donde esta formación socio - económica capitalista acentuó cada vez más las contradicciones de las fuerzas productivas y las relaciones de producción, y dió fin con el Triunfo de la Revolución en 1959.

Puede decirse que en Cuba, la Recreación como fenómeno social inherente a los derechos del hombre era casi desconocida.

En este período surgen instituciones sociales alrededor de las cuales principalmente se van a desarrollar actividades culturales, deportivas y recreativas, determinando su envergadura y la solvencia de la clase que representan.

En estas instituciones se realizaban actividades como la natación, diferentes deportes como el baloncesto, béisbol, esgrima, billar, deportes náuticos, golf, bolos, ajedrez, tenis, juegos de dominó y actividades culturales.

Sociedad socialista.

Guerrero, S. (26,10) señala que al triunfo de la Revolución el 1ro de enero de 1959 se inicia la etapa de transito al Socialismo, se comienzan a suceder las leyes revolucionarias que traen reivindicaciones señaladas en el Programa del Moncada. Comienza una etapa nueva en la historia de Cuba.

Se inicia la integración de un Estado nuevo que velaba por los intereses económicos, políticos y espirituales del pueblo, se crean las instituciones para garantizar el ordenamiento social que establecía la Revolución. Surgen entidades que reivindican al sector campesino, haciendo de la Reforma

Agraria un hecho real. También en función del pueblo, se crean entidades para la salud pública, la industria, la economía, la cultura, el deporte y la recreación.

La recreación, como expresión educativa, al alcance de las masas populares se inicia en Cuba con el triunfo de la Revolución.

En 1959 se crea el Ministerio de Bienestar Social, que entre de sus funciones tenía la de dar atención a la niñez a través de su Departamento de Recreación.

El departamento de recreación contaba con:

- Programa en parques y calles
- Programa en centros de recreación
- Programa de campamentos recreacionales

Guerrero, S. (26,11) precisa que también este ministerio estableció programas recreativos dirigidos a las instituciones asistenciales de menores y ancianos, pero a través de Prevención Social.

En 1961 se crea el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), a través del cual se comenzaron a canalizar todos los esfuerzos por el desarrollo del Deporte, la Educación Física y la Recreación, donde se unifican todos los esfuerzos para llevar la Educación Física, el Deporte y la Recreación hasta los más recónditos lugares del país.

Esta medida hizo posible la ejecución de un grupo de planes encaminados al desarrollo de las capacidades físicas de la población, al perfeccionamiento de sus hábitos y costumbres, a propiciar el mantenimiento y conservación de su salud, en los que se encuentran:

- Programa de recreación Rural y Urbana.
- Programa de campismo.
- Programa de excursionismo.

En esta etapa inicial, de 1961 datan los primeros cursos para instructores en la escuela Valdez Rodríguez, la escuela de instructores en Santa Catalina y Primelles, la de los edificios de 3ra y F en el Vedado y posteriormente la creación en 1964 de la Escuela Superior de Educación Física "Comandante Manuel Fajardo" que representó el despegue. Hacia la elevación cualitativa en el aspecto científico - técnico.

Este desarrollo cualitativo tiene una expresión muy objetiva con la apertura del Instituto Superior de Cultura Física que ha contribuido a elevar el perfil ocupacional a rango universitario de los profesores de Educación Física, Deporte y Recreación.

1.2 Definición de los términos Actividad Física, Tiempo Libre, Recreación y Recreación Física

La atención a la comunidad (Consejos Populares), y dentro de ella principalmente los centros educacionales como nuestro escenario principal, se presentan proyectos recreativos, donde se concreten tanto las actividades como los recursos humanos y materiales necesarios.

La Educación Física como esfera pedagógica para la formación de hábitos y habilidades contribuye a la salud y al desarrollo corporal, psicomotor y afectivo de los seres humanos desde las más tempranas edades, procurando el logro de una formación integral en el ámbito escolar, así como también para la elevación de la calidad de vida en personas con patologías diversas, o discapacidades.

La Recreación como actitud o estado de ánimo convertido es el objetivo final de todas las acciones que propicien una ocupación placentera del tiempo libre, promoviéndose la renovación (re-creación, o volver a crear) de las capacidades físicas y mentales del individuo, y estimulándose su marco de relaciones e interacciones sociales dentro de la comunidad.

La Recreación Física es un campo de la Recreación como también lo son la Recreación Artístico - Literaria, y la Recreación Turística (donde se combinan acciones de las demás) que transita por la práctica de actividades lúdico – recreativas, de deportes recreativos y del espectáculo deportivo, como uno de los componentes de la Cultura Física (junto a la Educación Física escolar y de adultos, y el Deporte), para la ocupación placentera, sana y provechosa del tiempo libre.

Las Actividades Lúdico – Recreativas son aquellas presididas por el ejercicio de la libertad de elección, como es característico en la actividad lúdica por excelencia: el juego en su diversidad de formas, a través del cual es posible lograr resultados educativos y formativos, como valores agregados a la

obtención del placer. Lo lúdico es una condición inseparable del juego, por lo que es erróneo emplear el término de "juegos lúdicos", ya que no existen juegos que no lo sean. En el campo general de la Lúdica también se inscriben las manifestaciones artísticas, el rito sacro y la liturgia religiosa, el espectáculo y la fiesta, y otras expresiones de la cultura humana regidas por el simbolismo lúdico, o representación simbólica de la realidad.

Los Deportes Recreativos son disciplinas deportivas, autóctonas o foráneas, que no forman parte del programa olímpico, pero que responden a gustos y preferencias de las personas para la ocupación del tiempo libre, generalmente organizándose en clubes, asociaciones o federaciones. Muchas disciplinas actualmente en el calendario olímpico comenzaron como deportes recreativos, por lo que esta es una vía adecuada para la difusión y masificación de toda novedosa propuesta deportiva.

La Recreación Física tiene como soporte temporal el tiempo libre, considerando como tal aquel momento en que las personas disponen de todas sus posibilidades para dedicarse a placenteras actividades auto condicionadas, como complemento de las obligaciones y tareas que deben desempeñar en la sociedad.

1.3 Importancia de las actividades en la Recreación Física

Las actividades recreativas tienen vital importancia para el hombre ya que compensan la carga física, intelectual y emocional para evitar desequilibrios en su comportamiento personal y social, la consolidación de la recreación institucional y no institucional como alternativa sana y constructiva, en sus dimensiones como disciplina y como política de estado, enfrenta continuamente en múltiples instancias la presunción de que siendo sus beneficios fundamentalmente alcanzados por individuos.

Es conocido que la Recreación Física de forma directa ha experimentado un gran auge en el mundo como una vía de mejorar las condiciones físicas del ser humano, a la vez que influye en su calidad de vida.

La autora considera que es evidentemente la incorporación de la población mundial a las diversas formas de la práctica activa de la Cultura Física, dada

la creciente importancia que posee para conservar el equilibrio en las relaciones hombre - medio en comparación con otras actividades corporales. Estudios realizados por investigadores vinculados a las actividades recreativas demuestran, como es notable ver las manifestaciones de la civilización moderna, sobre todo la cubana, con relación a la práctica de la actividad física, se aprecia alrededor de esto un gran movimiento de masas, ya sea en grupos o de forma individual, a todo lo largo y ancho del país, por lo que se demuestra como la sociedad va tomando conciencia de las ventajas que aportan las actividades de la cultura física, tanto en lo cultural, físico y lo psicológico, dando al hombre salud y el deseo de vivir, el bienestar y la capacidad de rendimiento del individuo, su magnitud social y repercusión en la comunidad a través de actividades de contenido físico deportivo, a las cuales el individuo dedica voluntariamente su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.

Teniendo en cuenta los problemas existentes para las ofertas de actividades de la Recreación Física que están dirigidas a las comunidades, se hace necesario trabajar en la búsqueda de soluciones científicas que permitan transmitir los niveles deseados de alegría, salud, diversión y desarrollo individual; no obstante, resulta muy difícil lograr dar respuesta a cada una de las necesidades que se presentan en las diferentes edades, pues cada una de ellas tienen características y condiciones muy diversas, que pueden resultar a su vez favorables para el aprovechamiento de sus actividades. De esto se desprende la necesidad de estudiar, planificar y ejecutar planes que contengan ofertas recreativas que se ajusten al modo de vida de cada comunidad, atendiendo a esta problemática, la autora consideró necesario elaborar un programa que aborde la problemática relacionada con las actividades recreativas que se desarrollan en las comunidades, que contribuyan a una mayor incorporación de los jóvenes a las actividades recreativas, mediante una recreación sana, que tribute al desarrollo armónico de la personalidad, materializándose en los diferentes programas recreativos que se ofertan por las direcciones de deportes en correspondencia con los gustos y preferencias que se manifiestan en las comunidades.

1.4 Formas de realización de las actividades recreativas en los Consejos Populares

El INDER es el organismo rector metodológico de la Recreación Física, así como los ministerios de Cultura y de Turismo lo son, respectivamente, de los otros dos campos afines. Pero, la concepción socialista cubana ha determinado que, en el orden práctico, el diseño y ejecución de las ofertas recreativas se sustenten en una interpretación integradora basada en la existencia de Comisiones Coordinadoras de Recreación a nivel de cada municipio del país, subordinadas a las estructuras de Gobierno, o Poder Popular, a ese nivel. El producto que emana de esta concepción orgánica – funcional es justamente la Recreación Comunitaria.

La Recreación Comunitaria se realiza en el barrio, teniendo a la escuela pública como principal agente promotor a partir de sus propios recursos humanos y materiales, con la participación de profesores, promotores recreativos y socioculturales, así como de activistas populares. Ella concibe propuestas recreativas diversas basadas en actividades lúdicas (principalmente juegos pre-deportivos y de animación), el deporte participativo (no competitivo), festivales artístico - culturales (principalmente con aficionados y de tradiciones locales), y otras que se desarrollan en contacto con la naturaleza (como acampadas, natación, pesca recreativa, excursionismo, etc.).

Concebida mediante principios de planeación estratégica para períodos anuales por parte de los ya mencionados organismos locales, la Recreación Comunitaria se diseña mediante proyectos recreativos particularizados para cada entorno geográfico o comunidad, con el fin de optimizar el uso de los recursos humanos, materiales requeridos y disponibles, mediante el accionar de los Consejos Populares y las estructuras básicas del Gobierno en todo el país, resultando así el documento metodológico que rige la realización, a mediano o largo plazos, de un conjunto de acciones para el logro de determinados resultados (metas) en un entorno social concreto, con eficiencia y eficacia, y en correspondencia con los objetivos generales y específicos planteados.

1.5 La Recreación Física en los Consejos Populares

En referencia a los proyectos de trabajo que realizan los Consejos Populares y las Direcciones Municipales de Deportes, están dirigidos a la búsqueda de alternativas más razonables hacia un modelo económico y social más flexible, armónico y regenerativo, que trata de alcanzar un equilibrio estable entre el empleo de recursos, la ejecución de su función y la satisfacción de las necesidades deportivo - recreativas de la población.

En los últimos tiempos se ha hecho énfasis en el estudio de los intereses y necesidades de la población, que proporcionan valiosas aclaraciones sobre los tipos de actividades que deben promoverse en las diferentes edades, y las formas más eficientes de la participación masiva, el marco de su tiempo libre y su recreo, que dejan entrever el valor del ejercicio físico en el desarrollo total de la personalidad y la intensificación permanente de la capacidad y disponibilidad de rendimiento del individuo que practica la Cultura Física.

Atendiendo a lo antes expuesto la autora considera necesario resaltar la importancia de conocer las necesidades, preferencias y gustos de los pobladores.

Según apreciaciones de Ramos, A. (52,16) “El conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos no sólo es lo que llaman gestión de las actividades recreativas y físicas, en esta última entran un grupo de acciones que junto a las mencionadas permiten la satisfacción de los participantes. Se habla indistintamente en el proceso de la recreación de variables tales como: gustos, preferencias, necesidades, intereses, oferta, demanda y aunque todas deben ocupar su lugar durante la gestión de las actividades físicas de tiempo libre, las mismas deben observarse de la siguiente manera:

Gustos: son aquellas actividades recreativas de tiempo libre por las que se inclina y optan los participantes, de acuerdo a criterios individuales, sin importar el grado de conocimientos, habilidades o hábitos para la práctica de las mismas.

Intereses: están relacionados con los gustos, dependen de las individualidades condicionadas por las posturas de los participantes, la forma

de realización, lugar de realización, el cómo realizarlas y con quienes realizarlas, las dimensiones del tiempo libre, etc.

Preferencias: las preferencias recreativas, es el orden de ejecución que el hombre establece en relación a sus gustos y en relación directa con sus intereses; las preferencias en muchas ocasiones se establecen en función del conocimiento, habilidades, hábitos que se tengan en relación a las actividades a ejecutar.

Necesidades: el hombre necesita cada vez más de la realización de movimientos físicos programados que se logran en este caso, mediante la actividad física de tiempo libre, estos deben ser dosificados en función de la edad para que surtan efecto en el organismo, en la prevención de la salud y el rendimiento físico, estas necesidades de movimiento el hombre trata de satisfacerla en la relación que establece a través de sus gustos, intereses y preferencias recreativas.

Estas cuatro variables que se utilizan indistintamente para referirse a las actividades por las que opta el hombre en su tiempo libre, son importantes en la gestión del proceso de la recreación a nivel local y de ellas se derivan otras dos variables a las que se denominan:

Demanda: la demanda es la que surge de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de la población de las distintas edades, ya sea en la escuela, centro de trabajo, circunscripción, asentamiento y las que deben ser suplidas con una gestión por las autoridades, organismos, instituciones, organizaciones que forman el Sistema de la Recreación a nivel local.

Oferta: esta variable es el resultado en la toma de decisiones del programa de la recreación ante el volumen de información que se diagnosticó para la determinación de los gustos, intereses y preferencias.

Otro de los elementos importantes a tener en cuenta en las necesidades e intereses recreativos físicos en los consejos populares motivo de estudio es diagnosticar acertadamente no sólo los intereses, gustos, o partiendo de estas las preferencias de los distintos grupos de edades; es importante además tener en cuenta la disponibilidad y la posibilidad de las personas a los que se dirigen los programas físicos - recreativos.

1.6 Organización de la Recreación Física para grupos urbanos y rurales

Pérez, A. (47,18) en coordinación con otros profesores vinculados a las actividades recreativas, señalan que estudios realizados en diferentes sectores comunitarios se aprecia que la comunidad constituye el entorno social más concreto de existencia, actividad y desarrollo del hombre. Es el lugar donde el individuo fija su lugar de residencia, convive con otras personas y establece relaciones de comunicación. Constituye el espacio físico ambiental, geográficamente delimitado, que tiene un sistema de interacciones económicas, socio - políticas y socio - psicológicas que generan relaciones interpersonales sobre la base de necesidades; este sistema resulta portador de tradiciones, historia, e identidad propia, que se expresa en identidad de intereses, el sentido de pertenencia y diferenciándolo de los grupos que la integran.

Según Torres, A. citado por Suárez (56,18) Los tipos de comunidades pueden ser:

1. Por la forma de agruparse la población y las comunidades:

- a) Urbanas (ciudades).
- b) Suburbanas (periféricas).
- c) Rurales (aldeanas).

2. Por las actividades fundamentales que las sustentan:

- a) Industriales.
- b) Agroindustriales.
- c) Agrícolas.
- d) Comerciales o de servicio.

3. Por la composición de la población:

- a) Permanentes o Temporales.
- b) Autóctona o de Inmigrantes.

Las zonas urbanas ofrecen un mayor abanico de recursos para la supervivencia de las personas.

1.7 Programación de la Recreación Física en las edades de 15 a 20 años

Atendiendo a la importancia que tiene la edad de 15 a 20 años en la etapa de juventud para la presente investigación, y los criterios que la anteceden; los jóvenes se encuentran en una etapa de formación y evolución de la personalidad muy compleja, donde la recreación es un factor coadyuvante en este proceso. Es por ello que a la hora de la programación de la Recreación Física se deben tener presente los aspectos psicopedagógicos más importantes que marcan esta etapa.

En esta etapa los jóvenes presentan un marcado interés por lo motor, por actividades recreativas que se presten al auto examen, a la superación y a la competencia, así como se produce un afianzamiento de las posibilidades de participación en equipos deportivos.

Pérez, A. (47,19) señala “En el período final de la juventud las ansias recreacionales ya han tomado estado de una cierta madurez, los juegos y competencias que se proponen son serios en su mayoría, se busca la exaltación de cualidades o capacidades físicas”.

Las actividades recreativas deben considerar políticas de impacto de conocimiento y cuidado ambiental en el desarrollo de sus tareas, así como considerar los elementos que se requieran para ofertar servicios con carácter sostenible. Éstas serán eficientes y eficaces sólo cuando para su elaboración se consideren los intereses, necesidades, motivaciones de los usuarios y evitar las barreras aparentes de la edad y la cultura.

1.7.1. Características generales de la etapa de la juventud

El grupo etario denominado juventud transcurre aproximadamente, de manera flexible (según las particularidades individuales y contextuales), entre los 11 y 20 años.

Según Pila, T. citada por Suárez, E. (56,19) señala que “La primera parte de este período del desarrollo de la personalidad abarca hasta alrededor de los 15 años y recibe el nombre de adolescencia temprana y la siguiente cuyo límite se enmarca aproximadamente en los 20 años o en el momento de la inserción en la actividad laboral se le llama adolescencia tardía o juventud.

Ambos períodos están íntimamente inter - conexiónados sistémicamente sin que puedan ser disociados entre sí.

1.8 Características del programa recreativo

Una práctica muy frecuente en nuestro medio es considerar al programa recreativo como un catálogo de actividades, y se le desconecta de todo el sistema operativo institucional, es decir, se le analiza de manera independiente sin tener en cuenta otros factores con los cuales tiene una relación de independencia tal como: objetivos, dirigentes, fines de la institución o de grupos.

En la literatura nacional e internacional consultada, se muestran diversos criterios sobre la programación recreativas, la autora atendiendo a las condiciones del país y en particular el consejo popular de Peñas Altas en el municipio de Matanzas, asume el criterio de Pérez, A. (47.20) sobre la planificación de la recreación, donde enfatiza que un programa es "...un plan de actividades ordenadas y sistemáticas...", a lo cual esta investigadora le agrega que tiene un objetivo definido; este mismo autor refiere que un plan no es más que "... la organización de actividades específicas, determinadas por necesidades e insuficiencias detectadas, y que se planifican con una estructura detallada para darles cumplimiento, siendo controlada su ejecución...".

Considerando que un programa recreativo es una forma de un proyecto o planeación de actividades que se van a ofrecer a la comunidad tanto general como específico, que busca satisfacer las necesidades de todos y tiene que cumplir con los aspectos siguientes:

- * Debe ser equilibrado.
- * Debe contener actividades diversas.
- * Debe tener una gran variedad y flexibilidad.
- * Tener claro las temáticas a trabajar.
- * Tener una encuesta diagnóstico.
- * El programa debe estar justificado.
- * Establecer los objetivos tanto generales como específicos.
- * Tener una metodología.

- * Tener una buena convocatoria.
- * Diseñar un mapa donde se ubique dónde se va a realizar la actividad.
- * Tener un cronograma.
- * Diseñar un organigrama donde se tenga claro el personal, su función, así mismo quien comanda y sus asistentes.
- * Ejecución del programa.
- * Cierre del programa (agradecimientos, despedida, enviar cartas a los patrocinadores o participantes importantes).
- * Respectiva evaluación del programa.

Pérez, A. (47,21) refiere que los programas se pueden clasificar de acuerdo con tres criterios: su temporalidad, la edad de los participantes y su utilización; la cual se expone a continuación:

a. Según la temporalidad, pueden ser:

- Programa quincenal.
- Programa anual (calendario).
- Programa trimestral (temporada).
- Programa mensual.
- Programa semanal.
- Programa de sesión.

b. Según la edad de los participantes:

- Programa infantil.
- Programa juvenil.
- Programa de adultos.
- Programa para ancianos o tercera edad.

c. Según su utilización:

- Programa de uso único.
- Programa de uso constante.

Para desarrollar esta investigación la autora se acoge a un programa anual (calendario) para los jóvenes entre las edades comprendidas de 15 a 20 años que sea de uso constante. Además plantea que es necesario realizar diagnósticos sistemáticos que posibiliten la actualización del mismo de acuerdo a las características de los participantes.

1.9 Características y particularidades de la Recreación Física en Cuba y en los Consejos Populares

Suárez, E. (56,22) señala “la Recreación Física en Cuba se ha convertido en un modelo a seguir a nivel internacional, demostrando que la actividad física es considerada como una necesidad para los seres humanos de todas las edades y se reconocen sus beneficios como factor de: salud, condición física, base del deporte y forma de vida activa para el bienestar del hombre.

Cuba cuenta con un gran prestigio internacional en el Deporte, la Cultura Física y la Recreación, con su ejército de profesores internacionalistas, ha llevado su experiencia a países como Panamá, Venezuela, México, Ecuador, Bolivia, Colombia y otros, que cuentan con majestuosas construcciones deportivas, pero estas no son explotadas de forma racional, donde los pobres no tienen la oportunidad de gozar de los beneficios de estas instalaciones; los técnicos cubanos han desarrollado un gran aporte a la comunidad internacional, desarrollando diferentes programas de la Recreación Física, en función de satisfacer las demandas recreativas de la población y dar un mejor aprovechamiento al tiempo libre en los diferentes grupos de edades, educando en y para el tiempo libre, con actividades gratificantes y que además puedan contribuir a desarrollar valores encaminados a formar a las personas, a pesar de que en estos países existe el fenómeno de la exclusión de grupos mayorías o minorías sociales, como es característico en los países bajo sistemas políticos - económicos caracterizados por la desigual distribución de las riquezas, que trae como resultado la división de la sociedad en grupos minoritarios cada vez más ricos, y una gran mayoría de la población cada vez más pobre.

Cuba considerando y respetando la valía del ser humano, ha tenido en cuenta ante todo los siguientes principios internacionalistas:

- Contribuir al desarrollo deportivo de los países, desde la práctica de la Educación Física, el Ejercicio Físico de la población y el aumento de la calidad de vida.
- Contribuir a la superación técnica de los entrenadores y atletas.
- Contribuir a los lazos de amistad entre los pueblos.

-Hacer llegar el sano intercambio deportivo, cultural y social entre nuestros pueblos.

Suárez, E. (56,23) Señala que “en el país, el trabajo comunitario siempre ha sido preocupación del Gobierno y el Partido, por lo que es una de las prioridades del trabajo social, donde la dirección del INDER, con sus técnicos y profesores, tienen una gran incidencia, tanto en las zonas urbanas como rurales, en función de satisfacer las demandas físicas y espirituales en los diferentes grupos de edad de la población.

En la actualidad a nivel internacional y nacional se aplican variados proyectos sobre la Recreación Física, por los beneficios que aporta en la transformación de las conductas en los individuos y la salud, pero estas todavía necesitan profundizar en la orientación científica, definición de conceptos y estilos de trabajo.

En este sentido Pérez, A. (47,23) señala que “la investigación del tiempo libre y la Recreación en los países en vías de desarrollo es una tarea compleja que tiene ante sí no solamente urgencias sociales, económicas e ideológicas, sino dificultades de tipo teórico conceptual referidas básicamente a la orientación científica que se debe adoptar en el problema crucial de la definición de los conceptos fundamentales de la investigación, metodología y estilo de trabajo que debe poseer un profesional que desempeña esta importante área de vida social.”

La presente investigación se realiza en el Consejo Popular de Peñas Altas en Matanzas, caracterizada como zona urbana, compuesta por 6 circunscripciones, se encuentra una escuela Secundaria Básica, una Primaria, adoleciendo de instalaciones deportivas para la práctica de las actividades físicas, y la necesidad que tiene la población de buscar una vía para mejorar la calidad de vida desde el punto de vista físico y mental, ocupar el tiempo libre de forma amena y sana en actividades que satisfagan las demandas recreativas en las diferentes edades específicamente en la juventud.

Atendiendo a lo antes expuesto, se puede llegar a los beneficios de las diferentes manifestaciones de la Recreación Física a la edades de 15 a 20 años, consideró pertinente elaborar un programa de actividades recreativas

con el objetivo de lograr altos niveles de participación a las ofertas recreativas, transformando hábitos, conductas y valores en función de una mejor calidad de vida en estas edades.

Las actividades de la recreación física en este territorio, se planifican y se organizan a partir de las orientaciones emanadas por la INDER, las cuales se desarrollan teniendo en cuenta la distribución política administrativa a nivel del poblado y una caracterización general del mismo desde el punto de vista geográfico y socio demográfico.

Se finaliza el capítulo, argumentando que en los referentes teóricos consultados de la bibliografía especializada, se logra sistematizar, organizar e interrelacionar los aspectos que conforman el objeto de estudio de la investigación, lo que permite plantear que en los programas y orientaciones metodológicas emanadas por el INDER, aunque existe organización en el contenido metodológico, en la práctica no se tratan con el mismo énfasis, no se ofertan alternativas concretas para la atención a los jóvenes, donde los principales problemas están enfocados desde el punto de vista deportivo y recreativo en: pocas instalaciones deportivas, déficit de profesores de Educación Física y Deportes lo que trae como consecuencia reiterados índices delictivos, poco aprovechamiento del Tiempo Libre, pocas ofertas de actividades recreativas preferentemente en las edades de 15 a 20 años.

Capítulo II. Conformación del programa de actividades recreativas para elevar la incorporación de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años a las actividades recreativas

En este capítulo la autora define el tipo de estudio, diseño, población, muestra, así como son explicados los métodos teóricos, empíricos, técnicas estadísticas y procedimientos matemáticos que guían el proceso de investigación, los resultados obtenidos en el diagnóstico, la estructuración del programa de actividades recreativas para elevar la incorporación de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años a las actividades que se desarrollan en el Consejo Popular de Peñas Altas y además del criterio que tienen los especialistas.

2.1 Tipo de estudio y diseño seleccionado para la investigación

El tipo de estudio es el exploratorio, porque se investiga acerca de las necesidades, gustos y preferencias en las edades de 15 a 20 años, se buscan informaciones para llevar a cabo una investigación más compleja. Según Hernández, R. (27,25) se puede definir como descriptivo, porque se miden con la mayor precisión posible, las dimensiones e indicadores que inciden en la organización y planificación de las actividades recreativas que se realizan en el consejo popular.

2.2 Caracterización del consejo popular y muestra

El consejo popular de Peñas Altas, objeto de estudio cuenta con 6 circunscripciones, posee una población de 1248 habitantes, que residen en 6 zonas y 16 CDR.

2.2.1 Instituciones y programas educacionales existentes en el Consejo Popular

Número de escuelas Primarias: 1

Número de escuelas Secundarias Básicas: 1

Principales gustos y preferencias: Juegos deportivos, actividades culturales y baños de playa.

2.2.2 Principales áreas deportivas

Combinado deportivo: 1

Área de Baloncesto: 1

Para el desarrollo de la investigación se seleccionó una población de 468 jóvenes, seleccionándose una muestra que estuvo constituida por 230 sujetos en las edades comprendidas entre 15 a 20 años, lo que representa un 49.15%, esta muestra fue seleccionada de forma intencional atendiendo a las insatisfacciones por las actividades recreativas y su poca participación en ellas.

El criterio de selección fue al azar no probabilístico, que tiene como ventajas que la selección de la muestra se deja a criterio del investigador, también integran la muestra profesores de recreación, dirigentes del combinado deportivo, delegados de circunscripciones y presidente del consejo popular, también se requirió de la experiencia de especialistas en recreación seleccionados por sus conocimientos en el tema investigado.

También participan en la muestra 3 profesores de recreación, 1 director de Combinado Deportivo, 1 metodólogo de recreación, 1 presidente del consejo popular, como otros participantes, 8 especialistas en recreación profesores de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física, estos fueron seleccionados por su experiencia laboral en la actividad, publicación de trabajos relacionados con las actividades comunitarias, participación en eventos nacionales e internacionales.

En la tabla 1 se muestra una caracterización más detallada de distribución de los participantes en la investigación.

Tabla 1: Caracterización de la muestra. (Población 468) Muestra total 236 para un 50%

Fuente: Elaboración propia

Muestra x grupo	Total	Categorías
Edades de 15 a 20 años	230	Jóvenes
Sexo femenino	88	
Sexo masculino	142	
Profesores de Recreación	3	Licenciados

Director de Combinado Deportivo del Consejo Popular Peñas Altas	1	Licenciado en Cultura Física
Metodólogo de Recreación	1	Licenciado
Presidente del Consejo Popular	1	Graduado de nivel superior
Total de la muestra.	236	

2.3 Métodos utilizados en la investigación

Dentro de los métodos teóricos fueron utilizados:

Analítico – sintético: Para el estudio de los enfoques teóricos metodológicos acerca de las actividades recreativas, así como la valoración de los instrumentos aplicados, que fue de gran utilidad para el estudio de la bibliografía consultada.

Inductivo – deductivo: Permitió estudiar las particularidades de la recreación, deducir las especificidades de cada capítulo y aplicación del programa.

Histórico – lógico: Permitió evaluarlos antecedentes y evolución histórica de la recreación, principios y definiciones, así como el comportamiento y desarrollo de las actividades recreativas.

Enfoque sistémico estructural: permite la relación entre los componentes que se relacionan en la investigación, para alcanzar mejores resultados en materia de orientación profesional y la confección del programa de actividades.

Hipotético - deductivo: aporta explicaciones acerca del problema planteado, permite su comprobación en la práctica integrando los contenidos de manera organizada y sistematizada, involucrando variables independientes y dependientes.

Dentro de los métodos empíricos fueron utilizados:

La revisión de documentos: Se empleó en la revisión de documentos curriculares para adoptar posiciones acerca de la temática investigada y realizar un estudio sobre las deficiencias que presentan los programas de recreación que se ofertan a los jóvenes en las edades de 15 a 20 años,

confeccionándose una guía para tal objetivo.

La encuesta: se aplicó a 230 jóvenes en las edades de 15 a 20 años con el objetivo de obtener información acerca de los gustos, preferencias y nivel de satisfacción por las actividades que se ofertan, ésta se estructuró de forma mixta con preguntas abiertas y cerradas.

La entrevista: se aplicó de tipo individual y semi - estandarizada con el objetivo de conocer el criterio de 3 de profesores de recreación y factores de la comunidad, sobre cómo se desarrollan las actividades recreativas a nivel de consejo.

La observación científica: se aplicó a partir de una guía que incluye las instalaciones convencionales y rústicas, así como la observación a diversas actividades programadas por el combinado deportivo.

El criterio de especialista: se utilizó para comprobar la validación del programa de actividades desde el punto de vista teórico y práctico.

Los resultados de los datos recopilados fueron procesados mediante procedimientos matemáticos y estadísticos, apoyados en la plataforma de Windows 7, el Programa EXCEL, mediante el paquete estadístico SPSS 20.00, sobre la plataforma de WINDOWS, así como la utilización de la hoja de cálculo elaborada por Folgueira, R. (7) para determinar los niveles de significación estadística para las proporciones.

2.4 Resultados de los métodos teóricos y empíricos seleccionados para la investigación

A continuación se muestran los resultados del diagnóstico, que permite identificar las causas del problema y otros elementos relacionados con la edad que se investiga, herramienta importante para las conclusiones y recomendaciones de la investigación, los resultados muestran informaciones precisas sobre el comportamiento de los jóvenes en el tiempo libre y el criterio de un grupo de personas que se encuentran vinculadas al trabajo de la recreación a nivel local.

El diagnóstico que se presenta está sustentado en él:

- Análisis de documentos.
- Entrevista al presidente del Consejo Popular.

- Entrevista al director del Combinado Deportivo.
- Entrevista al metodólogo de Recreación.
- Entrevista a los profesores de recreación que laboran en el Consejo Popular.
- Guía de observación.
- Encuestas a los jóvenes en las edades de 15 a 20 años.

2.4.1 Resultados de la revisión de documentos

- Para analizar los documentos (Anexo 1) fue elaborada una guía que comprende:

Informe de visitas realizadas por parte del combinado deportivo del consejo popular, donde se muestra las deficiencias que se presentan desde el punto de vista de la realización de actividades recreativas a los jóvenes.

-Se constató una deficiente participación de los jóvenes a las actividades que se ofertan, según los informes de las visitas efectuadas al consejo popular.

- No existen programas específicos para los jóvenes en las edades de 15 a 20 años presentan deficiencias metodológicas en su confección.

- Revisión de los informes semestrales.

- Los resultados del análisis a 8 informes semestrales relacionados con la recreación, así como la información estadística relacionada con las actividades recreativas que se envía al Departamento Provincial de Recreación, identificó que no se reflejan alternativas para incrementar el número de participación de los jóvenes a las actividades que se programen.

- En los documentos no se refleja a los problemas que presentan las instalaciones desde el punto de vista constructivo.

- Indicaciones metodológicas del organismo superior. (INDER).

-Se constató que se trabaja según las indicaciones metodológicas que se establecen para la confección de los programas, que sirven de guía al profesor para desarrollar su trabajo.

- Se aprecia un decrecimiento notable en la atención de los profesores a los jóvenes en las edades entre 15 a 20 años.

-Se pudo comprobar una mejor atención a otros grupos de edades.

- Se identifica como deficiencia que es necesario trabajar en la planificación de programas que respondan a los gustos y preferencias de estas edades.
- Se evidencia la necesidad de una utilización adecuada de las áreas permanentes y espacios que se encuentran en desuso.
 - Trabajos presentados en los Fórum científicos de base.
- Los trabajos presentados en los fórum de base demuestran la necesidad de fortalecer el trabajo con los jóvenes.
- No se aprecia la aplicación de resultados de trabajos diplomas y tesis de maestría, porque no existe evidencia de ello en el consejo popular.
- Utilización de bibliografía nacional e internacional relacionada con los programas de Recreación Física.
- Se consultaron, 14 bibliografías en el orden nacional e internacional específicas de la Recreación Física que estuvo al alcance de la autora, por lo que se constató a que nivel nacional que se han realizado diversas publicaciones de investigaciones sobre el Tiempo Libre y la Recreación en diferentes provincias del país, dirigidos a programas recreativos basados en tesis de maestría y doctorados.

2.4.2 Resultados de la entrevista al Presidente del Consejo Popular

El objetivo fundamental de la entrevista al presidente del consejo popular (Anexo 2) estuvo enfocado en comprobar el dominio que tiene sobre el trabajo de las actividades recreativas que se realizan por parte de la dirección del Combinado Deportivo, con relación a esto se pudo comprobar que tiene dominio del trabajo que desarrollan los profesores de Recreación y participa como invitado a algunas de las actividades que se planifican.

El mismo expone sus consideraciones acerca de la participación de la población hacia las actividades de la Recreación Física que se ofertan por parte del Combinado Deportivo, precisando que estas se pueden mejorar siempre que se organicen y se divulguen con antelación.

Señala que aunque se desarrollan actividades recreativas que tienen una buena aceptación, se hace necesario atender a las edades de 15 a 20 años que es donde se observa la menor participación.

Manifiesta que los profesores en su gran mayoría se encuentran preparados para desarrollar estas actividades, pero se deben superar para ofertar actividades de mayor calidad.

Plantea que se debe profundizar en el cumplimiento de los convenios de trabajo con otras instituciones como: Salud, Cultura y CDR entre otras, para apoyar las actividades recreativas que se desarrollan en las diferentes circunscripciones, logrando un mejor apoyo de estos, ya que se han presentado deficiencias e irregularidades en este tipo de atención.

El entrevistado reitera que la línea de trabajo que sigue la Dirección de Deportes Municipal, para satisfacer las demandas y necesidades recreativas de la población, es aceptable, pero también deben aumentar la atención a los jóvenes.

Precisa que los aspectos que limitan la participación de la población a las actividades de la recreación física sobre todo en las edades de 15 a 20 años, están basados en los pocos medios que tienen los profesores para desarrollar las actividades, el mal estado en que se encuentran las instalaciones deportivas, el déficit de profesores y la falta de apoyo por parte de los organismos y organizaciones que deben trabajar de conjunto para que las actividades se desarrollen con calidad.

2.4.3 Resultados de la entrevista al director del Combinado Deportivo

La entrevista al director del Combinado Deportivo (Anexo 3) tuvo como objetivo indagar acerca de la línea de trabajo de la recreación y las perspectivas futuras en este consejo popular.

Se constató, que el director domina los diferentes lineamientos que tributan al trabajo de la recreación que se desarrollan a nivel de consejo popular, ya que tiene el control de la cantidad de instalaciones deportivas y áreas para la práctica de la actividad física y la distribución de los profesores de recreación por áreas.

Afirma que los programas recreativos se encuentran planificados, pero estos no siempre satisfacen las demandas recreativas en las diferentes edades, sobre todo en la edad de 15 a 20 años, ya que se hace difícil convocar a este grupo, debido al nivel de desarrollo socio – económico a nivel local y las

características socio demográficas en cuanto a la edad, sexo y nivel educacional.

Señala como otro elemento que atenta contra la participación de la población a las actividades recreativas las malas condiciones constructivas en que se encuentran las áreas deportivas y recreativas para desarrollar las actividades que se ofertan.

Con relación a la capacitación de los profesores, argumenta que siempre la superación es un factor determinante para mejorar la calidad de las actividades, por lo que los profesores deben superarse, para buscar formas y vías para dar solución a la situación de los pobladores de la localidad en función de brindar un mejor servicio.

Estos resultados contribuyeron de forma significativa, a que se diseñara un programa de actividades en función de elevar la incorporación de la población joven a las actividades recreativas que se ofertan.

2.4.4 Resultados de la entrevista al metodólogo de Recreación

Los resultados de la entrevista (Anexo 4), ofrecieron información relacionada con el tratamiento de la recreación que se desarrolla a nivel de consejo popular, lo cual coincide en expresar que la misma se desarrolla siguiendo las orientaciones de la Dirección Nacional y la Dirección Provincial de Recreación, mediante las indicaciones metodológicas y lineamientos que están establecidos.

Sugiere como elemento de importancia la capacitación sistemática que deben seguir los profesores que imparten la recreación en la comunidad, sobre todo con actividades específicas.

Al indagar cuáles son los aspectos que atentan contra la participación de la población en las actividades de recreación física que se ofertan a nivel local, coincide con las expuestas por el presidente y el director del combinado, entre las que se encuentran:

- Insuficiente fuerza técnica para la realización de las actividades recreativas.
- Deficientes implementos recreativos que son indispensables para la realización de las actividades.
- Poca divulgación de las actividades recreativas.

- Profesores de recreación con poca experiencia.
- Insuficiente número de instalaciones deportivas para la práctica de las actividades recreativas.
- Poca cultura de la población sobre el término tiempo libre.

Atendiendo a lo antes expuesto, la autora le da un alto grado de importancia a los criterios aportados por el metodólogo para la aplicación práctica del programa, ya que juega un importante papel en la coordinación del fortalecimiento de la difusión de la cultura física y sus distintas expresiones que se realizan en los consejos populares.

2.4.5 Resultados de la entrevista a 3 profesores de Recreación que laboran en el Consejo Popular

La entrevista (Anexo 5) tiene como objetivo: Conocer si los profesores tienen dominio de los elementos metodológicos que se requieren para desarrollar las actividades recreativas comunitarias.

La entrevista se realizó a 3 profesores de recreación y se pudo constatar que los mismos dominan los elementos metodológicos a emplear en las actividades recreativas que se ofertan a la población, los cuales plantean que tiene en cuenta los gustos y preferencias para planificar las actividades recreativas.

Los profesores son del criterio que se deben desarrollar acciones que motiven a la población a participar en las actividades que se organizan, pero señalan que es importante que el municipio aplique estrategias en conjunto a otras instituciones, para que el trabajo sea integral.

También hay coincidencia en que se deben reparar las instalaciones deportivas que se encuentran en mal estado, además de mejorar las condiciones de trabajo del profesor y dar oportunidad a que los mismos se superen en materias específicas de la recreación comunitaria.

2.4.6 Resultados de la observación

Objetivo de la observación: (Anexo 6)

-Verificar el estado de las instalaciones deportivas - recreativas, organización y preparación de la actividad, participantes, divulgación, medios y uso racional del tiempo para el desarrollo de las mismas.

Tabla 2. Resultados de las observaciones

Fuente: Elaboración propia

Actividad a observar	Cantidad de instalaciones	Principales dificultades	Evaluación	Resultados
Cantidad de instalaciones disponibles para la realización de actividades.	9	Las áreas se encuentran deterioradas y sin pintar.	7 Regular	Existen espacios en desuso para la creación de nuevas instalaciones.
Convencionales	2 piscinas 3 áreas de baloncesto y de voleibol.	Una de las piscinas se encuentra en mal estado.	7 Regular	Existen espacios en desuso para la creación de nuevas instalaciones.
Rústicas	4 áreas de Fútbol	No se encuentran delimitadas.	7 Regular	Tienen condiciones para ser mejoradas.
La organización y preparación de la actividad.		No se realizan con la calidad, se aprecian errores metodológicos y poca utilización de los medios adecuados para el desarrollo de las actividades.	7 Regular	Disposición de los profesores y organizadores para realizar las actividades. Dominio técnico - metodológico de las actividades

				que se ofertan.
Divulgación de las actividades.		Es insuficiente la divulgación y el nivel de conocimiento de la población es ínfimo.	6 Regular	Utilización de pancartas. Medios de divulgación a través de la radio base.
Medios para la realización de las actividades.		No tienen en cuenta la construcción de medios alternativos que ayuden al enriquecimiento de la actividad y la motivación en los participantes.	6 Regular	Utilización de 7 medios como mínimo en cada actividad.
Participación de los jóvenes.		La participación de los jóvenes de 15 a 20 años en las actividades recreativas que se ofertan, es insuficiente.	6 Regular	Poca asistencia a las actividades recreativas.

Clave evaluativa para la observación:

Valores (puntos)	Evaluación
10 - 8	BIEN
7 - 5	REGULAR
4 - 1	MAL

Como se puede apreciar en la tabla 2, todos los aspectos de la guía de observación reciben una evaluación de regular, ya que los valores que los amparan oscilan entre 5 y 7 puntos, según la clave elaborada para tal fin, atendiendo a los parámetros establecidos en la observación se determinó que:

- El aspecto 1, relacionado con la cantidad de instalaciones convencionales y rústicas, obtiene una evaluación de 7 Puntos (regular), atendiendo a las características de la localidad y las posibilidades de incorporación de la población a las actividades recreativas. Se recomienda crear nuevas áreas ya sean convencionales o rústicas.

-El lugar donde se están realizando las actividades no reúne las condiciones requeridas para el desarrollo de las mismas, las canchas convencionales solo se utilizan para las actividades de Educación Física, y estas se encuentran en un estado que necesita reconstrucción.

- En cuanto a la organización y preparación de la actividad fue evaluada de regular, con 7 puntos; se resaltan algunos errores metodológicos y poca utilización de los medios para el desarrollo de las actividades.

-Con relación a la divulgación de las actividades, a pesar de que se están llevando a cabo en diferentes áreas; aún es insuficiente y el nivel de conocimiento de la población es ínfimo. Este aspecto fue evaluado de regular, 6 puntos.

-Los medios con los que se están realizando las actividades son insuficientes, además de que se pudieran construir medios alternativos que ayuden al enriquecimiento de la actividad y la motivación en los participantes. Este aspecto fue evaluado de regular, 6 puntos.

-Se demuestra que es insuficiente la participación de los jóvenes de 15 a 20 años en las actividades recreativas que se ofertan, obteniendo una evaluación de regular, 6 puntos.

2.4.7 Resultados de las encuestas a los jóvenes

(Anexo 7) Total de jóvenes encuestados: 230

Edad: 15 a 20 años

Como parte del estudio investigativo realizado se dio respuesta al segundo objetivo, referido a conocer cuáles eran las necesidades según los gustos y preferencias de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años relacionado con las actividades recreativas, pudiéndose arribar a consideraciones parciales de gran utilidad.

Se pudo constatar que de 230 jóvenes encuestados, 132 que representan el 57,39% de los encuestados, opinan que las actividades recreativas son necesarias para la utilidad del tiempo libre, según la hoja de cálculo de Folgueira consultada, mostró un nivel de significación de $P < 0.001$ considerada como altamente significativa (***) AS), el resto que son 98 que representan el 42,60% opinan que no son tan necesarias, ya que pierden el tiempo para realizar otras actividades de su interés, es considerada con un nivel de significación de $P = 0,1$ no significativa (* NS)

Como se muestra en la tabla 3, este grupo de jóvenes, cuestionan la calidad y la importancia del servicio de las actividades recreativas que se les oferta como un medio de educarse mediante las actividades del tiempo libre, esto se debe a la poca cultura que tienen sobre el beneficio que reportan las actividades recreativas en su conjunto.

Tabla 3. Necesidades según los gustos y preferencias de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años

Fuente: Elaboración propia

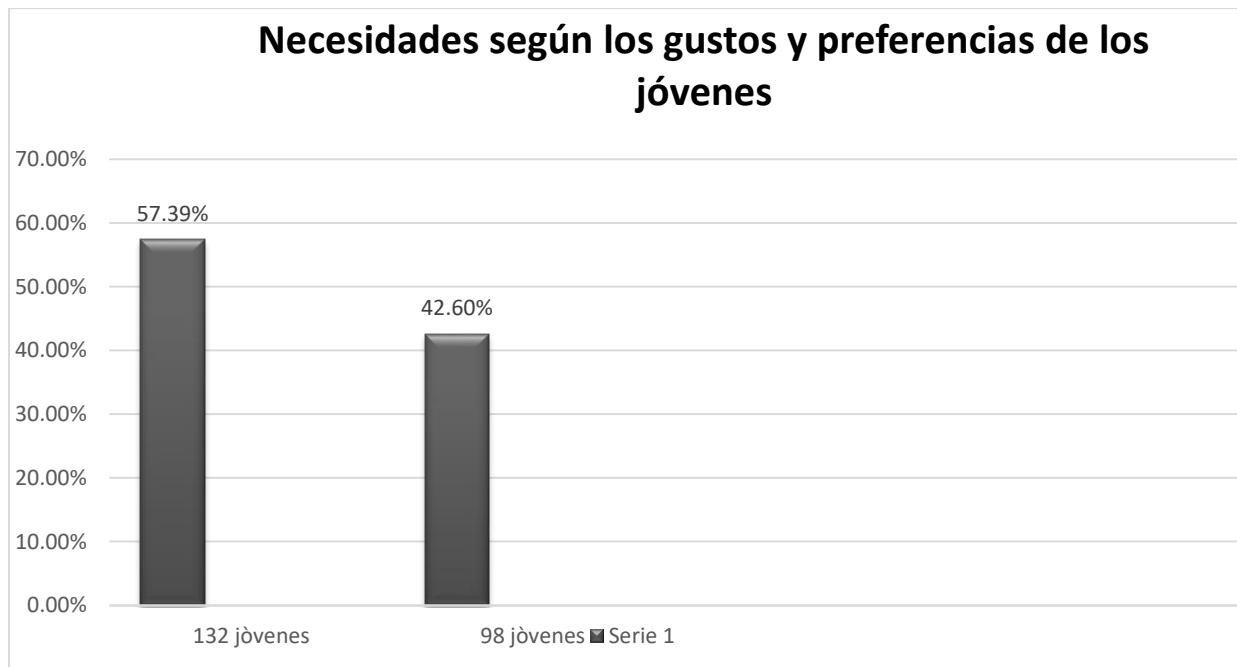


Tabla 4. Utilidad del tiempo libre

Fuente: Elaboración propia

¿Considera que es necesaria la utilidad del tiempo libre en actividades recreativas?							
Muestra	Son muy necesarias	%	Son poco necesarias	%	No hace falta	%	Total
Jóvenes	132	57.39***	98	42.60*	-	-	230

Con relación a la participación en las actividades que se ofertan y de acuerdo a los datos aportados es posible arribar a las siguientes consideraciones:

Tabla 5. Actividades ofertadas

Fuente: Elaboración propia

Actividades ofertadas							
Grupo	Muestra	SI Participan	%	Participan a veces	%	NO Participan	%
Jóvenes	230	130***	56.52	60*	26.08%	40*	17.39%

***: $P < 0.001$ AS

*: 0,1 NS

Como se puede apreciar en la tabla 5, de los 230 jóvenes encuestados, 130 afirman participar en las actividades que se desarrollan en el consejo popular que representa el 56,52% porque les gusta. Este porcentaje logra un nivel de significación estadística de $P < 0.001$ catalogado como A.S., 60 de los jóvenes encuestados consideran que participan a veces en las actividades que se ofertan para un 26.08%, ya que no siempre están motivados, reflejando un nivel de 0,1 evaluándose de no significativo, 40 jóvenes no participan en las actividades que se ofertan lo que significa un 17.39%, señalan que las actividades no les gusta, este grupo de jóvenes también alcanzan un nivel estadístico no favorable de 0,1 no significativo.

Se pudo constatar según el criterio de los encuestados que las actividades que se realizan en el consejo popular con más frecuencia, se resaltan los juegos con pelotas entre ellos, el Béisbol, Fútbol y Voleibol, entre las actividades recreativas los juegos de mesa son los que más se desatacan fundamentalmente el Ajedrez y el Dominó.

De acuerdo con los resultados de los encuestados, se puede apreciar que no existe motivación en la gran mayoría de los jóvenes por la práctica de las actividades recreativas, es de señalar que estas actividades se planifican de forma quincenal y mensual, lo que demuestra que hasta el momento las actividades que se ofertan a los jóvenes no son de su agrado.

2.5 Propuesta del programa de actividades recreativas para los jóvenes de 15 a 20 años del Consejo Popular de Peñas Altas

Fundamentación.

El programa de actividades que se propone para el Consejo Popular Peñas Altas, se desarrolla atendiendo a los gustos y preferencias de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años, atendiendo a que a este grupo de edades no se

planifican actividades que respondan a las necesidades recreativas, las actividades fueron seleccionadas según las características de la localidad y el resultado de las herramientas investigativas empleadas.

Desde el punto de vista social las actividades planificadas responden a una correcta posibilidad de aprovechar el tiempo libre en actividades gratificantes y de contenido social, contribuyendo al desarrollo de valores acorde a nuestra sociedad. Le brinda la oportunidad de unir las formas deportivas con las formas artísticas y de diversión, las actividades representan una vía para la ejercitación y desarrollo de las cualidades físicas e intelectuales, así como para la adquisición y reafirmación de vínculos sociales.

2.5.1 Generalidades del programa

Las actividades escogidas responden al mejoramiento de la planificación de las actividades recreativas que se desarrollan en el consejo popular Peñas Altas, están sustentadas en el resultado de los gustos e intereses que sobresalieron en el diagnóstico aplicado, como punto de partida se analizó la participación de los jóvenes a las actividades, valorando la importancia de rescatar y conocer su verdadera identidad, y aprovechar los recursos con que se cuenta para la realización de actividades, además se tuvo en cuenta las sugerencias y la colaboración de los diferentes factores que intervienen en el consejo popular, donde intervienen profesores de recreación, dirigentes del consejo, los cuáles mostraron interés y apoyo para alcanzar el éxito del mismo.

Objetivo general: Ofertar actividades recreativas para los jóvenes en las edades de 15 a 20 años.

Objetivos específicos:

- Implementar las actividades físicas, deportivas, en un rol recreativo, utilizando adecuadamente la divulgación masiva de las organizaciones sociales y comunitarias.
- Participar en la construcción y reconstrucción de diferentes áreas, e instalaciones rústicas para el desarrollo de las actividades recreativas.

Tabla 6. Estructura organizativa y funcional

Fuente: Elaboración propia

N°	Actividades	Fecha	Hora	Lugar	Medios	Responsables
1	Encuentro de Fútbol inter circunscripciones	Todos los sábados	9:00 am 3:00 pm	Áreas seleccionadas	Balones de fútbol	Profesores y activistas
2	Encuentro de Baloncesto inter circunscripciones	Todos los días	5:00 pm	Áreas seleccionadas	Balones de baloncesto	Profesores y activistas
3	Maratón recreativo	Un domingo al mes	9:00 am	Áreas seleccionadas		Dirección de deportes
4	Baloncesto recreativo libre	Toda la semana	5:00 pm	Áreas seleccionadas	Balones de Baloncesto y aros	Profesores y activistas
5	Voleibol recreativo	Toda la semana	5:00 pm	Áreas seleccionadas	Balones de Voleibol, Net	Profesores y activistas
6	Mini Fútbol recreativo	Sábado Domingo	2:00 pm	Áreas de arena	Balones de Fútbol, porterías	Profesores y activistas
7	Béisbol recreativo	Sábado Domingo	4:00 pm	Áreas seleccionadas	Pelotas, Guantes, Bates	Profesores y activistas
8	Festival recreativo	Todos los sábados	9:00 pm	Las escuelas del consejo	Medios alternativos	Profesores de Educación Física, profesores de

						recreación y activistas
9	Torneo de Dominó	Sábados y domingos	Todo el Día	Áreas seleccionadas	Juegos de Dominó	Profesores de recreación y activistas
10	Torneo de Dama	Sábados y domingos	Todo el Día	Áreas seleccionadas	Juegos de Dama	Profesores de recreación y activistas
11	Festival de mini atletismo	Sábados	Todo el día	Áreas seleccionadas	Medios propios	Activistas y personal designado
12	Torneo de habilidades	Sábados	Todo el día	Áreas seleccionadas	Medios propios	Activistas y personal designado
13	Exhibiciones de deportes de combate	Sábados y domingos	9:00 am	Áreas seleccionadas	Medios propios	Activistas y personal designado
14	Festival de tracción de sogas	Sábados y domingos	9:00 am	Áreas seleccionadas	Medios propios	Activistas y personal designado
15	Competencia de Físico Culturismo	Un sábado al mes	9:00 am	Áreas seleccionadas	Medios propios	Activistas y personal designado
16	Festival acuático	Sábados y domingos	9:00 am	Diferentes payas	Medios propios	Activistas y personal designado

2.5.2 Otras actividades y acciones que se pueden ejecutar como apoyo al programa que se propone

- Promoción de las actividades que se proponen.

- Capacitación de los profesores acerca de la oportunidad que le brindan la realización de actividades recreativas en la formación de valores.
- Desarrollo de la práctica de deportes populares como opción recreativa masiva: Béisbol, Fútbol, Voleibol, mediante torneos de corta y larga duración, ligas ínter barrios, etc.
- Utilizar las playas cercanas para desarrollar festivales acuáticos recreativos.

2.5.3 Requerimientos que se deben tener presente para el desarrollo de las actividades recreativas

- Que las actividades estén planificadas y coordinadas.
- Tener en cuenta los gustos y preferencias de los jóvenes en las edades estudiadas.
- Utilizar correctamente la infraestructura del lugar donde se desarrollan las actividades.
- Elaborar actividades que permitan la participación de todos de forma voluntaria.
- Tener en consideración el horario de realización según las preferencias de los participantes.

2.5.4 La promoción o divulgación de las actividades recreativas

Para que todas las actividades queden con el resultado esperado se debe realizar una correcta promoción o divulgación de las mismas y dentro de las formas más comunes de hacerlo se encuentra:

- Reuniones preliminares con las organizaciones que apoyan la actividad.
- Utilizar carteles promocionales. (En las escuelas, centros de trabajo y otras áreas de aglomeración de personas)
- Mural o panel informativo.
- A través de conversaciones personales.

2.6. Criterio de los especialistas sobre el programa de actividades

Con respecto a los resultados de la aplicación del programa de actividades recreativas para incrementar su participación de los jóvenes en las actividades que se ofertan en el consejo popular, la autora seleccionó grupo de 8 especialistas para su validación teórica (Anexo 8), determinando el nivel de dominio de cada uno de ellos sobre la temática objeto de estudio, sus resultados se reflejan en la siguiente tabla.

Tabla 7. Nivel de dominio de los especialistas

Fuente: Elaboración propia

	Esferas	Niveles de dominio			
		Muy Alto	Alto	Medio	Bajo
1.	En la teoría y metodología de la recreación.	X			
2.	En las habilidades para el trabajo con estas edades.	X			
3.	En las tendencias teóricas actuales relacionadas con la ejecución de los diferentes actividades recreativas.		X		
4.	En las tendencias teóricas actuales relacionadas con la ejecución de los diferentes deportes recreativos.			x	
5.	En los procedimientos prácticos para la implementación de los juegos.		X		
6.	En los procedimientos prácticos para la implementación de los juegos pre-deportivos.		X		
7.	En los procedimientos para desarrollar la conducción de los juegos.		X		

Como se puede apreciar los 8 especialistas seleccionados poseen dominio sobre la recreación que se desarrolla en los consejos populares, los cuales

están aptos para dar su criterio relacionado con el programa de actividades que se propone.

Sugerencias ofrecidas por los especialistas relacionados con el programa de actividades.

- Los especialistas plantean como problemas o inconvenientes, que las actividades sean utilizadas por los profesores y activistas de recreación en el consejo popular.
- Como recurso metodológico para incrementar la práctica de deportes proponen opciones de recreación física para los jóvenes, incluso algunos lo ven como un campo más amplio de posibilidades.
- Destacar la contribución a la formación integral de los jóvenes en la formación de valores.

Principales ventajas de las actividades según el criterio de los especialistas.

- Mejoran las relaciones sociales.
- Contribuyen al conocimiento sobre las actividades recreativas.
- Favorecen la unión del grupo, entre otros.
- Se aportan elementos necesarios para incrementar la práctica de actividades recreativas como opción de recreación física para los jóvenes.

Todos los especialistas han planteado su criterio sobre la calidad de las actividades de forma unánime.

Los elementos que acompañan el criterio de especialistas se consolidan en la siguiente tabla:

Tabla 8. Consolidación del criterio de especialistas

Fuente: Elaboración propia

No.	Indicadores	Muy alta	Alta	Media	Baja
1.	Objetividad	90%***	0.00	0.00	0.00
2.	Accesibilidad	0.00	85%	0.00	0.00
3.	Posibilidades de aplicación	91%***	0.00	0.00	0.00

	práctica.				
--	-----------	--	--	--	--

***: $P < 0.001$ AS

** : $P < 0.05$ S

Como se puede apreciar el indicador de objetividad y posibilidades de aplicación práctica alcanzó una evaluación de (A.S.) la accesibilidad, alcanzó una evaluación de (S). Una vez culminado el proceso de validación del programa por los especialistas, se favorecen las condiciones para poner en práctica el mismo.

Conclusiones

Atendiendo a los resultados de este trabajo se arriba a las siguientes conclusiones:

1. Los referentes teóricos exponen, las insuficiencias de los programas recreativos, atendiendo a sus particularidades según los diferentes autores, así como permitió estudiar el posicionamiento de los diferentes autores que se citan y de la investigadora en relación con el objeto de estudio.
2. La caracterización de la situación actual permitió definir las dimensiones e indicadores que se miden en la investigación, para atender las insuficiencias que limitan el desempeño de las actividades recreativas en el consejo popular objeto de estudio.
3. La estructuración del programa cumple con las expectativas para incrementar la participación a las actividades recreativas de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años del consejo popular de Peñas Altas.
4. La validez del programa de actividades y su estructura se demuestra mediante el criterio favorable que emiten los especialistas, evidenciando el cumplimiento de los objetivos propuestos y la confirmación de la hipótesis planteada.

Recomendaciones

1. Se recomienda a la dirección del combinado deportivo del consejo popular de Peñas Altas, valorar la utilidad y posibilidades de aplicación del programa de actividades para incrementar la participación de los jóvenes en las edades de 15 a 20 años a las actividades recreativas.
2. Se propone adecuar el contenido del programa atendiendo a las condiciones socio - demográficas del consejo popular.
3. Se sugiere buscar espacios para el debate de los resultados del programa propuesto para ser implementado a otros consejos populares similares y dar solución a elementos que no fueron abarcados en la investigación.

Bibliografía

1. Aguilar, C. (2011). Los deportes de invasión dentro de los contenidos de la Educación Física en Secundaria Básica. Disponible en. <http://www.efdeportes.com/> Revista digital - Buenos Aires, Argentina. Año 16 – No. 153. Consultado en septiembre de 2017.
2. Alfaro, T. (2002). Juegos cubanos. Casa Editorial Abril. Ciudad de La Habana. 183p.
3. Balceiro, V. (2009). Programa de actividades físico - recreativas para la ocupación del tiempo libre. Disponible en <http://www.afide.inder.cu> Consultado en Enero 2019.
4. Benítez, I. (2005). Espacios para la Actividad Físico Deportiva. Empresa poligráfica Holguín. “José Miró Argenter.”
5. Caivano, F. (1987). El ocio. En Toni Puig Cultura y ocio. Estudio del proyecto de Barcelona, Ayuntamiento de Barcelona, pp. 373-381.
6. Calzada A. (1996). Educación Física: 1º y 2º Enseñanza Secundaria Obligatoria (pp. 122-127, 169). Madrid, España: Gymnos Editorial.
7. Carriera, J. (2008). Colección de juegos y algo más. Libro de consulta para los estudiantes de la carrera de licenciatura en Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Matanzas. Cuba, 160 p.
8. Casals, N. (2000). La Recreación y sus Efectos en Espacios Periurbanos.
9. Castro, F. (2001). Discurso en la inauguración de la Escuela Internacional de Educación Física y Deportes. Periódico Granma. Edición 24 de febrero 2001.
10. Colectivo de autores. (1994). Juegos Deportivos Tradicionales. Centro de la Cultura Popular Canaria.
11. De la Tejera, E. (1998). Manual Operativo de la Animación Turística, MINTUR (Ed.). Ciudad de la Habana. 56p.

12. Díaz, R. (2011). Plan de actividades físico - recreativo para las edades de 15 a 30 años del consejo popular Pedroso - Socorro del municipio de Pedro Betancourt.
13. Dobler, E. (1981). Juegos menores. Un manual para escuelas y asociaciones deportivas, Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 372p.
14. Dumazedier, G. (2008). Revolution culturelle du temps libre. París: Meridiens Klincksieck.
15. Eddy, J. (2017). La Educación Física Reflexiones del profesorado hacia una mejor práctica. Editorial Fontamara. Ciudad México.
16. Folgueira, R. (2003). Hoja de cálculo para niveles de significación estadística. Universidad Félix Varela. Cuba.
17. Foro Mundial de Educación Física. (2010). II Cumbre Iberoamericana de Educación Física y Deporte Escolar; Simposio de Actividad Física y Calidad de Vida; Taller Internacional de Deporte Escolar y Alto Rendimiento.
18. Fuentes, R. (2011). Tiempo libre. España. Revista digital Educación Física y Deportes. (Consultado mayo del 2019).
19. Fullea, P. (2000). Porque jugares cosa de juego. Imprenta Ciudad Deportiva. La Habana.
20. Gallardo, M. (2010). .Aplicación de una metodología para la formulación de estrategias en un centro de investigaciones. Folletos Gerenciales. Disponible en: <http://www.monografias.com/usuario/perfiles>. (Consultado en Marzo del 2019).
21. Gladys, G. (2007). La Recreación Comunitaria Alternativa para el Desarrollo Social XXVI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología Guadalajara.
22. Griffin, S. (2012). Introduction The Roles and Process of Mentoring. Journal of Teaching in Physical Education, Disponible en: <http://www.jtepe.com>.

efdeportes.com/ Revista digital -Buenos Aires, Argentina. Año 17– No.134. (Consultado en Marzo 2019).

23. Guardo, M. (2010). Los componentes del diseño teórico de la investigación científica. Una reflexión praxiológica. <http://www.Arbitraje-guardo.vdnv.com/> Revista Pedagogía Universitaria. Vol.XI V. No. 3. (Página Web Arbitraje deportivo e investigación científica) Consultado en Abril 2019.
24. _____. (2010). Requisitos para la estructura de la memoria escrita de trabajos de diploma, tesis de diplomado, especialidad, maestría y doctorado. Facultad de Cultura Física de Matanzas, departamento de Ciencias Básicas y Específicas.
25. _____. (2010). Acerca del criterio de especialistas en la investigación científica. Facultad de Cultura Física de Matanzas, departamento de Ciencias Básicas y Específicas.
26. Guerrero, S. (1975). Algunos Aspectos de la Historicidad de la Recreación en Cuba. Impreso en la Unidad “José A. Huelga” UPMPD – INDER.
27. Hernández. A. (2009). Estrategia para propiciar la incorporación masiva de la comunidad de Santa Marta a las actividades deportivas recreativas. Tesis de Maestría Facultad de Cultura Física, Provincia Matanzas.
28. Hernández, S. (2003). Algunas publicaciones periódicas útiles para consultar en ciencias sociales. Departamento Ciencias Sociales, La Habana.
29. Hidalgo, Y. (2010). Estrategia de capacitación para técnicos de Cultura Física en formación. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/> Revista digital Buenos Aires - Año 15 - N° 1 43. (Consultado en Mayo de 2019).

30. INDER. (2004). Manual Metodológico: Programa Nacional de Recreación Física. Impreso en la Unidad "José A. Huelga" UPMPD – INDER.
31. Kanzag, G. (1998). Diferentes formas de ejercicios para los Juegos Deportivos. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, pág. 386.
32. Lantigua, J. (2012). Animación en Hoteles. Publicado por Palibrio. E.E.UU.
33. _____. (2008). El programa recreativo como resultado de Investigaciones científicas realizadas por estudiantes de cultura. Revista Digital. (Consultado en Mayo del 2019) Disponible en: <http://www.efdeportes.com/>.
34. Lerbert, G. (2005). *Leisure and continuing development*. En: Bulletin Psychology, 31(18), 933-951.
35. Macías, A. (2011). La formación continua del personal docente en Cuba, Seminario internacional de formación continua de docentes en servicio, Editorial Ministerio de Educación del Perú. Lima. Perú. 103.
36. Munne, F. (1980). Psicología del tiempo libre; un enfoque crítico. México. Ed Trillas
37. Martin, S. (2005) *Making the most of your life: the goal of education for leisure*. En: Education for leisure, 255-263.
37. Martín, E. (2005). La prevención comunitaria. Revista sobre igualdad y calidad de vida. Madrid: Colegio Oficial de Psicólogos.
38. Meléndez, N. (1986). Calidad de vida y tiempo libre. En: Foro de Calidad de vida. Puerto Rico. Disponible: en <http://www.efdeportes.com/efd23/ocio3.htm> (Consultado en Mayo del 2019).
39. Mejías, J. (2008). Programas de recreación. (Consultado en mayo del 2019) Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos64/programas-recreación>.

40. Montes, M. (2005). La búsqueda de nuevas alternativas lúdico – recreativo -espaciales. Empresa poligráfica Holguín.
41. Muñoz, T. (2006) El Trabajo Social como disciplina científica conceptos fundamentales del trabajo social capítulo III, Sociología y Trabajo Social Aplicado, Selección de Lecturas, Edición Mario L. Garrido, Ciudad de la Habana.
42. Núñez, F. (2008). Psicología y Salud. La Habana Ciencias Médicas, it; X, 293p.
43. Orbelli, R. (2010). Los juegos y los juegos cooperativos. Disponible en: http://www.efydep.com.ar/juegos/juegos_coop.htm.
44. Ofele, R. (2006). Los juegos tradicionales y sus proyecciones pedagógicas. (Consultado en mayo del 2019) Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd13/juegtra1.htm>.
45. Paredes, O. (2003). Desde la corporeidad a la cultura. Buenos Aires. Disponible <http://www.efdeportes.com/efd62/corpo.htm> (Consultado en Mayo del 2019).
46. Peralta, J. (1990). La recreación como una relación cultural y vivencial entre el hombre, su medio y el universo. En: XII Congreso Mundial de Sociología/ Sociología del Ocio. Madrid.
47. Pérez, A. (2010). Recreación. Fundamentos teóricos y metodológicos, Centro Histórico, México, D.F.
48. Pestana, O. (2016). Estrategia metodológica para contribuir a un mejor desempeño profesional del estudiante de Cultura Física en la Práctica Laboral Investigativa. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física, Facultad de Cultura Física. Universidad de Matanzas.
49. Portal de la ciencia en Cuba. (Consultado en Marzo del 2019). Disponible en: <http://www.cubaciencia.cu>

50. ¿Qué es el juego? [En línea] [Consultado Mayo 2019] Disponible en: <http://www.unimet.edu.ve/escuelas/educación/tesis/definición.htm>.2007.
51. Ramos, O. (2002).La Gestión de las actividades físicas de tiempo libre en el municipio San José de la Lajas con la aplicación de un Sistema de Información Geográfica. México. Revista. Digital Tiempo Libre y Recreación.
52. Ramos, A. (2008). Tiempo Libre y Recreación en el Desarrollo local. Monografía.
53. Ramos, A. (2010). Recreación Física de un modelo endógeno comunitario. Disponible en: [EFDeportes.com](http://www.efdeportes.com), Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 147, Agosto de 2010, (Consultado mayo del 2019).
54. Roque, R. (2008). Modelo Teórico del Ocio: Una propuesta de interpretación conceptual. Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación. San José, Costa Rica. Número 1.
55. Sarramona, J. (1998).La animación sociocultural. Educación no formal. Madrid: Ed. Ariel Educación. 1998. pág. 151-16.1
56. Suárez, E. (2013).Estrategia para favorecer la incorporación a la práctica de actividades físico – recreativas en pobladores residentes de los Consejos Populares del municipio Martí, provincia Matanzas. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Facultad de Cultura Física. Universidad de Matanzas.
57. Torres, A. (2013). Estudio de la práctica de actividades físicas en la comunidad rural del Batey Riquel del municipio de Quemado de Güines. Tesis Doctoral. Trabajo comunitario. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.
58. Ucar, X. (1995). Los programas de animación sociocultural. Claves de la educación social, 1(1), pág. 32-38.

59. Watson, H. (2008). Teoría y práctica de los juegos. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana 191 p.
60. Wikipedia, Video juego. (Consultado en Mayo del 2019). Disponible en [http: Wiki pedía. Org/wiki/Video juego # Or. C3. Adueñes. //es.](http://Wikipedia.Org/wiki/Video_juego)
61. Wuest, A. (1999). *Foundations of Physical Education and Sports* (13 ed., pp. 8-24). Boston: WCB/McGraw-Hill.
62. Zamora, R. (1988). Sociología del tiempo libre y consumo de la población. Editorial Ciencias Sociales, La Habana.

Anexos

Anexo 1. Guía para el análisis de documentos

Aspectos que se tomaron en consideración para la revisión de los documentos:

-Informe de vistas realizadas al combinado deportivo del consejo popular, donde se muestren las deficiencias que se presentan desde el punto de vista de la realización de actividades recreativas de los jóvenes.

-Revisión de los informes semestrales.

-Indicaciones metodológicas emanadas del organismo superior relacionadas con las actividades recreativas.

-Revisión de los horarios de los profesores.

-Trabajos presentados en los Fórum científicos de base, generalización de tesis de maestrías, trabajos de diplomas y doctorados.

-Utilización de bibliografías nacionales e internacionales relacionadas con los programas de Recreación Física.

Anexo 2. Entrevista al presidente del Consejo Popular

Objetivos: Comprobar el dominio que tiene sobre el contenido de las actividades recreativas que se realizan en el Consejo Popular de Peñas Altas, Municipio de Matanzas.

Lugar de trabajo. _____

Años de experiencia profesional. _____

Categoría Científica. _____

Preguntas:

1. Exponga si en el consejo popular que usted representa tiene asignado algún profesor por la dirección de deportes para atender las actividades recreativas.
2. Exprese su opinión sobre cómo considera la participación de los jóvenes en las actividades Recreación Física que se ofertan por el departamento de Recreación.
3. Manifieste sus consideraciones acerca de la preparación que tienen los profesores para desarrollar las actividades recreativas que se ofertan.
4. Haga referencia al cumplimiento a los convenios de trabajo con otras instituciones para apoyar las actividades recreativas que se desarrollan en las diferentes circunscripciones.
5. Exponga su opinión sobre la línea de trabajo que sigue la dirección de deportes para satisfacer las demandas y necesidades recreativas de la población.
6. Según su experiencia como presidente del consejo, cuales son los aspectos que limitan la participación de la población a las actividades de recreación física que se ofertan.

Despedida.

Lugar de la entrevista: _____ Fecha:
_____.

Anexo 3. Guía para la entrevista al director del Combinado Deportivo

Objetivo: Conocer acerca de la línea de trabajo de la recreación y las perspectivas futuras relacionadas con las actividades recreativas que se realizan en el Consejo Popular de Peñas Altas.

Lugar de trabajo. _____

Años de experiencia profesional. _____

Categoría científica. _____

Preguntas:

1. Haga referencia al tiempo de trabajo como director de combinado y cuáles son sus principales funciones.
2. Refiérase a cuántos son los profesores que son asignados para atender las actividades recreativas que se desarrollan en el consejo popular que usted dirige y cuántos son los programas recreativos o proyectos puntuales se llevan a cabo en su combinado.
3. Manifieste su opinión con relación a las condiciones en que se encuentran las áreas deportivas y recreativas para desarrollar las actividades de esparcimiento.
4. Exprese sus argumentos sobre las actividades recreativas que se ofertan y si satisfacen las demandas recreativas sobre todo en las edades de 15 a 20 años.
5. Exponga sus criterios relacionados con la capacitación de los profesores de Recreación y si la misma está dirigida a actividades que son específicas de la recreación.

Despedida.

Lugar de la entrevista: _____ Fecha:
_____.

Anexo 4. Entrevista al metodólogo de Recreación

Objetivo: Indagar acerca de las actividades recreativas que se realizan en el Consejo Popular de Peñas Altas.

Lugar de trabajo. _____

Años de experiencia profesional. _____

Categoría Científica. _____

Preguntas.

1. Exponga cual es la estrategia de trabajo para desarrollar las actividades recreativas en el Consejo Popular de Peñas Altas., Municipio de Matanzas.

.2. Manifieste cuáles son los elementos metodológicos que se siguen para el desarrollo de la capacitación de los profesores de Recreación.

3. Haga referencia a cuáles son los elementos que influyen en la poca participación de los jóvenes en las actividades recreativas que se realizan a nivel local.

4. Argumente cuál es el nivel de disposición de los profesores de Recreación para desarrollar y aplicar el programa de actividades recreativas.

Despedida.

Lugar de la entrevista: _____.

Fecha:

_____.

Anexo 5. Guía para la entrevista a los profesores de la Recreación

Objetivo: Conocer la opinión de los profesores sobre la satisfacción de las demandas recreativas de los jóvenes en el Consejo Popular de Peñas Altas.

Lugar de trabajo. _____

Años de experiencia profesional. _____

Categoría Científica. _____

Preguntas:

1. Exponga sobre cuáles son los elementos metodológicos a emplear en cada actividad que desarrolla al ofertar las actividades de recreación física que se ofertan.
2. Exprese sus consideraciones sobre la necesidad de capacitarse en cuanto a planificación y dominio de actividades recreativas.
3. Haga referencia sobre los diagnósticos y muestreos que se realizan a los jóvenes sobre gustos y preferencias.
4. Argumente con su opinión si las actividades recreativas que se ofertan satisfacen las demandas recreativas en las edades de 15 a 20 años.
5. Manifieste cuáles son las acciones que se pueden desarrollar para mejorar las ofertas de actividades recreativas en las edades de 15 a 20 años.

Despedida.

Lugar de la entrevista: _____. Fecha: _____.

Anexo 6. Guía de observación sobre las instalaciones deportivas y recreativas que tiene el Consejo Popular

Objetivo: Obtener información sobre la cantidad y calidad de instalaciones que presenta el consejo popular para la realización de actividades recreativas.

Fecha: _____

Lugar de la observación: Consejo Popular _____

Instrucciones.

-La observación se realizará en un horario cuando se estén realizando las actividades, considerando la agrupación de participantes.

- Se tomará nota sobre el estado en que se encuentran las instalaciones deportivas y recreativas, relacionado con el lugar y el tipo de área.

Para la valoración de las observaciones efectuadas se utilizará la siguiente clave evaluativa:

Entre los valores:

10 - 8 BIEN

7 - 5 REGULAR

4 - 1 MAL

Principales aspectos a observar.

1. Cantidad de instalaciones disponibles para la realización de actividades.

(Convencionales y Rústicas)

2. Condiciones de las instalaciones.

-Reúne las condiciones para la práctica_____.

-No reúne las condiciones para la práctica_____.

-Principales dificultades que presenta la instalación.

3. La organización y preparación de la actividad.

4. Divulgación de las actividades.

5. Medios para la realización de las actividades.

6. Participación de los jóvenes.

7. Uso racional del tiempo.

Nombre del observador:

Anexo 7. Encuesta sobre necesidades recreativas, gustos y preferencias a los jóvenes en las edades de 15 a 20 años

Estimados jóvenes:

La Facultad de Ciencias de la Cultura Física de Matanzas se encuentra realizando una investigación que tiene como objetivo, conocer sobre sus necesidades recreativas, preferencias y gustos por las actividades recreativas, se necesita de tu colaboración en las repuestas a las preguntas.

Piense con detenimiento antes de dar respuesta a cada pregunta.

Muchas gracias.

Datos generales del encuestado.

Escuela _____

a) Edad _____ b) Consejo popular _____ Circunscripción _____

c) Sexo _____ d) Grado _____

1- ¿Considera que es necesario la práctica de actividades recreativas en su tiempo libre?

Si _____ No _____ A veces _____

2- ¿Participa usted en algunas actividades recreativas en su tiempo libre?

Si _____ No _____ A veces _____

3- Mencione algunas de las actividades recreativas que se les ofertan.

4- ¿Mencione algunas de las actividades por orden de preferencia desearía practicarlas?

Anexo 8. Cuestionario para valorar la pertinencia de la propuesta para especialistas

Distinguido especialista:

Se lleva cabo una investigación con el objetivo de elaborar un programa de actividades recreativas para incrementar la participación de los jóvenes en las actividades recreativas, a partir de algunas insuficiencias detectadas. Solicitamos de usted que valore la pertinencia de las acciones propuestas y para ello, además, le solicitamos que responda atentamente las preguntas que se formulan a continuación:

Datos generales:

- Años de experiencia en esta esfera de la profesión:_____
- Grado académico o científico: a) Licenciatura__ b) Maestría____ c) Doctorado_____
- Dominio específico en el campo de estudio de la investigación:

No.	Esferas	Niveles de dominio			
		Muy Alto	Alto	Medio	Bajo
1.	En la teoría y metodología de la recreación.				
2.	En las habilidades para el trabajo con estas edades.				
3.	En las tendencias teóricas actuales relacionadas con la ejecución de los diferentes juegos recreativos.				
4.	En las tendencias teóricas actuales relacionadas con la ejecución de los diferentes deportes recreativos.				

5.	En los procedimientos prácticos para la implementación de los juegos.				
6.	En los procedimientos prácticos para la implementación de los juegos pre deportivos.				
7.	En los procedimientos para desarrollar la conducción de los juegos.				

A continuación se le solicita que lea detenidamente las actividades recreativas que le ofrecemos para elevar la participación de los jóvenes de las edades de 15 a 20 años a dichas actividades, después de analizado, responda las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles son las insuficiencias generales que ha detectado en el documento?

2. ¿Cuáles son los excesos del documento propuesto?

b) ¿Cuáles son las limitaciones del documento propuesto?

_____.

3. ¿Cuáles sugerencias usted podría brindar para subsanar las dificultades que ha señalado o qué otras recomendaciones desean aportar?

_____.

No.	Indicadores	Muy alta	Alta	Media	Baja
1.	Objetividad				
2.	Accesibilidad				
3.	Posibilidades de aplicación práctica.				

Se le adjunta una hoja en blanco por si desea continuar con las aclaraciones de las interrogantes anteriores o alguna otra cuestión que considere necesario esclarecer para mejorar la investigación.

Anexo. Hoja de cálculo para determinar el grado de significación estadística Ramón Folgueira 2003

Valor inicial: 95 se calculará hasta 244

,05	,1		Dos Colas						Dos Colas							
,025	,05	,1	N	,001	,005	,01	,025	,05	,1	N	,001	,005	,01	,025	,05	,1
58	57	55	145	92	89	87	85	83	81	195	120	116	115	112	110	107
59	57	55	146	93	90	88	86	84	82	196	121	117	115	113	111	108
59	58	56	147	93	90	89	86	84	82	197	121	118	116	113	111	108
60	58	56	148	94	91	89	87	85	83	198	122	118	116	114	112	109
60	59	57	149	94	91	90	87	86	83	199	122	119	117	114	112	110
61	59	57	150	95	92	90	88	86	84	200	123	119	117	115	113	110
61	60	58	151	95	92	91	89	87	84	201	123	120	118	115	113	111
62	60	58	152	96	93	91	89	87	85	202	124	120	119	116	114	111
62	61	59	153	97	93	92	90	88	85	203	124	121	119	116	114	112
63	61	60	154	97	94	92	90	88	86	204	125	121	120	117	115	112
64	62	60	155	98	94	93	91	89	86	205	126	122	120	118	115	113
64	62	61	156	98	95	93	91	89	87	206	126	122	121	118	116	113
65	63	61	157	99	96	94	92	90	88	207	127	123	121	119	116	114
65	64	62	158	99	96	95	92	90	88	208	127	124	122	119	117	114
66	64	62	159	100	97	95	93	91	89	209	128	124	122	120	117	115
66	65	63	160	100	97	96	93	91	89	210	128	125	123	120	118	115
67	65	63	161	101	98	96	94	92	90	211	129	125	123	121	118	116
67	66	64	162	102	98	97	94	92	90	212	129	126	124	121	119	116
68	66	64	163	102	99	97	95	93	91	213	130	126	124	122	119	117
68	67	65	164	103	99	98	96	94	91	214	131	127	125	122	120	117
69	67	65	165	103	100	98	96	94	92	215	131	127	126	123	121	118
70	68	66	166	104	101	99	97	95	92	216	132	128	126	123	121	118
70	68	66	167	104	101	99	97	95	93	217	132	128	127	124	122	119
71	69	67	168	105	102	100	98	96	93	218	133	129	127	124	122	119
71	69	67	169	106	102	101	98	96	94	219	133	130	128	125	123	120
72	70	68	170	106	103	101	99	97	94	220	134	130	128	126	123	121
72	71	69	171	107	103	102	99	97	95	221	134	131	129	126	124	121
73	71	69	172	107	104	102	100	98	95	222	135	131	129	127	124	122
73	72	70	173	108	104	103	100	98	96	223	135	132	130	127	125	122
74	72	70	174	108	105	103	101	99	96	224	136	132	130	128	125	123
74	73	71	175	109	105	104	101	99	97	225	137	133	131	128	126	123
75	73	71	176	109	106	104	102	100	97	226	137	133	131	129	126	124
76	74	72	177	110	107	105	103	100	98	227	138	134	132	129	127	124
76	74	72	178	111	107	105	103	101	99	228	138	134	133	130	127	125
77	75	73	179	111	108	106	104	101	99	229	139	135	133	130	128	125
77	75	73	180	112	108	107	104	102	100	230	139	135	134	131	128	126
78	76	74	181	112	109	107	105	103	100	231	140	136	134	131	129	126
78	76	74	182	113	109	108	105	103	101	232	140	137	135	132	130	127
79	77	75	183	113	110	108	106	104	101	233	141	137	135	132	130	127

79	78	75	184	114	110	109	106	104	102	234	142	138	136	133	131	128
80	78	76	185	114	111	109	107	105	102	235	142	138	136	134	131	128
80	79	76	186	115	112	110	107	105	103	236	143	139	137	134	132	129
81	79	77	187	116	112	110	108	106	103	237	143	139	137	135	132	129
81	80	78	188	116	113	111	108	106	104	238	144	140	138	135	133	130
82	80	78	189	117	113	111	109	107	104	239	144	140	138	136	133	130
83	81	79	190	117	114	112	109	107	105	240	145	141	139	136	134	131
83	81	79	191	118	114	113	110	108	105	241	145	141	140	137	134	131
84	82	80	192	118	115	113	111	108	106	242	146	142	140	137	135	132
84	82	80	193	119	115	114	111	109	106	243	147	143	141	138	135	132
85	83	81	194	119	116	114	112	109	107	244	147	143	141	138	136	133