

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE.
CIENFUEGOS.**

**Acciones Deportivas-Recreativas para mejorar la recreación sana en los
jóvenes de la Cooperativa “Mártires de Cumanayagua”**

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

Autor: Wuilmani Martínez Calderón.

Tutor: Ms. C. Yoel Pérez Castillo.

Cienfuegos

Curso 2024

PENSAMIENTO

“...Es el deporte una tan maravillosa actividad, que no solo ayuda a la salud física, no solo ayuda a formar el carácter, no solo ayuda a formar hombre de espíritu y de cuerpos fuertes, sino que también alienta al pueblo, entusiasma al pueblo y hace feliz al pueblo”

Fidel Castro Ruz



AGRADECIMIENTOS

A nuestra Revolución y en especial a nuestro invicto comandante en Jefe Fidel Castro Ruz por darme la oportunidad de optar por el título de Licenciado en Cultura Física.

Al Claustro de profesores de la Sede Universitaria de Cumanayagua, que tanto contribuyeron en mi formación como futuro profesional de la Cultura Física y el Deporte.



DEDICATORIA

A mi hija y a mi padre por ser quienes me inspiran a ser mejor cada día.

A mi tutor, gracias a su apoyo hoy puedo presentarme a optar por el título de Licenciado en Cultura Física

A todos por formar parte de este empeño, directa o indirectamente, dedicando su tiempo libre, entera disposición y con sus métodos hacer posible la realización del presente trabajo.

A mi tutor Yoel Pérez Castillo, a mi familia y profesores por su apoyo, confianza y dedicación.

A los jóvenes de la CPA Mártires de Cumanayagua que fueron la razón de ser de esta investigación.

A todos, mi eterno agradecimiento.

RESUMEN

En el presente trabajo se realizó un estudio valorativo en cuanto a la recreación sana de los jóvenes y su vinculación a las actividades en la zona rural en la CPA Mártires de Cumanayagua, del municipio de Cumanayagua. Estos estudios cobran una particular relevancia en el caso de los jóvenes, debido a las funciones que realizan, como es el trabajo en el campo, algunos estudian y otros están desvinculados, respondiendo así al problema científico: ¿Cómo mejorar la recreación sana en los jóvenes de 18 a 25 años en la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua? Por esta razón se declara como objetivo de la investigación. Proponer acciones deportivas recreativas para mejorar la recreación sana en los jóvenes de 18 a 25 años de la Cooperativa de Producción Agropecuaria (CPA) “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua. Como parte de la investigación se seleccionó una muestra con carácter intencional de 60 jóvenes de 18 a 25 años de edades escogidos la Cooperativa Mártires de Cumanayagua de ellos 37 masculinos y 23 femeninas. Para el desarrollo de la investigación se utilizaron métodos del nivel teórico como el analítico-sintético, inductivo- deductivo e histórico-lógico y del nivel empírico, análisis de documentos, la observación participativa, la entrevista, la encuesta y matemático para la obtención, procesamiento y análisis de los resultados. Para determinar la factibilidad de esta propuesta se aplican diferentes métodos, con el criterio de especialistas, que le permite introducir mejoras en función del perfeccionamiento la propuesta de actividades para su posterior aplicación.

Palabras claves: Recreación Física, Participación, Actividades

ABSTRACT

In this work, an evaluative study was carried out regarding the healthy recreation of young people and their connection to the constituency of the Popular Council of the rural area of the municipality of Cumanayagua, based on the deficiencies. These studies take on particular relevance in the case of young people, due to the function they perform such as work in the country, study, thus responding to the scientific problem: How to achieve healthy recreation in young people in the CPA Martyrs de Cumanayagua of the municipality of Cumanayagua?. For this reason, it is declared as the objective of the research. Propose sports-recreational actions for the development of healthy recreation in young people. As part of the research, an intentional sample of 60 young people between the ages of 18 and 25 chosen from the Mártires de Cumanayagua Cooperative was selected, of which 37 were male and 23 were female. For the development of the research, methods were used at the theoretical level such as analytical-synthetic, inductive-deductive and historical-logical and at the empirical level, document analysis, participatory observation, interview, survey and mathematics for obtaining, processing and analysis of the results. To determine the feasibility of this proposal, different methods are applied, with the criteria of specialists, which allows improvements to be made based on the improvement of the proposal of activities for subsequent application.

Key words: Physical Recreation, Participation, Activities.

INDICE

	“Pág.”.
I. INTRODUCCIÓN -----	1
1.1. Introducción -----	1
II. DESARROLLO -----	9
2.1. Revisión Bibliográfica -----	9
2.1.1. Fundamentación teórica y metodológica para una recreación sana en los jóvenes -----	9
2.1.2. Importancia de la recreación como actividad en los jóvenes -----	13
2.1.3. La preparación de los factores de la comunidad para enfrentar la recreación -----	16
2.1.4. Organización de la recreación en el territorio -----	18
2.1.5. Los usos más comunes de la recreación en los jóvenes del barrio -	21
2.2. Metodología -----	22
2.2.1. Selección de sujetos-----	22
2.2.2. Tipo de estudio -----	22
2.2.3. Caracterización General de la CPA en el municipio Cumanayagua	23
2.2.4. Métodos y procedimientos -----	24
2.3. Análisis de los resultados -----	25
2.4. Propuesta de las acciones deportivas-recreativas -----	33
2.5. Análisis del resultado de la consulta a Especialistas -----	37
III. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES-----	39
3.1. Conclusiones -----	39
3.2. Recomendaciones -----	40
Referencias Bibliográficas	
Anexos	

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Introducción

La población cubana arriba a una nueva forma de vida ante la llegada del triunfo revolucionario, donde todos y cada uno de los cubanos han tenido más dignidad, más decoro y muchos más derechos, sin lugar a dudas uno de estos derechos es la práctica libre y sana del deporte Revolucionario Cubano que ayuda a mantener la salud de todos los seres humanos.

Con el triunfo revolucionario cubano el primero de enero de 1959 se estimuló la práctica masiva del deporte y la educación física, al tiempo que se hizo gratuito el acceso a todo tipo de espectáculo deportivo. Tras el inicio del programa de transformación social comenzaron los primeros pasos y el deporte para todos fue uno de los primeros principios que en esta esfera caracterizó la actividad física, desde el punto de vista recreativo; para ello se crearon los complejos de vinculación deportivo que llevaron las actividades de este tipo a todos los rincones del país.

Entre las líneas priorizadas se destacó las tradiciones culturales de cada comunidad, fiestas campesinas, actividades deportivas populares y se llevó a cabo el proceso de capacitación y alfabetización que permitió eliminar rasgos negativos característicos de la sociedad ante existente

Las actividades recreativas tienen una importancia vital, porque va a constituir el eslabón donde el hombre nutre su propio yo, alejado de todo interés social, se manifiesta tal cual es, sin ningún margen profesional que influya sobre él, además lo libra de tensiones, le renueva y lo hace humanizar. Esta actividad produce una serie de beneficios para la salud en forma general, tanto en aspectos funcionales, física y psicológica, por ende, un aumento de la calidad de vida y una mayor expectativa de vida de la población

En el desarrollo de la actividad la comunidad ocupa en la actualidad un lugar privilegiado de interés nacional, fundamentado en la importancia otorgada al individuo y a los distintos grupos sociales, las potencialidades que tiene este espacio

para responder a lo que hoy se le denomina el desarrollo auto sostenido y auto gestionado.

La política deportiva cubana influye en la formación de la joven generación, proporciona el acceso a las instalaciones o áreas deportivas y en muchos casos las lleva hasta las mismas casas para contribuir a la calidad de vida de la población cubana en su diversidad de grupos de edades, género y ocupacionales, brinda opciones recreativas adecuadas, para ocupar el tiempo libre de forma sana y formativa, como parte de la misión esencial de la Cultura Física en sus diversos componentes (Educación Física, Deporte y Recreación Física), además influye en la prevención de hábitos y conductas que atentan contra la sociedad.

La recreación es un término al que se dan muchos significados. Para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso. Puede que la recreación está teñida del colorido particular de estas cosas y de otras tantas, pero como en la actualidad es una disciplina que declara ser formativa y enriquecedora de la vida humana, es necesario precisar mejor su alcance, aceptando que, siendo más joven que la educación, resulta aún más difícil de definir. (Machín Pérez, 2020)

Un análisis del concepto lleva a buscar su origen y lo encontramos en los comienzos del hombre, con el surgimiento de un determinado tiempo para realizar actividades que no tuvieran relación directa con la producción, pero no es hasta los inicios de la industrialización, cuando las jornadas de trabajo eran demasiado largas, y se realizaban en pésimas condiciones para la salud, que se dan las condiciones verdaderamente objetivas para conjuntamente con los cambios socio económicos que se producirían, establecerse como una necesidad determinante en los hombres. Este período es óptimo para formar valores y posturas positivas ante la vida; por ello si la recreación sana cumple con su función social puede convertirse en una vía potenciadora de conductas positivas y desarrollo, contribuyendo así a elevar el nivel de vida de la población especialmente en los jóvenes.

Promover el desarrollo humano es hoy una necesidad mundial, lo que sitúa a la recreación como una premisa para lograr los procesos de cambio y orientar a la humanidad hacia sistemas de relaciones más armónicas que propicien una calidad de vida decorosa. La recreación es un fenómeno complejo, lo que ha llevado que sea objeto de estudio y desarrollo como una dimensión de la vida de múltiples significados y existencia propia. Sus efectos positivos obligan a reorientar sus fines hacia el fomento de estilos de vida saludables a través de la denominada recreación sana, principalmente en los grupos de los jóvenes por el papel que puede desempeñar en el desarrollo de la personalidad en esta etapa de la vida.

En Cuba existen diversas entidades que responden al interés de los jóvenes como la Unión de Jóvenes Comunistas UJC, además se dispone de un programa de recreación física que responde a la misión de la Dirección Nacional de Recreación (DNR) del Instituto Nacional de Deporte y Recreación (INDER) que tiene como objetivo: Incrementar las opciones, proyectos y servicios de recreación física en los centros educacionales, Consejos Populares. A pesar de los esfuerzos que realiza el país para que la recreación sea sustituida por una sana, no son pocos los que se aferran a los viejos patrones porque lo asocian con volver a hacer una y otra vez lo mismo. En el presente estudio se realiza un análisis de la recreación sana como una de las formas en que los jóvenes de hoy pueden adquirir formas saludables desde una perspectiva deportiva.

En este interés múltiples han sido los investigadores a nivel internacional y nacional que se han dedicado al estudio crítico del componente recreación entre ellos: se citan: (Pileta, 2006; Acosta, 2002; Durañona, Nápoles & Matilde Abat, 2014; Morales, Ortiz, 2021), entre otros. En la provincia de Holguín el DrC J.L Mateo profundiza sobre el estudio de la recreación física y en especial sobre la cultura del empleo del tiempo libre, además de conjunto con otros autores desarrolla una metodología para la gestión de actividades recreativas desde la carrera Cultura Física, su aplicación práctica se lleva a cabo a través del proyecto extensionista "Pensando en ti"; que coordina (Machín, 2017) donde los alumnos de la carrera

Cultura Física desarrollan actividades recreativas en diferentes contextos, lo que incluye las comunidades donde residen en los municipios Holguín y otros municipio. La investigación desarrollada por. Besalú, Aldana, A. C. y Machín, Pérez, D. A, (2020), que trata sobre un programa recreativo para adolescentes en el área permanente Puente El Jobo del municipio Sagua de Tánamo.

De acuerdo a lo planteado anteriormente Osvaldo Vento Presidente del INDER en el artículo: Deporte en Cuba: Diálogo con el presidente del INDER (2020) hace alusión a las necesidades de potenciar las actividades deportivas recreativas para darle cumplimiento a las acciones de la tarea vida. Por lo que se hace necesario realizar proyectos de investigación para llegar a conclusiones que servirán de punto de partida para la elaboración de una metodología que intente resolver el problema aún vigente sobre la recreación sana.

Una recreación sana proporciona en los jóvenes, un desarrollo de cuerpo sano, una mente sana, una vía de conocimientos para padres, maestros, profesores y entrenadores para encaminar una vida saludable. Este trabajo fue realizado en la Cooperativa de Producción Agropecuaria (CPA) "Mártires de Cumanayagua" enclavada en el municipio de Cumanayagua que pertenece a la provincia de Cienfuegos,

El tema tiene una gran relevancia ya que se propone reflexionar acerca del fenómeno de la recreación sana y su repercusión en la formación de los jóvenes de la comunidad rural de la CPA, además de realizar una valoración sobre el uso inadecuado que en algunas ocasiones los jóvenes hacen de su tiempo libre. Por lo que se hace necesario desarrollar acciones que contribuyan a la recreación en los jóvenes de forma sana. Por otra parte, esta comunidad carece de atención en cuanto a la recreación física, su nivel cultural es bajo y son de procedencia campesina la mayoría.

Los fundamentos abordados por los diferentes autores y la observación realizada a las actividades recreativas, deportivas en la comunidad se constata que no siempre se cumple con lo que está establecido para el desarrollo de una recreación sana;

que satisfaga la necesidad del disfrute de los jóvenes, en un marco seguro de esparcimiento recreativo, que cumpla los principios básicos, tales como: lo educativo, lo motivacional, lo organizativo y lo pedagógico; satisfaciendo los valores jerarquizados en la integralidad de los mismos. Por lo que, se plantea la siguiente situación problemática: las exigencias actuales propician una recreación sana, sin embargo; se observa que existe incumplimiento de los principios básicos y la variabilidad de acciones deportivas- recreativas están incidiendo en los modos de actuación de los jóvenes de 18 a 25 años de la CPA "Mártires de Cumanayagua" del municipio de Cumanayagua.

Ante esta situación, el problema científico que rige la investigación se hace explícito en la siguiente formulación: Problema Científico: ¿Cómo mejorar la recreación sana en los jóvenes de 18 a 25 años en la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA "Mártires de Cumanayagua" en el municipio de Cumanayagua?

En relación con el problema científico se asume como:

Objeto de estudio de la investigación el Proceso de Recreación Física y se fija como campo de acción las acciones deportivas recreativas para mejorar la recreación sana en los jóvenes.

Por lo que la idea a defender responde a que: La propuesta de acciones deportivas- recreativas mejora la recreación sana en los jóvenes de 18 a 25 años de la Cooperativa de Producción Agropecuaria (CPA) "Mártires de Cumanayagua" en el municipio de Cumanayagua.

En correspondencia con lo anteriormente planteado, se formula como:

Objetivo general del trabajo: Proponer acciones deportivas recreativas para mejorar la recreación sana en los jóvenes de 18 a 25 años de la Cooperativa de Producción Agropecuaria (CPA) "Mártires de Cumanayagua" en el municipio de Cumanayagua.

La investigación se propone dar respuesta a las siguientes Preguntas Científicas

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la investigación?

2. ¿Cuál es el estado actual de la recreación sana en jóvenes de la Cooperativa de Producción Agropecuaria (CPA) “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua?
3. ¿Cuáles será la propuesta integral de acciones deportiva-recreativas que contribuyan a mejorar la recreación sana en los jóvenes de 18 a 25 años en la Cooperativa de Producción Agropecuaria (CPA) “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua?
4. ¿Qué validez tiene la propuesta de acciones deportiva-recreativas a partir del criterio de especialistas?

En función del cumplimiento del objetivo se desarrollaron las siguientes Tareas Científicas que responden primeramente a:

1. Revisión de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la investigación.
2. Diagnóstico del estado actual de la recreación sana en jóvenes de la CPA “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua.
3. Elaboración de acciones deportiva-recreativas que mejoren la recreación sana en los jóvenes de la CPA “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua.
4. Validación de las acciones deportiva-recreativas mediante el criterio de especialistas.

Definiciones de trabajo.

Comunidad: Es una unidad social constituida por grupos que se sitúan en lo que podríamos llamar la base de la organización social, vinculados a los problemas de la vida cotidiana con relación a los intereses y necesidades comunes; alimentación, vivienda, ropa, calzado, trabajo, servicios y tiempo libre, costumbres, tradiciones, hábitos, creencias, cultura, valores; ocupa una zona geográfica con límites más o menos precisos cuya pluralidad de personas interactúan más entre sí que en otro contexto de la misma índole. De lo anterior se derivan tareas y acciones comunes

que van acompañadas de una conciencia y un sentido de pertenencia muy relacionado con la historia y la cultura de la comunidad. Arias (1995), Citado por Antomachin de la Cruz (2021)

Recreación: “Proceso de renovación consciente de las capacidades físicas, intelectuales y volitivas del individuo, mediante acciones participativas ejercidas con plena libertad de elección, y que en consecuencia contribuyen al desarrollo humano. No se impone o administra la recreación de las personas, pues son ellas quienes han de decidir cómo desean recrearse. Nuestra labor es facilitar y promover las ofertas recreativas a fin de que constituyan opciones para la libre elección de quienes se recrean”. Pérez (2002), citado por Sosa Loy, (2013, p 6).

Recreación sana: Es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante acciones o actividades terapéuticas, profiláctica, cognoscitivo, deportivo artística- cultural, mediante las cuales se obtienen felicidad satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad. Todo ello depende de la voluntad e intereses personales. (Machín, Pérez, 2021, p. 28)

Actividad recreativa: Según Pérez Sánchez (2010), en toda existe un mensaje ideológico, desde la simple realización del ejercicio sistemático hasta la lectura, el cine, la televisión, por citar solo unos ejemplos, aparecen marcados por la ideología que sustenta un determinado sistema social y que le confiere un lugar importante en los problemas sociales actuales. (p. 10)

Juego: Tendencia de carácter espontáneo familiarizada con los impulsos, actividad tan antigua como el hombre. (Rodríguez del Rey. 2012, p. 21)

Grupo social: Es un sistema especial de relaciones sociales en el cual los individuos se encuentran en relaciones directas de cooperación y comunicación por un objetivo o tarea común, así como por determinadas intereses y formas de conducta compartidas. (Hernández, Pérez, 2018a p.24)

Relaciones sociales: Son aquellas que se establecen entre un grupo de personas con el propósito de obrar de forma conjunta, para satisfacer objetivos comunes (Hernández, Pérez. 2018b p.25)

La importancia que presenta esta investigación es que mediante ella se hace un estudio y análisis para lograr una adecuada planificación de acciones deportivas-recreativas en los jóvenes, que posibilitan la ocupación de los fines de semana, teniendo en cuenta gustos y preferencias y su novedad está dada porque aporta acciones que van dirigidas a potenciar en los mismos una recreación sana y saludable. Esta investigación surge por la necesidad que tienen los jóvenes de la CPA en la Cooperativa de Producción Agropecuaria “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua. para ocupar sus fines de semanas y elevar así su nivel de vida. (Acosta, Miranda, 2006, p.31).

Su pertinencia social está dada porque asegura la recreación de los jóvenes para ocupar su tiempo libre y evitar así deformaciones en su personalidad.

Estructura de la tesis.

La tesis cuenta con una introducción la cual expone elementos sobre la necesidad de mejorar la recreación sana de los jóvenes a través de acciones deportivas en la comunidad, se realiza una valoración del diseño teórico en la comunidad. En el desarrollo se refiere a los sustentos teóricos de la investigación, a la metodología de la misma, también se describe la propuesta que se propone para mejorar la recreación sana de los jóvenes mediante acciones deportivas recreativas en la Cooperativa de Producción Agropecuaria “Mártires de Cumanayagua”

Se arriban a conclusiones, en las que se pone de manifiesto la necesidad de las acciones deportivas recreativas. Los anexos están expuestos mediante tablas, encuestas, y consulta a especialistas que reflejan los resultados obtenidos, los cuales facilitaron datos de suma importancia para cumplir el objetivo de esta investigación.

II. DESARROLLO

2.1. Resumen Bibliográfico

2.1.1 Fundamentación teórica y metodológica para una recreación sana en los jóvenes.

La calidad de la vida y la creación de un estilo de vida sano en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades físicas y recreativas fortalecen la salud general del hombre y lo prepara para el pleno disfrute de la vida, y por otro, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del tiempo libre (Peña, 2005).

Es decir, ejercen una acción formativa de índole psicológica y sociológica, que opera basada en los motivos físicos recreativos y en las necesidades culturales y recreativas de la población, en sus gustos y preferencias, en los hábitos y tradiciones, en la relación de cada individuo con la clase y los grupos sociales a los cuales pertenece, sus sistemas de valores y su ética específica y, sobre todo, opera basado en la voluntariedad, en la "libertad" de sus formas y sus contenidos, "opuestos" a las regulaciones, restricciones, reglamentos e imposiciones que sean exteriores a la propia actualidad. (Pérez, 2002)

Pero la formación no es exclusiva del tiempo libre, incluyen la escuela, la familia, la educación ideológica - social, los modelos de relaciones sociales y de tipos humanos que se transmiten de forma espontánea en la conciencia social, un universo complejo que interactúa y se condiciona recíprocamente; en este caso, esto necesita de un esfuerzo cualitativo, formativo, de la enseñanza.

La formación, en este enfoque, es consecuencia de dos factores la educación y la cultura de la actividad humana en el tiempo libre, cuyos objetivos son la diversificación y el enriquecimiento de las necesidades culturales y recreativas, y el fortalecimiento de los rasgos sociales de la vida (el sentido de la colectividad y de la participación social, el amor por el trabajo, entre otros).

"La Recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su Tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad". (Pérez, 2002) La Recreación representa en sí un conjunto de conceptos etimológicos: Recreativo (latín), restablecimiento; Recreation (francés), diversión, descanso, cambio de acción, que excluye la actividad laboral y caracteriza el espacio relacionado con estas acciones. Por consiguiente, el término Recreación caracteriza, no sólo los tipos determinados de actividad vital selectiva de la gente durante el Tiempo libre, sino que también el espacio en que estos funcionan. (Pérez, 2002) "La Recreación es un fenómeno social que promueve y desarrolla valores de superación y conquista personal, de comunicación y promoción de La vida social, de la alegría y estados de buen humor, de descanso, y salud física y mental, dichos valores satisfacen la necesidades emocionales, sociales e intelectuales, y físicas". (Bolaño, 1996).

El concepto de tiempo libre es objeto de numerosas discusiones y debates entre economistas, sociólogos y psicólogos. Su definición plantea numerosas interrogantes que aún hoy en día no están totalmente solucionadas. Los destacados sociólogos cubanos Rolando Zamora y Maritza García definen teóricamente el tiempo libre como: La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quien la identifique de diferentes aristas, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses.

Es por eso que muchas veces se encuentra que lo que para unos es recreación, para otros no lo es. Un análisis del concepto lleva a buscar su origen y se encuentra en los comienzos del hombre, con el surgimiento de un determinado tiempo para realizar actividades que estuvieran en relación directa con la producción, pero no es hasta los inicios de la industrialización, cuando las jornadas de trabajo eran demasiado largas, y se realizaban en pésimas condiciones para la salud, que se dan

las condiciones verdaderamente objetivas para conjuntamente con los cambios socioeconómicos que se producirían, establecerse como una necesidad determinante en los hombres.

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

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

Es un proceso de regeneración consciente de las capacidades físicas e intelectuales del individuo, mediante acciones participativas ejercidas con plena libertad de elección, y que en consecuencia contribuyen al derecho humano. No se impone o administra la recreación de las personas, pues son ellas quienes han de decidir cómo desean recrearse. Se debe facilitar y promover las ofertas recreativas a fin de que constituyan opciones para la libre elección de quienes se recrean.

Desde el punto de vista técnico – operativo, la recreación es la disciplina cuyo propósito es utilizar las horas de descanso (tiempo libre), en el cual puede el hombre aumentar su valor como ser humano y como miembro de la comunidad, ocupando este tiempo con actividades creadoras y motivándolos para que se enriquezcan en los dominios profesionales, artístico – cultural, deportivo y social.

Desde una postura humanista Cuenca (2000), afirma que la recreación debiera ser una vivencia integral relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno y coherente con ellos, una experiencia de recreación que crea ámbitos de encuentro o desencuentro, se diferencia de otros tipos de óseo por su potencialidad para llevar a cabo encuentros creativos que originen desarrollo personal.

Para Tabares (2002), el ocio: recreación bajo la actual perspectiva de la relación con el desarrollo humano deberá ubicar gran parte de sus esfuerzos en las necesidades reales de los ciudadanos intentando identificar e interpretar las regularidades que subyacen en los hábitos de la gente y su relación con la contribución de mejores vidas humanas. Sin entrar a profundizar en el complejo concepto de desarrollos humano, aquí es pertinente hablar de sus componentes y procesos de construcción, dado que es allí donde se encuentran las necesidades y las líneas de acción para propiciar el desarrollo desde la recreación.

La recreación no es fenómeno estática, sino dinámico esencialmente dialéctico, que toma forma y adquiere en cualquier proporción objetivo cuando es realmente aplicado por las grandes mayorías, para convertirse entonces en una influyente fuerza vital en el desarrollo de los pueblos. El profesor Ricardo Moreira en su libro “La recreación es un fenómeno socio- cultural”, plantea que la recreación es un fenómeno social, ya que solo tiene existencia en la comunidad humana, es realizada por los hombres que viven en la sociedad, se rige por las leyes del desarrollo social que ha esclarecido el materialismo histórico, y es un fenómeno cultural; ya que esta característica deviene del hecho de que el contenido de la recreación está representado por formas culturales.

La denominación de formas culturales se utiliza en su sentido más amplio, referido tanto a las actividades de la cultura artística literaria, como la cultura física, las cuales consume el hombre para su desarrollo.

Recreación Física: Campo de acción 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.

Los objetos de la Recreación Física son, indudablemente, los gustos y preferencias recreativas de la población en su diversidad de grupos de edades, de géneros, ocupacionales´

2.1.2. Importancia de la recreación como actividad en los jóvenes.

"La Recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad"(Pérez, 2002).

"La característica más importante de las actividades de los jóvenes desde el punto de vista de la formación de los rasgos sociales, es que ejercen una acción formativa o de formativa indirecta y facilitada por la Recreación. Al contrario de la enseñanza, las actividades de tiempo libre no transmiten conocimientos en forma expositiva y autoritaria, sino que moldean las opiniones, influyen sobre los criterios que tienen las personas respecto a la sociedad, sus problemas y sus soluciones, así como transmiten de manera emocional y recreativa informaciones de contenido mucho más diversa" (Ramos Lara, 2002).

Este autor también insiste en el hecho de que las actividades se dirijan a compensar la personalidad individual y social, a la vez que constituya un proceso de educación constante.

Los jóvenes son el grupo, al que va dirigido la mayor cantidad de programas recreativos, ya que representan uno de los mayores grupos poblacionales y se encuentran en una etapa de formación y evaluación de la personalidad muy compleja donde la recreación es un factor coadyuvante en este proceso. Como primer aspecto en un programa de recreación para jóvenes debe tenerse presente los aspectos psicopedagógicos más importantes que marcan esta etapa (Blanco De La Cruz, 2019, p. 24).

El trabajo recreativo con grupo de jóvenes para que sea efectivo debe unir las formas deportivas con las formas artísticas y de diversión. Las actividades representan una vía para la ejercitación y desarrollo de las actividades físicas e intelectuales, así como la adquisición y reafirmación de vínculos sociales con compañeros y la creación de nuevas amistades lo que propicia un ambiente sano y afectivo en sus relaciones sociales. Las necesidades de la personalidad del joven vienen relacionadas con el status, la independencia, la autorrealización y una adecuada filosofía de la vida. No existe algo más importante para él, que la necesidad de alcanzar un status social, anhela ser importante, obtener preeminencia en su grupo, desea dejar la infancia y alcanzar el status de adulto, ser reconocido como persona valiosa; para ellos es quizás alcanzar un lugar importante en el grupo ante sus padres. (Domínguez García, 2003, p. 31)

Otra de las necesidades del joven es la de alcanzar su independencia, ya que, aspira liberarse de las restricciones paternas y convertirse en una persona que se autogobierna. Las necesidades de autorrealización o de logro se encuentran íntimamente ligada con las necesidades anteriores, según Thordiken, Hull, Skinner, destacados investigadores contemporáneos de la psicología del aprendizaje coinciden en que el aprendizaje es más efectivo si los esfuerzos van seguidos de un sentido de logro o esfuerzo por la realización. (Machín Pérez, 2018, p. 21).

Del mismo modo se aprecia la necesidad del joven de satisfacer una adecuada filosofía de vida; en esta etapa aparece la preocupación persistente e intensa acerca del sentido de la vida, se preocupa por los problemas de la verdad, la religión y las ideas éticas.

Uno de los aspectos importantes que merece ser revisado en cuanto al tema que nos ocupa, son los problemas de inadaptación de la juventud y su relación con la motivación y la autoestima; todos sabemos que sin motivación no hay ejecución de tareas. En el humano, la motivación no consiste solamente en reducir impulsos, sino que va más allá, busca explorar, reconocer y conocer los resultados, en saber si se está agradando o no a la persona que se erige como líder.

En este campo, es necesario considerar que quienes dirigen grupos de jóvenes deben desarrollar un trabajo efectivo, tendente a lograr su adaptación al medio; de acuerdo a las investigaciones de Piaget, cuyos fundamentos demuestran como el individuo va evolucionando paulatinamente desde los primeros años de vida, desde los instintos reflejos hasta la adquisición de solidez y consistencia propia, que se perfila y distingue en el medio en el cual se desenvuelve, hasta llegar a un punto en el cual el sujeto no solo es concebido de acuerdo a sus cualidades sino que también es imaginable y predecible en su transformación futura o existente. (Petrovski, 1988, p. 14).

Esto quiere decir que la adaptación es un proceso único, dinámico y progresivo que comprende a su vez dos funciones invariables: la asimilación y la acomodación. Estas dos funciones como componentes invariables de la adaptación no son actos aislados; es una serie de acciones continuas y entrelazadas que señalan una totalidad. Cuando se encuentra en balanceo y equilibrio, constituyen un acto de adaptación. Así mismo, la autoestima o sentimiento que albergamos hacia nosotros mismos, es determinante en la adaptación o inadaptación al medio, influyendo en todos y cada uno de los aspectos evolutivos del propio ser, convirtiéndose en la base para cualquier logro, pues la falta de este sentimiento produce graves trastornos en la personalidad del individuo.

En consecuencia, va a depender en alto grado que la adaptación del ser humano al medio y en especial en las primeras etapas de la juventud, se produce en la medida en que los niveles de autoestima y motivación sean nutridos por parte del entorno familiar, escolar y comunitario. Por razones circunstanciales, los jóvenes cuentan con gran cantidad de tiempo libre, que en la mayoría de los casos se administra en forma adecuada a las necesidades de superación y adaptación al medio. Como es bien sabido, todo individuo necesita y desea gratificación durante su tiempo libre. Por tanto, la recreación se presenta como una alternativa viable para incorporar a la población joven al medio social donde le toque desenvolverse.

Plantea Ramos (1996), la recreación es un factor de orden social que permite al individuo mejorar la calidad de vida auto conocerse, interaccionar y comunicarse con su contexto social. Es de hacer notar que los jóvenes tienden a aislarse y a caer en estados depresivos debido a esa búsqueda de identidad propia; situación que puede ser controlada mediante la participación en actividades recreativas, con experiencias vivenciales y al aire libre, que le permita compartir, traduciéndose en un medio de aprendizaje no formal que contribuya a su integración social, con la participación de todas aquellas personas involucradas en su formación. (Del Socorro Gómez, 1998, p. 35)

2.1.3. La preparación de los factores de la comunidad para enfrentar la recreación.

La persona que por sus funciones dirige los procesos y adopta las principales decisiones es la que puede delegar autoridad en la organización educativa para lograr su desarrollo. Sería imposible imaginar directivos de una institución sin organizar el accionar de esta, de forma aislada, sin tener en cuenta la integración de cada una de las acciones, por lo que el papel de las estructuras del Consejo Popular es muy importante para saber de qué dispone y así aprovechar sus potencialidades. Al respecto Carlos Marx plantea “que todo trabajo directamente social o colectivo en gran escala requiere en mayor o menor medida de una dirección que establezca un enlace armónico entre las distintas actividades y ejecute las funciones generales que brotan de los movimientos del organismo productivo total, a diferencia de los que realizan los órganos individuales”. Se evidencia que el presidente de un Consejo Popular y el delegado deben ser aquellos individuos que estén preparados para hacer cumplir la tarea encomendada y saber cumplirla para que sus miembros junto a él lleven adelante la misión dada. (Desiderio & Sosa Loy, 1994, p. 249).

Haciendo un análisis del estudio realizado en la bibliografía, además de la experiencia se considera que el presidente es el encargado de establecer un sistema armónico que penetren todos los programas de la comunidad y sea capaz de controlar y evaluar la efectividad de las acciones proyectadas. Dentro de las

cuestiones medulares que debe caracterizar la preparación de la estructura de la circunscripción se encuentra: Político, Ideológico, Técnico Administrativo, coordinación con organismos y organizaciones. - Trabajo Preventivo. Político-Ideológico: Esta preparación permite organizar y orientar todo el trabajo encaminado al estudio y dominio de los documentos emanados del PCC, así como los documentos de las reflexiones del Comandante Fidel Castro Ruz dirigidas al papel que debe desempeñar la actividad física y la recreación como una vía de lograr la unidad del pueblo y su cohesión.

Toda la labor de preparación política de las estructuras de dirección de los consejos populares en la base permitirá garantizar una recreación sana y la elevación de la calidad de vida de nuestro pueblo. Técnico- Administrativo: Esta capacidad efectuada por especialistas permite que los directivos dirijan, orienten y controlen la aplicación correcta de los indicadores establecidos, a partir de un accionar coherente desde su sistema de trabajo, y dar cumplimiento a la estrategia a corto y largo plazo.

Todo esto permitirá a las estructuras poder desarrollar con mayor dinamismo y efectividad todas las acciones deportivas recreativas con la población de su zona de trabajo con énfasis en la juventud. Coordinación con Organismos y Organizaciones:

Le permite establecer coordinaciones de trabajo con los CDR, FMC, y otras empresas y entidades para la conformación de los programas de la recreación, que respondan a las diferentes necesidades y especialidades, cumpliendo con la disposición que al respecto establece el organismo del INDER, en el asesoramiento a los promotores y así multiplicar la atención a los jóvenes. Trabajo Preventivo: Le permite dar un aseguramiento desde su sistema de trabajo a los principales indicadores que miden la efectividad comunitaria, así como el perfeccionamiento del sistema de relaciones interpersonales y de comunicación con sus subordinados

El principio rector que define la existencia del sistema de trabajo, supone que los hombres más que objeto de acción es sujeto activo de su propia dirección. Exige que el sistema de trabajo se conciba, se aplique y perfeccione a partir de las necesidades de las personas que integran la organización, con una activa

participación de los mismos en la gestión de dirección. Se centra nuestra atención en la preparación permanente de las estructuras de la circunscripción, aspecto este que cobra una significación muy particular, constituyendo el centro de objeto de estudio de esta investigación. (Bacallao, Figueroa, 2015, p.14)

2.1.4. Organización de la recreación en el territorio.

Para realizar el análisis de esta temática es necesario que se definan términos esenciales que están estrechamente ligados al trabajo de la recreación en la comunidad. A continuación, se expresa su definición a partir del análisis de los postulados de diferentes investigadores. Consejo Popular: Es el órgano del poder del pueblo local de carácter representativo investido de la más alta autoridad para el desempeño de sus funciones, comprende una demarcación territorial dada, apoya la Asamblea Municipal en el ejercicio de sus atribuciones, facilita el mejor conocimiento y atención de las necesidades de los pobladores de su área de acción.

El Consejo Popular no constituye una instancia intermedia a los fines de la división político-administrativa y sin disponer de estructuras administrativas subordinadas, ejerce las atribuciones y funciones que le otorgan la constitución y las leyes, con la participación activa del pueblo en interés de la comunidad y de toda la sociedad. Representa a la demarcación donde actúa y es, a la vez, representante de los órganos del Poder Popular municipal, provincia y nacional ante la población, las instituciones y entidades radicadas en ellas.

Se crean en unidades, pueblos, barrios, poblados y en zonas rurales y comprenden cinco circunscripciones como mínimo, aunque pueden tener un número menor atendiendo a causas que lo justifican, es en la circunscripción donde aparecen las formas básicas de expresión de todos estos elementos políticos, culturales, deportivos y sociales a través de los cuales se desarrollan los principales programas que benefician de manera amplia a toda la población, educativos, de salud, culturales, deportivas, de prestación de servicio, es la unidad donde transcurren la mayor parte de la vida cotidiana de las personas, es el lugar de encuentro entre

dirigentes, instituciones ciudadanas que contribuyen el ámbito social para convivir colectivamente.

La participación popular en la actividad del Consejo Popular, constituye la vía fundamental para realizar su labor, está presente desde la identificación de los problemas, necesidades y sus posibles soluciones, hasta la adopción de las decisiones, así como en la planificación, desarrollo y evaluación de las principales acciones que se ejecutan en la demarcación. Cuando se habla de desarrollo comunitario, Roxana Castellanos, se refiere a la organización y acción en la comunidad para resolver sus propios problemas, utilizando sus propios recursos materiales y humanos. “Permite la participación social, las relaciones interpersonales, la comunicación y con ello la emergencia de intereses comunes y el desarrollo de un componente psicológico que sirve de apoyo a cada uno de sus miembros y cumplen funciones de integración y desarrollo dándole un sentido de pertenencia”.

La comunidad puede definirse desde diferentes puntos de vista; a continuación, se darán algunas definiciones extraídas de El Trabajo Comunitario: Alternativa Cubana para el desarrollo social. Ander Egg (1980), señala que "el término comunidad se emplea para designar la estructura social de un grupo, a partir del estudio de sus instituciones, los problemas de los roles, status y clases sociales que se den en su interior; en este caso, la comunidad es considerada un conjunto de relaciones sociales". (p. 32).

Porzcsnski en desarrollo de la comunidad y subcultura extrae de las definiciones existentes una serie de elementos que se repiten: “vinculación, estructura acabada, medios y fines comunes que son característicos de un grupo social organizado y estructurado en tanto sector de la sociedad global, al que considera la comunidad”. Por su parte, C. Ware define la comunidad como una agrupación de personas relacionadas entre sí que cuentan con recursos físicos, personales, de conocimientos, de voluntad, institucionales, de tradiciones”.

Otra definición es la dada por J.M. Fernández de la Rota cuando señala que “la comunidad supone un nosotros, unas relaciones intergrupales sólidas y la organización de las mismas”. Después de analizadas estas definiciones se cree oportuno dar la nuestra donde se entiende por comunidad: tipo de organización social cuyos miembros se unen para participar en objetivos comunes, es considerada un conjunto de relaciones sociales, agrupaciones de personas que cuentan con recursos físicos, personales, de conocimientos, de voluntad, institucionales, de tradición, etc. (Valladares Castro & Díaz Álvarez, 2013, p.26).

La comunidad constituye el espacio geográfico donde se desarrollan los procesos políticos, económicos y sociales que más directamente se relacionan con la población, es el principal escenario donde convergen motivaciones, aspiraciones y la cultura de sus pobladores para contribuir en el desarrollo económico y social del país (Cuba. Asamblea Nacional del Poder Popular, 2017).

Según lo descrito anteriormente Casado (2020), dice que el desarrollo local o comunitario, es considerado como un proceso participativo, e inclusivo con el objetivo de mejorarlas condiciones de vida de las personas, la resolución de sus propios problemas desde la interacción del contexto, la ciudadanía y las administraciones públicas.

Romero (2021), lo concibe como un proceso de transformación integral desde diferentes aristas: económicas, sociales, culturales, deportivas, recreativas, ambientales y político institucional.

Antomachin de la Cruz (2021), indica que la recreación física en el ámbito de cada circunscripción posibilita la expresión de las actividades con características esencialmente locales, donde se expresan y condicionan las necesidades recreativo físicas de acuerdo al medio geográfico y a las tradiciones del lugar, como forma organizativa puede reunir características que la asemejan a la recreación para grupos urbanos o comunitarios, como estructura de gobernabilidad en la localidad puede integrar a varios grupos urbanos y comunidades.

En otro momento expone que cada circunscripción debe poseer su sistema de información y conocimientos sobre las necesidades recreativo físicas como expresión de fenómeno local que permita la proyección estratégica de la recreación física de acuerdo a las necesidades, es decir los intereses de acuerdo a la edad, las manifestaciones que para cada grupo de edad es necesario proyectar en aras del desarrollo humano local.

En cada municipio, las direcciones de los centros y Escuelas Comunitarias Deportivas serán la máxima autoridad para propiciar el desarrollo del deporte, la cultura física y la recreación del territorio. Precisando su acción en el campo de la recreación, se considera que para la obtención de los mejores resultados desde el punto de vista organizativo es de suma importancia su valoración integral, así como de los elementos que la componen, con lo que se está haciendo un enfoque en la propuesta de las actividades. Sobre la utilización de las capacidades instaladas, la optimización de los recursos materiales y la fuerza técnica que disponga el territorio se programan las siguientes acciones:

En la Revista Somos Jóvenes, (2008). Elaborar en coordinación con los promotores de recreación, el plan de actividades a desarrollar cada trimestre distribuido por meses. Se apoyará en el promotor mínimo exponente de la nueva proyección de la recreación en el territorio, el que debe mover alrededor de los activistas que seleccionan y controlan su trabajo. Se planificarán para el área territorial o comunidad, actividades tales como: encuentros deportivos, recreativos entre centro de trabajo, entre escuelas, festivales en instalaciones deportivas y circunscripciones, actividades de caza y pesca, etc. (p, 9).

2.1.5. Los usos más comunes de la recreación en los jóvenes del barrio.

Los usos más comunes de la recreación en los jóvenes del barrio son los siguientes: Tomado de (Machin Pérez, D.; Mateo J.L & Pérez M. 2019, p.23).

- Observación

- Fiestas en las que ingieren bebidas alcohólicas llegando a crear serios problemas entre ellos y la actividad que empezó con el fin de divertirse lamentablemente conlleva a consecuencias desastrosas.
- Juegos de Vóleibol
- Dedicar mucho tiempo a montar a caballo, unas veces como medio de transporte, pero otras por puro placer.
- El consumo del cigarro siempre acompaña las actividades recreativas de muchos de ellos, llegando a formarse en el aire algo muy parecido a la neblina dentro del centro recreativo.

2.2. Metodología

2.2.1. Selección de sujetos.

El Asentamiento cuenta con una población de 551 habitantes, 279 masculino y 272 femenino, se seleccionó una muestra intencional no probabilística de 60 jóvenes de un total de 72 representando el 83,3% entre 18 a 25 años, 29 femeninas y 31 masculinos de la CPA "Mártires de Cumanayagua", reflejado de la siguiente forma:

- 10 estudiantes preuniversitarios.
- 4 estudiantes universitarios.
- 15 amas de casa.
- 18 trabajadores
- 13 desvinculados

Además, una segunda muestra de 5 especialistas de más de 10 años de experiencia en el tema recreación en el municipio, todos son máster en Cultura física, 1 promotor cultural y un técnico del INDER, con más de 8 años trabajando en la CPA. "Mártires de Cumanayagua" del municipio de Cumanayagua.

2.2.2. El tipo de estudio

Es descriptivo, porque a través de la investigación se describe la relación que existe entre la causa y el efecto en cuanto a la participación de los jóvenes a las

actividades deportiva – recreativa, que permita hacer predicciones y valoraciones de cómo se va avanzando en la recreación sana de los mismos Tiene un valor explicativo. (Sampier, 2008)

Un estudio descriptivo es normalmente el mejor método de recolección de información que demuestra las relaciones y describe el mundo tal cual es. Este tipo de estudio a menudo se realiza antes de llevar a cabo un experimento, para saber específicamente qué cosas manipular e incluir en el experimento. Bickman & Rog (1998), sugieren que los estudios descriptivos pueden responder a preguntas como “qué es” o “qué era.” Los experimentos responden “por qué” o “cómo.”

Los Materiales que se utilizaron fueron: televisores, computadora, parchí, dominó, varas de pescar, pelotas, banderitas, aros, batones, bastones, audio, sogas y anzuelos elaborados de forma individual y con recursos propios, empleados por el facilitador, un espacio recreativo para la recreación sana en los jóvenes de la CPA “Mártires de Cumanayagua” del municipio de Cumanayagua.

2.2.3. Caracterización General de la CPA “Mártires de Cumanayagua” del municipio de Cumanayagua.

Con el triunfo de la Revolución, en el municipio en Cumanayagua se llevó a cabo la construcción de varias Cooperativas de Producción Agropecuaria, en las que se destaca la CPA “Mártires de Cumanayagua” cuyos habitantes proceden de la zona rural del municipio.

Por la situación geográfica que presenta esta comunidad, y otros factores, es por ello, que poseen bajo nivel cultural, muchas de las personas trabajan en las labores agrícolas y otro gran por ciento de los jóvenes están desvinculados, es decir un gran por ciento de la población no estudia.

En sentido general, la población de esta comunidad tiene un bajo nivel económico y cultural, con tendencias al ocio, un alto índice delictivo, alcoholismo, así como otros índices que influyen de manera negativa en el desarrollo de la comunidad.

La situación de los jóvenes, en la comunidad motivo de la investigación, es preocupante, debido a la influencia negativa que ejercen sobre las nuevas

generaciones, la ingestión de bebidas alcohólicas, juegos prohibidos entre otros flagelos ya vistos en el trabajo, forman parte de las debilidades existentes además un por ciento mínimos realiza actividades deportivas-recreativas.

En este barrio, practican creencias religiosas heterogéneas, las cuales no constituyen una amenaza al orden establecido. Los habitantes de la zona presentan problemas en cuanto a sus relaciones personales por el bajo índice cultural y en especial se encuentran en los jóvenes que no le gusta asistir a la escuela.

2.2.4. Métodos y procedimientos

Para esta investigación se emplea el paradigma cualitativo, que permite registrar conocimientos, comparar información, es un modo de investigar basado en la observación, el tipo de estudio es descriptivo, conceptual, abierto y profundo, por este método se aprende el modo de vida de una unidad social concreta, se puede hacer interpretaciones de la cultura, de las formas de vida y del grupo social que se investigue; además se emplearon técnicas como: revisión de documentos, la observación, encuesta, la entrevista en profundidad, los cuales permitieron apreciar la forma en que los jóvenes de este barrio practican la recreación sana.

Métodos del nivel teórico:

Histórico-Lógico: permitió la búsqueda de los fundamentos que antecedieron al problema científico tratado, los resultados históricos obtenidos, su desarrollo, significación y su incidencia en los resultados actuales.

Analítico-Sintético: se empleó durante el proceso de consulta de la literatura documentación especializada y en la aplicación de otros métodos del conocimiento científico.

Inductivo-Deductivo: Este método facilitó la interpretación de los datos empíricos; así como descubrir regularidades importantes y relaciones entre los distintos componentes de la investigación.

Métodos del nivel empírico:

El análisis de documentos: se realizó un estudio y análisis de la literatura especializada en torno al tema, con el objetivo de obtener información sobre la

forma, vías, frecuencia con que se realizan las actividades deportiva-recreativas en la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA Mártires de Cumanayagua.

- Revisión del Proyecto Integrador de Recreación Física.
- Actas y documentos de la comisión de Recreación.
- Caracterización del Consejo Popular Breña y la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA Mártires de Cumanayagua
- Estrategia del Consejo Popular

Encuesta a los jóvenes: con el objetivo de conocer los gustos y preferencias de la población que habitan en la comunidad. (Anexo 4).

Observación participativa: de las actividades, con el objetivo de conocer asistencia, participación, satisfacción y permanencia y actividades deportivas- recreativas de preferencia. (Anexo 2).

Entrevista a Técnicos: Con el objetivo de conocer el trabajo desempeñado por los técnicos por el desarrollo de las actividades deportivas recreativas. (Anexo 3).

Criterio de los Especialistas: mediante la entrevista estructurada para evaluar la calidad y pertinencia de la propuesta de actividades diseñada. (Anexo 5).

Técnicas estadísticas y/o de procesamiento de la información.

Se emplearán técnicas de estadísticas sencillas descriptivas que permitieran organizar la información, recopilación y elaboración de tablas y gráficas en el Tabulador Electrónico Microsoft Excel y el cálculo porcentual.

2.3. Análisis de los resultados

2.3.1. Análisis de documentos

Los resultados muestran que existe una caracterización del Consejo Popular y del asentamiento que constituye un elemento clave para el diagnóstico desde el punto de vista económico, político, social, cultural y preventivo, poco completa con algunos datos desactualizados, es el caso de la cantidad de jóvenes con cierta tendencia a la inestabilidad laboral. La caracterización propicia la implicación de los diferentes factores que deben intervenir en los procesos educativos, socializadores y de desarrollo del asentamiento, teniendo en cuenta los materiales humanos existentes

en él. Al revisar el Proyecto Integrador de Recreación Física del Consejo Popular y lo que se lleva al Asentamiento de la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA “Mártires de Cumanayagua” se comprobó que, a pesar de programarse juegos de Fútbol, Béisbol, dominó, no se planifican actividades dirigidas a los jóvenes del grupo etario que se estudió. La estrategia del Consejo Popular existe, pero muestra insuficiencias en la conducción de la planificación, ejecución y evaluación de acciones transformadoras educativas con participación comunitaria y escasa utilización de las potencialidades humanas y materiales de la comunidad en tareas educativas con relación a los jóvenes, así como pobre calidad en la dirección del proceso de la actividad conjunta por no tener una definición clara de quien era el máximo responsable.

En las actas de la Comisión de Recreación Física Deportiva y de la Comisión de Prevención se encontraron algunas anotaciones aisladas que no reflejan el carácter sistemático que debe darse al funcionamiento de estos órganos, poniendo en riesgo la planificación y orientación de los recursos materiales y humanos existentes.

De todo lo antes expuesto se infiere que las acciones de planificación y dirección no se corresponden con las necesidades del grupo poblacional que nos ocupa, elementos que inciden directamente en la participación de los jóvenes al no estar en correspondencia con sus necesidades e intereses, es por ello la poca participación y motivación en las actividades antes observadas.

2.3.2. Resultados de la observación

Después de realizada las 15 observaciones a las actividades que ejecutaba el profesor de Recreación en la CPA “Mártires de Cumanayagua”; como parte de su radio de acción y de computarse los resultados, se pudo comprobar (tabla # 1, 2, 3 y 4):

Tabla 1: Resultados de la observación realizada al indicador participación activa en las actividades programadas.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Participación activa en actividades programadas	2	13,3	3	20	10	66,7

En el 66,7% de las observaciones realizadas a las actividades existió una baja participación de los jóvenes y en la mayoría de las mismas intervienen como espectador en las actividades planificadas.

Tabla 2: Resultados de la observación realizada al indicador asistencia a las actividades programadas.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Asistencia a las actividades programadas	2	13,3	4	26,7	9	60

En el 60% de las observaciones la asistencia a las actividades era mala, la mayor parte de los jóvenes, llegaban tarde a las mismas o casi al final, en ocasiones se acercaban a las mismas por curiosidad, por lo que se estaba desarrollando.

Tabla 3: Resultados de la observación realizada al indicador satisfacción por las actividades programadas.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Satisfacción por las actividades programadas	2	13,3	2	13,3	11	73,4

En el 73,4 % de las observaciones realizadas, los jóvenes que asistieron no demostraron una satisfacción plena en lo que estaban realizando e incluso abandonaban las actividades antes de estas culminar.

Tabla 4: Resultados de la observación realizada al indicador permanencia en las actividades.

Indicador	Bien		Regular		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%	Cantidad	%
Permanencia en las actividades programadas	2	13,3	4	26,7	9	60

En el 60 % de las observaciones los jóvenes no permanecían el tiempo completo que duraba la actividad, en ocasiones, a penas acabada de empezar las mismas y se marchaban para sus casas.

Por otra parte, se comprobó:

- En el 80 % de las observaciones a las actividades que realizan los jóvenes comprendidos en la edad de 16 - 20 años se determinó que las más gustadas son: Festivales Deportivos Recreativos, pelotas a mano, juegos tradicionales, Béisbol y Fútbol, Juegos de mesa (Dama, Domino, Parchís y Cartas).

2.3.3. Resultados obtenidos de la entrevista a los Técnicos de Recreación.

Se aplicó una entrevista a los técnicos de Recreación para conocer la disponibilidad de los jóvenes, las posibilidades reales para su uso, así como el trabajo desempeñado por los mismos en el desarrollo en las actividades recreativas. (Anexo 3). En la pregunta uno, se expresan que aún son insuficientes los juegos planificados para la aplicación del programa recreativo en la comunidad, atendiendo a la respuesta brindada la pregunta es evaluada de mal.

En la pregunta dos, referida a la valoración de la participación de los jóvenes en las en las acciones recreativas es de regular.

En la pregunta tres, referente a la consideración de porque motivos se afecta la aplicación del programa recreativo en la comunidad se explica que ha sido por la falta de sistematicidad de las actividades en la misma por lo que se desmotivan los jóvenes

En la pregunta cuatro, relacionada a los logros obtenidos hasta el momento es que se aprecia que cuando se trabaja por la divulgación de las actividades hay más participación de los jóvenes.

En la pregunta cinco, relacionada a la valoración del desarrollo de las habilidades deportivas de los jóvenes del consejo popular es aceptable, tienen dominio de la actividad.

Los principales aspectos que podemos expresar de la entrevista a técnicos de Recreación son:

- Las actividades planificadas carecían de sistematicidad y preferencia en los jóvenes.
- No se aplicaban vías que despertaran el interés y la motivación en los jóvenes y los apartara del consumo de bebidas alcohólicas y otras actividades no saludables para los jóvenes.

2.3.4. Resultados de la encuesta aplicada a los jóvenes de la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA “Mártires de Cumanayagua”.

Se les realiza la encuesta a los 60 jóvenes de la CPA” Mártires de Cumanayagua es de señalar que en lo relacionado a la pregunta donde si se analiza la coordinación en el barrio de las acciones deportivas- recreativas el 95,3% manifestó a veces, por lo cual la respuesta es evaluada de regular.

En la interrogante dos referentes a la motivación por las actividades recreativas que se realizan en el barrio el 90% manifiesta que no, por lo que es evaluada de mal.

En la pregunta tres referentes a las actividades de preferencias todas, el 100% expresó satisfacción por un sistema de actividades variadas como juegos de Béisbol, Voleibol, competencias de Dominó y Fútbol, lo que es evaluada de bien.

Relacionado al criterio que tienen de la importancia de la recreación sana todos, o sea, el 100% expresaron.

Que elevan su calidad de vida, liberan el estrés mental, se distraen, ayuda a fortalecer sus relaciones con demás vecinos por lo que es evaluada de bien. Las más preferidas son los encuentros deportivos para un 20% y los que menos le gustan los festivales bailables para un 5 %. Como se observa en la **Tabla 1**

Tabla 5. Actividades recreativas sanas preferidas y de interés por los jóvenes

Orden prioridad	Actividades	Cantidad	%
4	Debate de películas deportivas	7	11,4
6	Proyección de dibujos animados	4	8,3
7	Visita a la ludoteca	4	6,6
2	Festival de capacidades físicas	10	16,6
1	Encuentros deportivos	15	24,6
5	Festival de papalotes	6	10,0
3	Plan de la calle rústico	9	15,0
8	Festivales bailables	3	5,0
9	Otros	2	3,2

2.4. Fundamentación de la propuesta de acciones para la inserción de los jóvenes a la recreación sana en la Cooperativa de Producción Agropecuaria.

La propuesta de acciones relacionadas con la recreación y específicamente las actividades físico –recreativos, están encaminadas a partir de las fortalezas y el trabajo integrados en las organizaciones políticas y de masas y la puesta en práctica de múltiples proyectos con la planificación, preparación, control y evaluación de las diferentes actividades en este orden, donde la cultura general integral de la población es uno de los objetivos fundamentales, así como constante búsqueda de vías y alternativas para la solución de los problemas existentes e impulsar la participación de los jóvenes, exigiendo el incremento y diversidad de las actividades Físicos –Recreativa de la Cultura Artística y Literaria según sus gustos y preferencias, además de la creación de otros espacios e instalaciones para la realización de actividades deportivas recreativas con el objetivo de darle una

correcta utilización del tiempo libre en la comunidad. Por otra parte, la necesidad de Superación de los Técnicos Integrales de Cultura Física, Promotores Culturales y otros gestores del trabajo comunitario, expresada en las respuestas a las encuestas aplicadas, en las que exponen el interés por aumentar sus conocimientos relacionados con la Recreación, la Recreación Física, el Trabajo Comunitario, las manifestaciones relacionadas con la Cultura Artística y Literaria.

Luego de haber analizado los resultados del diagnóstico, el estado actual que presentan los jóvenes en la Cooperativa de Producción Agropecuaria., en relación con el tiempo libre, el autor considera que el logro de tales propósitos solo es posible a través de acciones.

La propuesta de acciones está dirigida a propiciar mayor diversificación de actividades de la recreación física, dirigidas a promover mayor participación e en las actividades que desarrolla la Escuela Comunitaria de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Comunidad, integrando su labor a los diferentes factores que inciden en el trabajo comunitario.

Las acciones que se proponen, parten de los gustos y preferencias recreativas planteadas por los jóvenes de la comunidad, sus intereses por la participación en diversas actividades deportivas, recreativas y de la Cultura Artística y Literaria, además por las opiniones y sugerencia de los técnicos integrales, directivos, representantes de organizaciones políticas y de masas y otros profesionales que desarrollan el trabajo en la comunidad.

Es por ello que se proponen acciones que permitan la inserción de los jóvenes a la práctica de una recreación sana en la Cooperativa de Producción Agropecuaria.

“Las acciones son aquellas tareas que se deben realizar para dar cumplimiento a los objetivos trazados, intencionados y dirigidos a la solución de problemas de la práctica” (Valle Lima, Alberto, 2005, p.125)

Objetivo general de las acciones deportivas-recreativas

- Elevar la asistencia y participación de los jóvenes de 18 a 25 años de la Cooperativa de Producción Agropecuaria (CPA) “Mártires de Cumanayagua” en el municipio de Cumanayagua en las actividades deportivas–recreativas.

Objetivo específico:

- Aportar una propuesta de acciones deportivas-recreativas, que incluye actividades de la Cultura Artística y Literaria en función de propiciar mayor diversidad de actividades como parte de los espacios socioculturales de la comunidad.

Las acciones propuestas cuentan con fecha de cumplimiento a corto y mediano plazo, en los cuales se van adecuando las actividades de acuerdo a las circunstancias existentes y modificaciones ocurridas en el plazo establecido lo cual permitirá ir valorándola sistemáticamente.

La puesta en práctica de la propuesta debe propiciar el protagonismo de los jóvenes. Estos deben tener una participación activa en todo el desarrollo de las sesiones.

Resulta importante que durante este proceso se estimulen y apoyen las iniciativas, cuya puesta en práctica, favorezca los cambios que se persiguen, para ir conformando un estilo propio de trabajo. Esto debe trascender y darse a conocer en su entorno para lograr lo deseado.

Se realizarán talleres de superación a los técnicos para ampliar sus conocimientos sobre los temas actualizados con la Recreación, Recreación Física, Trabajo Comunitario, Temas de la Cultura Artística.

Se realizarán talleres de intercambio de experiencias prácticas sobre la utilización de los Juegos Pre deportivos, deportivos y así como las actividades físico- recreativo y la integración de manifestaciones de la cultura artística.

Se desarrollarán planes de actividades físicas recreativas, a partir de los gustos y preferencias de los jóvenes para la realización de sus actividades en su tiempo libre, haciéndolas coincidir con fechas conmemorativas a desarrollar de manera breve en la Comunidad.

Discutir, aprobar y asegurar todas las actividades en la Comisión de Recreación.

Desarrollar un amplio programa de divulgación.

Promover encuentros deportivos, recreativos y culturales en la comunidad y con otras comunidades.

A continuación, se describe la estructura organizativa del plan de acciones

2.4.1. Propuesta del plan de acciones deportivas- recreativas

Objetivos	Acciones	Recursos	Responsable	Fecha de cumplimiento
Conocer sobre los diferentes manifestaciones recreativas y artísticas.	Realizar talleres de superación sobre los temas actualizados de la recreación, recreación física, trabajo comunitario, temas de la cultura artística	Profesionales Del INDER, Especialistas de la Casa de Cultura	Especialistas del INDER y Cultura Presidente del Consejo Popular.	Trimestral
Contribuir a la recreación en los jóvenes	Música grabada con juegos de participación	Humanos Local (centro recreativo)	Promotora cultural	Mensual
Contribuir al desarrollo físico y mental de los jóvenes	Propiciar espacios para la participación	Jóvenes y otros participantes	Especialista de Recreación	Días entre semana y fines de semanas

	en juegos deportivos. (Béisbol, Voleibol y Fútbol, organizar copas y torneos de estos deportes			
Conocer sobre la historia del barrio vulnerable como parte de la localidad	Conversatorio sobre la historia local y su patrimonio	Local Persona con dominio en el tema	Promotora cultural	Semestral
Reconocer los talentos locales	Gala de Juventud” Con presentación de aficionados declamadores Promotora Cultural y glorias deportivas	Local de presentación, aficionados, e invitados de la casa de cultura y el movimiento artístico	Promotores Cultural y deporte	Trimestral
Ampliar los conocimientos	Debate de videos y	Espacio en la comunidad	Promotora cultural y la	Mensual

sobre las glorias deportivas de Cuba y la localidad.	películas sobre las glorias deportivas de Cuba y la Localidad.	.	Instructora de Arte	
Crear una conciencia en los jóvenes contribuir a mejorar su comportamiento social	Conversatorio con el personal de salud mental acerca del tema del alcoholismo Trimestral	Espacio en la comunidad	Promotora Cultural Asesora de salud de la Escuela Médico de la Familia	Trimestral
Enriquecer su conocimiento y crear una conciencia en los jóvenes	Cine debate sobre el perjuicio que trae consigo el consumo de tabaco	Local Persona con dominio en el tema Jóvenes médicos del barrio	Promotora Cultural Asesora de salud de la Escuela Médico de la Familia	Trimestral
Ampliar los conocimientos en la historia de la comunidad	Organizar caminatas y excursiones a lugares históricos o de interés	Lugares de interés histórico	Factores de la comunidad	Mensual

	ecológico, cercanos a la comunidad.			
Rescatar los juegos tradicionales en la comunidad	Realizar Planes de las Calle, donde se utilicen los juegos populares tradicionales, juegos deportivos (competencia de habilidades).	Espacio en la comunidad	Promotor del INDER	Fines de semana
Intercambiar conocimientos y habilidades adquiridas	Promover encuentros deportivos, recreativos y culturales en la comunidad y con otras comunidades.	Espacios habilitados en las comunidades	Promotor del INDER, Cultura, factores de las comunidades	Mensual
Realizar un evento para presentar la vivencia de lo	Evento de generalización	Local En las calles, y portales,	Investigador Promotora Cultural Asesora de	Anual

<p>aprendido Mediante: Canciones, poesías, anécdotas, actividades como son juegos, que tenga carácter creativo y novedoso.</p>		<p>exponiendo los materiales</p>	<p>salud de la Escuela Médico de la Familia</p>	
--	--	--------------------------------------	---	--

2.5. Resultados obtenidos en la consulta a especialistas.

Los especialistas fueron seleccionados teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Nivel cultural.
- Categoría docente.
- Título académico o científico.
- Años de experiencia en la recreación.
- Centro de trabajo.

Teniendo en cuenta los indicadores plasmado anteriormente se seleccionaron 9 especialistas en recreación con 17 años de experiencia en la profesión, el 100 % de la muestra es Licenciado en Cultura Física, de ellos 5 Máster en Actividad Física en la Comunidad, 5 poseen categoría docente de Asistente y laboran en el organismo INDER (Instituto Nacional de Deporte Educación Física y Recreación)

Las acciones deportivas-recreativas puede ser aplicable y viable, debido a que las mismas, puede ser aplicada como están estructuradas, se puede realizar, ejecutar, etc. y los resultados a alcanzar pueden ser satisfactorios. Además, es relevante, es importante para los jóvenes de la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA "Mártires de Cumanayagua" del municipio Cumanayagua. La significación práctica

que representa la futura aplicación del resultado que se valora. Es pertinente ya que las acciones deportivas-recreativas conducen a lograr el objetivo planteado.

Criterios emitidos por los especialistas

Valoran de satisfactorio las acciones deportivas-recreativas propuestas para mejorar la recreación sana de los jóvenes de la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA "Mártires de Cumanayagua" del municipio Cumanayagua a partir de la determinación de sus gustos y preferencias.

El 100% determinan que las acciones deportivas recreativas son asequibles al grupo con que se trabaja y es de fácil ejecución.

- El 100% plantean que las acciones deportivas-recreativas dan cumplimiento al objetivo del mismo.
- El 88,8% plantean que la estructura de las acciones deportivas-recreativas se corresponde con las exigencias de este tipo de actividad y se encuentra organizado adecuadamente.

-Sugerencias

Luego de constatar los resultados del criterio de especialista de los aspectos evaluados, se analizaron las opiniones y sugerencias que los mismos aportaron, dentro de las cuales se encuentran las siguientes:

- Las acciones deportivas-recreativas cumple con los requerimientos prácticos, teóricos, funcionales y estéticos fundamentales para el cumplimiento de su objetivo.
- Se caracteriza por su asequibilidad, creatividad, contextualizada y utilidad para mejorar la recreación sana de los jóvenes de la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA "Mártires de Cumanayagua" del municipio Cumanayagua. Tiene un excelente orden, y metodología de excelencia.

III. CONCLUSIONES

3.1. Conclusiones.

- La revisión de los fundamentos teóricos y metodológicos permitió sustentar la investigación sobre la recreación sana en los jóvenes de la Cooperativa “Mártires de Cumanayagua”
- En el estudio se pudo diagnosticar el comportamiento de las acciones deportivas-recreativa en los jóvenes de la Cooperativa “Mártires de Cumanayagua” las cuales son insuficientes.
- Las acciones deportivas recreativas elaboradas van dirigidas a satisfacer las necesidades de los jóvenes en la Comunidad a partir de los fundamentos teóricos en que se sustenta la recreación sana.
- Los especialistas consideran útil la propuesta, está acorde con los programas de la institución y se puede aplicar según criterios de los mismos, que sugieren tiene importancia para el desarrollo de la capacidad flexibilidad y las demás capacidades.

3.2. Recomendaciones

- Aplicar la propuesta de acciones deportivas-recreativas para mejorar la recreación sana en los jóvenes de la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA “Mártires de Cumanayagua”



Referencias Bibliográficas

- Ander Egg, E. (1980). *Metodología y Práctica del desarrollo de la comunidad*. Félix Varela.
- Antomachin de la Cruz, V. (2021). *Programa recreativo para los adultos mayores durante nueva normalidad en el verano*. (Tesis de Grado). Universidad de Holguín.
- Barahona, M. R. (1997). *La Recreación un fenómeno social – cultural*. José Antonio Huelga.
- Bacallao, Figueroa, R. (2015). *Propuesta de actividades físicas recreativas para incrementar la recreación de los adultos de la Circunscripción 89 del Consejo Popular “La Paloma” Municipio de Santo Domingo*. (Tesis de Grado). Universidad de Holguín.
- Blanco De La Cruz, O. (2019). *Programa recreativo para los niños de quinto y sexto grado de la escuela primaria Guillermo Espinosa. Trabajo de Diploma para opción por el título de licenciado en Cultura Física*. (Tesis de Grado). Universidad de Holguín.
- Cuba. Asamblea Nacional del Poder Popular. (2017). *Manual de funcionamiento interno de las Asambleas Locales del Poder Popular*. En Díaz-Cannel Bermúdez, M. *Del procedimiento para desarrollar el trabajo comunitario integrado*. Capítulo XVIII, artículo 31. Asamblea Nacional del Poder Popular
- Casado Tribaldos, R. (2020). *Intervención comunitaria y análisis de la realidad social mediante investigación participativa*. Universidad de Jaén. <https://hdl.handle.net/10953>.
- Desiderio A., Sosa Loy, (1994). *Motivación, programación y participación de actividades físico recreativas en jóvenes de la ciudad y el campo del municipio de Placetas*.
- Del Socorro Gómez, M. (1998). *Recreación: Factor del desarrollo integral del ser humano*. <http://funlibre.org/htm>.

- Domínguez García, L. (2003). *Psicología del desarrollo: Adolescencia y Juventud. Selección de Lecturas*. Félix Varela.
- Hernández Sampier, R. (2008). *Metodología de la investigación Tomo 1*. Félix Varela.
- Machín Pérez, D (2018). *Proyecto extensionista pensando en ti*. DeporVida.
- Machin Pérez, D.; Mateo J.L & Pérez M. (2019). *Metodología para la gestión de actividades recreativas desde la carrera Cultura Física*. No publicado
- Pérez Sánchez, A. (2010). *Recreación, Fundamentos teóricos Metodológicos*. Pueblo y Educación
- Petrovski, A.V. (1988). *Psicología Pedagógica y de las edades*. Pueblo y Educación.
- Ramos Lara, M. (2002). *Centro de estudios de la Juventud 14*.
- Roca Calderío, B. (1999). Ley No 16. Código de la Niñez y la juventud. [https://cerlalc.org/wp-content/uploads/2018/09/43 Ley 16 Cuba.pdf](https://cerlalc.org/wp-content/uploads/2018/09/43_Ley_16_Cuba.pdf)
- S.a (2006). Recreación sana. *Revista Somos Jóvenes número (256)* http://www.ecured.cu/index.php/Recreaci%C3%B3n_sana.
- Romero Sarduy, M. I., & Hernández Chávez, C. N. (2021). Trabajo comunitario y participación popular en la gestión del desarrollo local. *Revista de Gestión del Conocimiento y el Desarrollo Local*, 8(1), 43-58, <https://revistas.unah.edu.cu/index.php/RGCDL/article/view/1425/2654>.
- Valladares Castro, M. C, Díaz Álvarez Y. (2013) *Mediación Comunitaria para una recreación Sana*. (Tesis de Grado). Universidad de Holguín.

ANEXOS

Anexo # 1 Revisión de documentos.

Objetivo: Constatar cómo se produce el proceso de planificación de las actividades deportivas- recreativas en la CPA "Mártires de Cumanayagua".

Documento a revisar:

- Estrategia de Recreación del Consejo Popular.
 - Variedad en las acciones deportivas-recreativas.
 - Sistematicidad en las actividades planificadas.
 - Utilización de métodos, vías y procedimientos adecuados.
- Actas y documentos de la comisión de Recreación.
- Caracterización del Consejo Popular Breña y la Cooperativa de Producción Agropecuaria CPA Mártires de Cumanayagua.
- Estrategia del Consejo Popular.

Anexo #2: Guía de Observación

Objetivo: Observar el comportamiento de los indicadores en los jóvenes como muestra.

Marca con una x según corresponda:

Evaluación	Indicadores	
Participación activa en las actividades programadas		
Bien	Participan activamente en las actividades planificadas	
Regular	En ocasiones participa activamente en las actividades planificadas	
Mal	Participan como espectador en las actividades planificadas	
Permanencia en las actividades programadas		
Bien	Si permanece en las actividades planificadas el tiempo que dure la misma	
Regular	Si permanece en las actividades planificadas la mitad del tiempo que dure la misma	
Mal	Si permanece en las actividades planificadas, menos de la mitad del tiempo de duración de la misma	
Satisfacción por las actividades programadas		
Bien	Se sienten satisfechos en la realización de las actividades convocadas	
Regular	En ocasiones, se sienten satisfechos en la realización de las actividades convocadas	
Mal	Siempre se sienten satisfechos en la realización de las actividades convocadas	

Haz un resumen de los detalles observado en las actividades

Anexo # 3 Entrevista a técnicos de Recreación.

Objetivo: Conocer la disponibilidad de los jóvenes, sus posibilidades reales y el trabajo desempeñado por los técnicos en el desarrollo en las acciones deportivas recreativas

- 1- ¿Considera suficientes los juegos disponibles para la aplicación del programa recreativo en los barrios y comunidades?
- 2- ¿Cómo valora la participación de los jóvenes en las acciones del programa recreativo del barrio?
- 3- ¿Qué motivos afectan la aplicación del programa recreativo en el barrio?
- 4- ¿Qué logros significativos se han obtenido hasta el momento?
- 5- ¿Cómo valora el nivel de desarrollo de las habilidades motrices deportivas en los Jóvenes de la CPA" Mártires de Cumanayagua"?

Anexo # 4 Encuesta a los jóvenes

Objetivo: Conocer los gustos y preferencias de los jóvenes por las actividades que se realizan en CPA” Mártires de Cumanayagua” del municipio de Cumanayagua.

Se solicita su colaboración para profundizar sobre las acciones deportivas recreativas que se realizan para los jóvenes de la CPA” Mártires de Cumanayagua”.

Edad____ Sexo____

1. Se realizan actividades recreativas para los jóvenes en la Comunidad.

Sí _____ No_____

2. Qué tipo de actividades se realizan.

3. Sabes que es la recreación sana.

4. Si se analiza la coordinación en el barrio de las acciones deportivas- recreativas.

5. Existe motivación por las actividades recreativas que se realizan en el barrio.

6. ¿Qué actividades propones que se puedan realizar en la Comunidad de la CPA “Mártires de Cumanayagua”?

Anexo # 5 Entrevista a especialistas

Compañero (a) _____, Usted ha sido elegido para valorar la propuesta de acciones deportivas-recreativas para mejorar la recreación sana en los jóvenes de la Cooperativa “Mártires de Cumanayagua”

¿Está UD de acuerdo en dar su opinión sobre la misma? Sí _____ No _____

Edad: ____ Años de experiencia: ____ Licenciado en: _____

Cargo: _____ Máster en: _____

Doctor en: _____

Categoría docente: _____

Centro donde labora: _____

Municipio: _____ Provincia: _____

Marque con una cruz la alternativa que considere en cada uno de los siguientes elementos y argumente al respecto:

Ud. Debe resumir sus criterios en la siguiente tabla:

Criterios de la propuesta de acciones deportivas-recreativas para mejorar la recreación sana en los jóvenes de la Cooperativa “Mártires de Cumanayagua”	Escala valorativa				
	M.A.	A	P.A	N.A	S.A
Posibilidad real de insertar las acciones deportivas-recreativas para mejorar la recreación sana en los jóvenes					
Ayuda a resolver un problema de la práctica					
Estructura de las acciones					

deportivas-recreativas					
Las acciones responden a los gustos y preferencia de los jóvenes					
Las acciones deportivas-recreativas responde a los objetivos propuestos de la investigación					
Las acciones deportivas-recreativas es aplicable					
Las acciones deportivas-recreativas es viable					
Las acciones deportivas-recreativas es relevante					

Leyenda: MA: Muy adecuada, A: Adecuada, PA: Poco adecuada, NA: No adecuada, SA: sin aplicabilidad

Le agradecemos cualquier sugerencia o recomendación con respecto a las acciones deportivas-recreativas: Por favor, refiéralas a continuación:

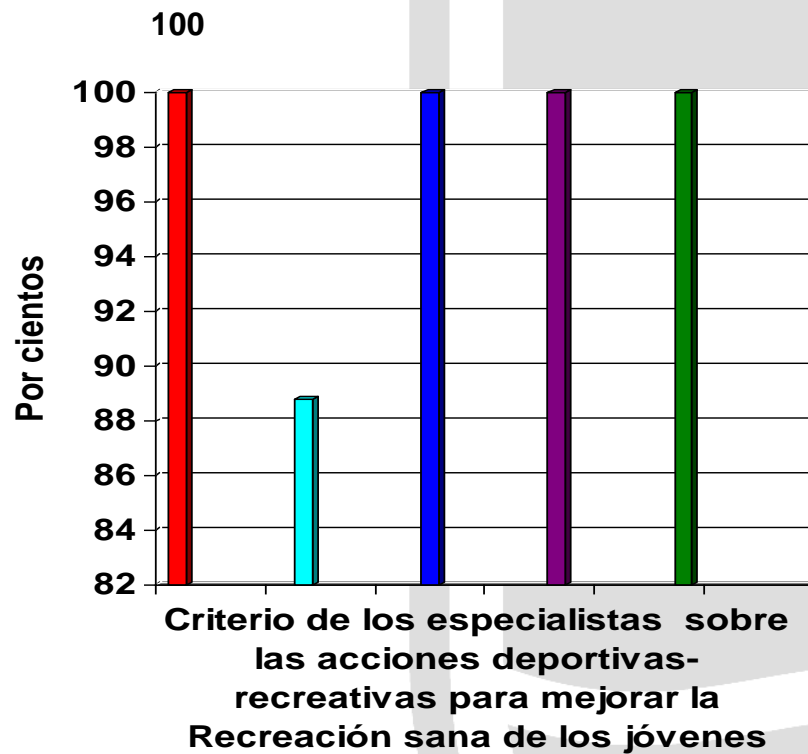
Anexo # 6

Tabla con los especialistas seleccionados

Nombre y Apellidos	Categoría Docente	Categoría Científica	Años experiencia	Cargo
Omar Calderín Arbolay		MSc	36	Profesor
Yuniuska León Chaviano		Licenciado	32	Profesor Recreación
Abel Montes de Oca Curbelo	Instructor	MSc	32	Metodólogo
Ramón González Mejías		Licenciado	36	Profesor Recreación
Emidia Soriano Gómez	Instructora	MSc	35	Profesora
Miguel Quintero Díaz		Licenciado	38	Profesor Recreación
Raiza Reyes Rodríguez	Instructora	MSc	28	Jefe departamento Inspección
Yoelvis Vega Pérez		MSc	36	Profesor Recreación
Albey Gálvez Rivas		Licenciado	29	Profesor Recreación

Anexo # 7

Resultados del criterio de los especialistas sobre la validez de las acciones deportivas-recreativas



- **Aplicable**
- **Viable**
- **Pertinente**
- **Relevante**
- **Responde a los objetivos propuestos**

