



Junio 2011

**SISTEMA DE ACCIONES PARA CONTRIBUIR AL DESARROLLO
DE LOS FESTIVALES - DEPORTIVOS - RECREATIVOS EN LA
CIRCUSCRIPCIÓN 17 DE LA COMUNIDAD “LA CARRETERA”.
AMANCIO**

Lic. Rolando Martínez Ramírez
Sede de Cultura Física
Amancio. Las Tunas
jorgegp@ult.edu.cu

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Martínez Ramírez, R.: *Sistema de acciones para contribuir al desarrollo de los festivales - deportivos - recreativos en la circunscripción 17 de la comunidad “La Carretera”. Amancio, en Contribuciones a las Ciencias Sociales, junio 2011. www.eumed.net/rev/cccss/12/*

INTRODUCCIÓN

El carácter histórico social del deporte y la recreación permite apreciar cambios que en diferentes etapas del desarrollo han aparecido en respuesta a las exigencias que demanda la sociedad. Durante la etapa revolucionaria el INDER fue creado con ese objetivo y se ha enfrascado en la búsqueda de soluciones de

carácter deportivos –recreativos. Para ello ha fundado escuelas de formación de profesores de Cultura Física, Educación Física y Recreación dotándolos de conocimientos técnicos metodológicos con un alto rigor científico.

La recreación debe preparar al hombre para la vida teniendo en cuenta la realización de diferentes actividades físico – deportivas que ejecutadas en un tiempo libre brindan esparcimiento y distracción a la población, para ello se debe tener en cuenta los gustos y preferencias así como las tradiciones de cada lugar, esta a su vez ofrecen distintas opciones encaminadas a ocupar el tiempo libre de la población entre ellas encontramos, Festivales Deportivos Recreativos , Planes de la Calle, Competencias a Jugar , Exposición Canina , Pesca Deportivas , La Caza , El Turismo , Excursionismo y otras.

Esta tiene como objetivo ocupar el tiempo libre de la población contribuyendo a elevar su cultura, la salud y el bienestar del pueblo, formando valores con el fin de que puedan resolver problemas en la vida diaria tanto en el centro de trabajo como en la comunidad.

Para cumplir este propósito es importante renovar e impulsar el movimiento deportivo en las diferentes instituciones y organizaciones de masa, estudiantiles, laborales y comunitarias, para lograr masificación de la recreación sana y saludable. Por lo que en el logro de este fin asume gran importancia el desarrollo de acciones dirigidas a la creación de hábitos en la práctica sistemática del deporte y la recreación física.

DESARROLLO

En los últimos años se ha incrementado el desarrollo de actividades físico-deportivas convocando a toda la población sin distinción de edades, incitándolo a la práctica sistemática y al conocimiento que deporte es salud, sin embargo la práctica pedagógica de treinta y cinco años en la profesión y en intercambio permanente con la comunidad, organizaciones de masa, instituciones, permitió arribar a las siguientes insuficiencias.

- ❖ Insuficiencia en el trabajo que se desarrolla en el combinado deportivo hacia la creación de hábitos en la práctica sistemática de la recreación.
- ❖ En algunos casos no se tiene un diagnóstico y caracterización adecuada de la comunidad.

- ❖ Inadecuada aplicación del sistema de trabajo dirigido a la práctica masiva del Deporte la Recreación y la Cultura Física que favorezcan a ocupar el tiempo libre de la población.

Con la aplicación del proyecto se tiene como meta a cumplir que los integrantes de la comunidad participen en los Festivales –Deportivos – Recreativos y adquieran un alto nivel en la cultura deportiva dado por el conocimiento obtenido mediante las acciones desarrolladas para elevar la calidad de vida de la población, en los próximos seis meses.

La zona de aplicación del proyecto está ubicada en la circunscripción 17, del Consejo Popular 01 en el Reparto La Carretera, accionando a favor de toda la comunidad, con incidencia en las personas adultas.

Se determinó que para el logro de los objetivos propuestos el tiempo de duración debe oscilar de 4 a 6 meses aproximadamente por el buen desarrollo y efectividad de las acciones planificadas en el proyecto.

El grupo gestor está integrado por el presidente del consejo que estará encargado de viabilizar y garantizar el aseguramiento con todos los factores, técnico, humano y movilizador de la comunidad, así como de las coordinaciones necesarias para el uso de las instalaciones en la realización de las acciones planificadas.

El delegado: Accionará conjuntamente con el grupo comunitario para garantizar la aplicación de cada una de las acciones que aseguren la participación de la comunidad, así como el control y evaluación de los resultados del proyecto.

Representante de la dirección de deporte apoyarán con los profesores y activistas voluntarios el desarrollo de los Festivales- Deportivos- Recreativo así como el apoyo técnico metodológico en la realización de las diferentes manifestaciones que integran el Festival.

La Asociación de combatientes son los encargados del cuidado del orden, la disciplina y el cumplimiento del horario establecido, según cronograma.

Los Promotor de salud también integrarán el proyecto y tiene la responsabilidad del control patológico y el seguimiento sistemático de los integrantes en coordinación con el médico de la familia, la higiene de las áreas seleccionadas, y el medio ambiente.

Los Activistas deportivos tienen la responsabilidad del apoyo, divulgación y preparación de los integrantes de la comunidad para el trabajo de extensión del proyecto.

El Coordinador de los Comité de Defensa de la Revolución y la Federación de Mujeres Cubanas tendrán a su cargo la coordinación de las reuniones comunitarias, la divulgación, así como la organización de los distintos componentes que intervendrán en el proyecto.

Los recursos humanos utilizados son los siguientes: De una población de 400 adultos que se encuentran dentro de las edades de 40 a 60 años se toma una muestra de 60, estos están desglosado de la siguiente forma.

Hombres 25, mujeres 35

De 40 a 50 años 22

De 50 a 60 años 38

Profesores de Recreación y Deporte

Profesores de Educación Física

Representante de la Casa de la Cultura.

Los recursos materiales utilizados son aquellos que se encuentran disponibles en la comunidad donde la población tiene acceso a ellos como: Juegos de mesa, (dominó, ajedrez, dama, parchi, naipes) Pelota, batón, zancos, almohadillas, obstáculos, sogas o cintas, suizas, sillas, mesas, silbatos, cronómetros, señalizaciones.

Para la realización de este trabajo se tuvo en cuenta los siguientes indicadores.

- 1-Conocimiento que demuestran sobre la importancia social que tiene la práctica de ejercicios físicos – recreativos.
- 2- Grado en que manifiestan los intereses por las tradiciones y costumbres en la ejecución de las actividades.
- 3- Nivel de participación en las actividades que se desarrollan en los Festivales – Deportivos -Recreativos

Sistema de acciones

No	Acciones	Objetivo	Resp	Participa	Fecha	Lugar
1	Creación de un archivo para la recopilación de los datos y resultados en el desarrollo del trabajo	Conservar la historia del trabajo deportivo-recreativo de la comunidad	Rolando	CDR FMC	Julio/2010	Cir. /17
2	Reunión con el grupo comunitario	Informar el objetivo del proyecto	Rolando	Representantes	Julio/2010	Cir. /17
3	Charlas educativas	Informar a la población los beneficios que aportan la práctica de actividades físico recreativas	Activistas	Población adulta	Julio/2010	Cir. /17
4	-Conferencia sobre el desarrollo del deporte comunitario en el municipio. - Encuentro con atletas activos y retirados del deporte. -Observación de videos deportivos y películas. -Celebración del día del deporte la cultura física y la recreación.	Fomentar la formación de valores	Rolando	Población adulta	Agost/2010 Sep/2010 Oct/2010 Nov/2010	Cir. /17
5	Desarrollar Festivales-Deportivos-Recreativos	Contribuir a la práctica del deporte y la recreación como componente del desarrollo cultural.	Promotores deportivos	Población Adulta	Mensual	Cir. /17
6	Análisis periódico de los resultados obtenidos en los Festivales desarrollados	Valoración de la efectividad de las acciones propuestas	Represent.	Grupo comunitario	Bimestral	Cir. /17
7	Valoración de la efectividad de los resultados obtenidos en la aplicación de las acciones planificadas en este proyecto.	Valorar resultados	Represent.	Grupo comunitario	Dic/2010	Cir. /17

CONCLUSIONES

De forma general con la aplicación del sistema de acciones comunicativas que tiene este proyecto y con la colaboración de los diferentes factores se han obtenido los siguientes resultados.

- ✓ Aprovechamiento del tiempo libre de la población escogida en el desarrollo de actividades físicas - recreativas.
- ✓ Se elevó la calidad de vida de los participantes.
- ✓ Se ha eliminado la obesidad , sedentarismo, hipertensión , alcoholismo ,y otros vicios dañinos,
- ✓ Aumentó la participación de la población en el desarrollo de las actividades de la Cultura Física el Deporte y la Recreación.
- ✓ Se desarrollaron valores en la personalidad tales como el colectivismo, honestidad, responsabilidad, amor al deporte, el patriotismo.
- ✓ Se rescataron las tradiciones y las costumbres existentes en la comunidad

ANEXOS

Encuesta a los adultos

Objetivo: Determinar los estilos de vida en los adultos de 30-60 años de edad, así como el nivel de conocimiento que tienen de los beneficios que le aportan las actividades físico-recreativas.

Estimado adulto:

Estamos desarrollando un proyecto Deportivo-Recreativo en su circunscripción con el objetivo de mejorar la participación de los adultos en aras de satisfacer tus preferencias y gustos por las actividades físico-recreativas, por lo que es necesario su colaboración en las respuestas a las preguntas de la encuesta que permitirán en gran medida cubrir las necesidades de los adultos en su tiempo libre relacionado con los gustos, preferencias e intereses por las actividades.

1). Edad _____

Sexo _____

2) Participa usted en las actividades físicas recreativas realizadas en la comunidad.

Si _____ No _____ A veces _____

3) ¿Realizas actividades físicas en tu tiempo libre?

Si _____ No _____ A veces _____

4) Las actividades físico-recreativas que realizas en tu tiempo libre; prefieres hacerlas de forma:

- Organizada por profesores o instituciones _____
- Individualmente _____
- Entre adultos _____
- Ambas en determinados momentos _____

5)- Una diversidad de actividades recreativas físicas practicadas de diversas formas que nos gustaría conocer cuales son de su preferencia: (Señale todas las opciones que consideres)

Juegos recreativos diversos _____ Juegos Pasivos _____ Juegos Tradicionales _____ Tiro recreativo _____ Juegos de Fuerza _____ Juegos predeportivos _____ Ejercicios de acondicionamiento físico _____ Guerrillas de baloncesto _____ Minifutbol _____ Béisbol al flojo _____ Softbol a la Piña _____

Señale otras que consideres: _____

6) Existe un grupo de actividades y deportes que se realizan en pleno contacto con la naturaleza. Señale con una cruz (x), las que has practicado en alguna ocasión o practicas. Con dos cruces (xx) las que te gustaría practicar en tu tiempo libre.

Carrera de Orientación _____ Cabuyería _____ Campismo _____

Marcha por pista y señales _____ Turismo deportivo _____ Excursionismo _____

Triatlón turístico _____ Círculos de recreación turística _____ Cicloturismo _____

• Señales otras que sean de su interés y no se encuentren en la lista y les gustaría practicar:

7) De todas las actividades físicas recreativas que se recogen en la encuesta señale en orden de preferencias las cinco que más les gustaría practicar. (Todas las señaladas en las preguntas anteriores)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

8) Existen otras actividades llamadas juegos de mesa, los cuales permiten un adecuado uso del tiempo libre. Señale con una cruz aquellas que sean de su preferencia:

Ajedrez _____ Dama _____ Parchís _____ Dominó _____ Rompecabezas _____

Otros (¿cuáles?) _____

9) Para la práctica de las actividades físico recreativas organizadas en tu tiempo libre en los días de lunes a viernes, ¿cuál sería el horario más factible para ti?

4:20 a 5:30 PM _____ 5:00 a 6:30 PM _____ 5:30 a 7:00 PM _____

6:00 a 7:00 PM _____ Otros que consideres ¿cuál? _____

10) Para la práctica de las actividades físico recreativas organizado en tu tiempo libre en los días sábado y domingo, ¿cuál sería el horario más factible para ti?:

8:00 a 10:00 AM _____ 10:00 a 12:00 AM _____ 12:00 a 2:00

PM _____

2:00 a 4:00 PM _____ 4:00 a 6:00 PM _____

Otros que consideres ¿cuál? _____

11) Conoce usted los beneficios que aportan la práctica de las actividades físico - recreativas para la salud.

Si _____ No _____

12) Has participado en los Festivales-Deportivos-Recreativos desarrollado en tu circunscripción.

Si _____ NO _____ A veces _____

BIBLIOGRAFÍA

AGUILAR, MARÍA JOSÉ. “Como animar a un grupo”. Edit. El Ateneo, México, 1991.

ANDER, EGG EZEQUIEL. “Metodología y práctica del desarrollo de la comunidad” Edit. El Ateneo, México, 1989.

_____ “Modelo de organización y desarrollo de comunidad”. Edit. El Ateneo, México, 1980.

BELLO DÀVILA, ZOE Y JULIO CASALES Psicología General, La Habana, Ed. Félix Varela, 2002.

CASTRO RUZ FIDEL. Selección de pensamiento 1959-2007 Fidel y el deporte: 17 de junio del 2005.

DOBREV D. Y V. GEPRQIEG. Fisiología humana. Medicina y Cultura Física, Sofía, 1989.

DOMÍNGUEZ GARCIA, LAURA. Psicología del desarrollo .Problemas, Principios y Categorías, La Habana, Editorial Félix Varela, 2007.

ESPINOSA GONZÁLEZ L.. Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad. 2004; 41(3):26-31.

FERREIRA MONTERO IJ. Estilo de vida e hipertensión arterial (sitio de Internet) (citado el 23 de junio del 2008) disponible en:

HERNÁNDEZ SAMPIER, ROBERTO. Metodología de la investigación, La Habana, Ed. Félix Varela, 2003.

Internet <http://www.inmedscu.com.mx/especialidades/cardio12.htm>

Internet: <http://www.actividad física.net/actividad-física-definición/html>

MACÍAS REYES, RAFAELA. Historia y Comunidad, Santiago de Cuba, 2000.

MAYO PARRA I. Estudio de los constituyentes personológicos del estilo de vida. La Habana. Universidad de la Habana; 1999. P. 3, 94).

Medidas de calidad de vida en el cuidado de la salud y: la calidad de vida.
México: Editorial fondo de cultura económica; 2000. 2da. Reimpresión.

PARTIDO COMUNISTA DE CUBA. Tesis y Resoluciones. Primer Congreso del
PCC, La Habana, Ed. de Ciencias Sociales, 1975.

PÉREZ ALDO. Se basa en varias épocas para dar su propia conceptualización
basada a la sociedad actual a través de los fundamentos teóricos de la
recreación física (2008).

RAMOS RODRÍGUEZ A: 2001 Las necesidades físicas recreativas en los
consejos populares, taller nacional gestión técnica y medio ambiente.

RODRÍGUEZ MARÍN J. Promoción de la salud y prevención de la enfermedad;
estilos de vida y salud. Madrid: síntesis; 1995.

TORRES DE DIEGO, M. J. Fidel y el deporte. Selección de pensamientos 1959-
2006, La Habana, Editorial Deportes, 2006.