

**FACULTAD DE CULTURA FÍSICA**  
**“NANCY URANGA ROMAGOZA”**  
**PINAR DEL RÍO**

**TÍTULO:** Ocupación del tiempo libre en los jóvenes en edades de 16-18 años del Consejo Popular “Ceferino Fernández” en el municipio Pinar del Río.

**AUTOR:** Lic. Yoel Álvarez Rodríguez.

**SINTESIS CURRICULAR**

Nació en 1981 en Consolación del Sur, en la actualidad se desempeña como Profesor de Formación Integral en la EIDE (Ormani Arenado) y Secretario General de la UJC en dicho centro.

**RESUMEN**

Las personas necesitan cada vez más de estos servicios a la vez que se convierten en una necesidad, no solo, en nuestro pueblo sino en todo el mundo, para lograr estos objetivos se hace necesaria una correcta planificación que responda a los intereses recreativos, teniendo en cuenta que proporciona. Desarrollo multifacético, en los niños jóvenes y adultos.

Cuba se ha propuesto ser el país más culto del planeta y para ello, el trabajo con la cultura es primordial, así como el trabajo ideológico, artístico, deportivo y de educación general e integral, respondiendo como siempre a los intereses de la sociedad, para así contribuir a aumentar los niveles de calidad de vida.

La persona es sin discusión el elemento principal de la sociedad y sobre todo en un sistema socialista como el nuestro, que se articula activamente a esta, cargando con las necesidades, expectativas e intereses que tienen, y que intenta satisfacer con la vivencia de actividades.

En este proceso el área de recursos humanos y específicamente la de Bienestar Social, han de dedicar esfuerzos encaminados a la comprensión y estructuración de modos de generar satisfacciones de las necesidades humanas, de las

motivaciones de las personas, la disminución de la rutina, las actividades fuera del entorno laboral, los planes de beneficio social y la búsqueda de factores estimulantes en el trabajo y la comunidad, aspectos que han constituido dentro del campo de la salud ocupacional como factores de riesgo biopsicosocial en las organizaciones y el conocimiento de la psicología del ser humano

## **INTRODUCCIÓN**

Tras la organización del movimiento deportivo cubano, teniendo como premisa fundamental el más profundo sentimiento humanístico como caracteriza a nuestra Revolución, llevando la Cultura Física y el deporte a los rincones más intrincados de nuestra geografía y con la misión de proporcionar felicidad y calidad de vida a nuestra población sabiendo todos que estos servicios son un derecho del pueblo.

Demográficamente hacemos referencia al consejo popular "Ceferino Fernández" fundado en el año 1963 y ubicado en el Km. 1 calzada de la Coloma en la zona sur del municipio de Pinar del Río de la provincia que lleva el mismo nombre, ubicándonos en la población correspondiente al CMF 31 ubicado en la calle a entre Ave. Rafael Ferro y Calle 2. Reparto Ceferino Fernández, el cual cuenta con una población de 784 habitantes, de estos de 16 a 18 años tenemos 92 jóvenes. Podemos decir que la comunidad cuenta con pocos recursos para desarrollar la problemática que nos ocupa, cuenta con un área deportiva en deterioro y muy pocos implementos deportivos, sería importante contar con mejoras en este sentido.

Los ejercicios físicos con fines terapéuticos se emplean desde la antigüedad, la cultura física terapéutica como medicina independiente que implica sus medios en la curación de enfermedades y trastornos de la conducta así como la recuperación de la capacidad de trabajo. El principal medio que emplea la CFT como estimulador esencial funciones vitales de organismo son los ejercicios físicos, estos diferencian a la misma de los demás métodos terapéuticos.

Teniendo en cuenta todo lo antes expuesto nos planteamos como **Problema de investigación:** el siguiente; ¿Cómo contribuir a la ocupación del tiempo libre de

los jóvenes de 16-18 años del Consultorio Medico Familiar tipo 1 numero 31 del Consejo Popular “Ceferino Fernández” en el municipio Pinar del Río?

El **Objeto de estudio** es: El proceso de recreación comunitaria.

**Campo de acción:** La ocupación del tiempo, en el proceso de recreación comunitaria, de la población de 16 -18 años.

Siendo nuestro **Objetivo:** Proponer un conjunto de actividades deportivas – recreativas para contribuir a la ocupación del tiempo libre en la recreación comunitaria, de los jóvenes de 16-18 años del Consultorio medico familiar tipo 1 #31 del Consejo Popular Ceferino Fernández del municipio Pinar del Río.

**Pertinencia social:** Es pertinente porque logra reincorporar a los jóvenes a la practica de deportes, tareas recreativas de forma sistemática en la comunidad, los que se encontraban ocupando su tiempo libre en la realizaron de actividades que no se corresponden con las normas sociales de nuestra comunidad.

**Novedad científica:** El trabajo trata por primera vez una problemática que afecta el comportamiento normal de los jóvenes de 16-18 en la comunidad objeto de la investigación relacionando con la correcta utilización del tiempo libe de que ellos disponen.

**Actualidad científica:** Encaminada a resolver una situación social con carácter muy especial, que esta afectando el comportamiento de jóvenes en un grupo de edad básica para el desarrollo de la sociedad socialista, que exige un estudio sobre la base de métodos científicos.

**Preguntas científicas:**

- 1- ¿Qué antecedentes teóricos existen sobre la ocupación el tiempo libre en la recreación comunitaria, de los jóvenes, en el ámbito nacional e internacional?
- 2- ¿Cuáles son los modos de ocupar el tiempo libre y los principales interese recreativos de años del Consultorio medico familiar tipo 1 #31 del consejo popular Ceferino Fernández del municipio Pinar del Río?
- 3- ¿Qué actividades deportivas – recreativas se pudieran ofertar para contribuir a la ocupación del tiempo libre, en la recreación comunitaria, de

los jóvenes de 16-18 años del Consultorio médico familiar tipo 1 #31 del consejo popular Ceferino Fernández del municipio Pinar del Río?

- 4- ¿Cómo valorar el conjunto de actividades deportivas –recreativas que contribuyan a la ocupación del tiempo libre, en recreación comunitaria, de los de 16-18 años del Consultorio médico familiar tipo 1 # 31 del consejo popular Ceferino Fernández del municipio Pinar del Río?

### **Tareas:**

- 1-Estudio inicial de los antecedentes teóricos sobre la ocupación del tiempo libre en la recreación comunitaria, de los jóvenes en Cuba y el Mundo.
- 2-Diagnóstico de los intereses deportivos –recreativos para ocupar el tiempo libre de los jóvenes de 16-18 años del Consultorio médico familiar tipo 1 #31 del consejo popular Ceferino Fernández del municipio Pinar del Río
- 3- Diseño de una propuesta de actividades deportivas – recreativas para contribuir a la ocupación del tiempo libre en la recreación comunitaria, de los jóvenes de 16-18 años del Consultorio médico familiar tipo 1 #31 del consejo popular Ceferino Fernández del municipio Pinar del Río
- 4- Valoración del conjunto de actividades deportivas – recreativas que contribuyen a la ocupación del tiempo, en la recreación comunitaria, de los jóvenes de 16-18 años del Consultorio médico familiar tipo 1 #31 del consejo popular Ceferino Fernández del municipio Pinar del Río.

### **Métodos teóricos y empíricos.**

Métodos teóricos: Análisis síntesis, Histórico lógico, Inductivo deductivo.

Métodos empíricos: Observación, encuesta, entrevista, consultas con especialistas.

Método estadístico.

### **Definiciones de términos.**

- 1) **Joven:** Persona que está en la juventud cuya edad sitúa entre la infancia y la edad adulta, caracterizados por energía, vigor, frescura.

- 2) **Grupo:** Según Barriga 1982. Conjunto de personas que se relacionan entre si de modo directo.
- 3) **Comunidad:** Según Rappaport 1980 .Es un grupo social de cualquier tamaño cuyos miembros residen en una localidad específica tiene una herencia cultural e histórica común y comparten características e intereses comunes.

Después de más de una década de utilización de los combinados deportivos, actualmente escuelas Comunitarias, cuyo encargo social es el de educar en los aspectos físicos, deportivos, terapéuticos y recreativos para lograr la educación integral y cultural de los pobladores de una comunidad, se hace necesario estudiar y rediseñar los programas que tienen a su cargo la ocupación del tiempo libre, el esparcimiento y el ocio de estas personas, para contribuir a su calidad de vida.

Recreación es un término al que se da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamo recreo entre dos materias u horas de clase, en el que se permitía a los alumnos jugar o descansar, reponiéndose del esfuerzo de concentración requerida por estudio. Para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso.

Otra definición bastante conocida por englobar los principales aspectos que los diferentes autores incluyen en múltiples definiciones es la del profesor norteamericano Harry A. Ovestrut quien plantea que: " La recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psicológicas –espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización ".

Una aceptable y completa definición fue elaborado en Argentina durante una convención realizada en 1967, definición que plantea:

### **Características socio-psicológicas de la recreación.**

Entre las principales características socio-psicológicas de la recreación en todas sus formas, están las siguientes:

1-Las personas realizan las actividades recreativas por si misma; libres de cualquier o compulsión externa.

2-Las actividades recreativas brindan a los participantes satisfacción inmediata.

3-El elemento esencial de la recreación no esta en los resultados, sino en el disfrute a través de la participación.

4-La recreación es una forma de participación en la que el hombre siente lo que hace y hace lo que siente como expresión de una necesidad que se satisface.

### **El tiempo libre, su importancia social y su relación con la recreación.**

Como sabemos el tiempo libre (TL) es uno de los elementos constituyentes de la recreación (espacio, actividad y necesidad) Sin embargo por su importancia lo vamos a estudiar mucho más que los otros aspectos.

Para determinar las actividades en el tiempo libre en español no existe un término que encierra el contenido de dichas expresiones.

La calidad de la vida y la creación de un estilo de vida en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas –físicas fortalecen la salud 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 en otras esferas de la recreación.

Sobre la base de estos fundamentos es que resulta muy objetiva conveniente la instrucción de dos concepciones de trabajo:

-Cultura del tiempo libre.

-Formación y educación para el tiempo libre.

-La cultura del tiempo libre.

Las características más importantes de la actividad de tiempo libre desde el punto de vista de la formación de los rasgos sociales es que ejercen una acción formativa indirecta 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 como transmiten de manera emocional recreativa a informaciones de contenido mucho

más diverso que las que se transmiten en el mismo tiempo por el sistema de enseñanza.

Esta pedagogía, que constituye una alternativa estratégica esta ligada a la función educativa que posee el tiempo libre, pues de acuerdo con el psicólogo francés Dumazedier " la sociedad técnica produce nuevas necesidades de educación durante el tiempo libre: La organización de las actividades del ocio se convierte en una de las claves del progreso de la educación popular y por medio de las actividades recreativas, el individuo puede adquirir conocimientos y desarrollar las capacidades motrices, intelectuales y socio efectivas que permiten su mejor desarrollo.

### **La ocupación del tiempo libre de los jóvenes.**

La recreación Física cumple funciones objetivas biológicas y sociales en los jóvenes. Entre las del mercado carácter biológico tenemos:

- ❖ Regeneración del gasto de fuerza mediante la recreación activa
- ❖ Compensación del déficit de movimiento (falte de actividad muscular dinámica), en el desarrollo normal de la vida.
- ❖ Optimación de las funciones físicas fundamentales, es decir aumento del nivel de rendimiento físico.

### **CONCLUSIONES**

Es evidente que el concepto de recreación física y tiempo libre ha sido establecido por diferentes autores y cada uno de ellos considera un grupo de principios, condiciones, motivaciones, determinadas por las condiciones sociales, psicológicas y etarias.

- 1- Cada individuo tiene un modo particular ajustado a sus necesidades, de emplear el tiempo libre. Sin embargo en las investigaciones sociológicas realizadas han definido operativamente a los jóvenes como el grupo social de mayor vulnerabilidad en una comunidad.

2- Al diseñar las actividades recreativas para el tiempo libre se debe tener en cuenta principios, los cuales harán de estas opciones efectivas y garantizaran el desarrollo integral de la comunidad.

## **BIBLIOGRAFÍA.**

Barroso de Urrutia Lourdes, (Compilación). Selección de Lectura sociología y trabajo social aplicado.

Barriéntos, Julio, Giovanni (2005) Propuesta de Programación Recreativo Físico Deportiva, para escuelas y Barrios Urbanos Marginales del Departamento de Chiquimula Guatemala, Trabajo de Diploma, Facultad de Cultura Física de Pinar del Río, Junio del 2005.

Caivano, F. (1987) El ocio .En Toni Puig (drto) Cultura y Ocio. Estúdio de Project Jove de Barcelona, Ayuntamiento, PP.373-389.

Colectivo de Autores Rusos (1988) Psicología .Ciudad de la Habana Editorial-Deporte 2006.Edición, Manolo L Granada.

Colectivo de Autores. Psicología para educadores. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, 2001.

Denies Esquivel, Wilfredo, Coguilera Casariego Carlos A, y Gasparico Riquelme, Edición Interior: Corpografic, Guatemala200.

Dumazedier, J (1971) Realidades del ocio e ideologías .En J Duma Zedier y otros, ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella

Dumazedier,J (1988) Revolution Culturelle du temps libre .Paris :Meri Diens Klincksieck.

ENCARTA 2006.

García, C, Julia de la C(s/a) Estudio sobre el comportamiento actual de la recreación de los Consejos Populares.



## **ANEXOS**

### ***Guía de entrevistas***

Nombre: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo M \_\_\_\_\_ F \_\_\_\_\_

Ocupación \_\_\_\_\_

Estado Civil \_\_\_\_\_

¿Qué actividades se oferta a los jóvenes de la circunscripción .

---

¿Con qué frecuencia se realizan?

Semanal \_\_\_\_\_ Mensual \_\_\_\_\_

Ocasional \_\_\_\_\_

Ocasional \_\_\_\_\_

¿Dominan ustedes programas de actividades deportivas recreativas en la Comunidad?

---

---

¿Qué elementos tienen en cuenta a la hora de programar y ofertar las actividades deportivas recreativas?

---

---

¿Qué actividades predominan? Recreativas deportivas, culturales o recreativas pasivas.

### ***Encuesta***

Edad \_\_\_\_\_

Sexo: M \_\_\_\_\_ F \_\_\_\_\_

Ocupación: \_\_\_\_\_

Estado Civil \_\_\_\_\_

1-¿Conoce usted las actividades deportivas que se mencionan a continuación usted participa?

2-¿En cuáles de las actividades que se mencionan a continuación usted participa?

Actividades

Participación

---

Planes de calle

Torneos deportivos populares.

Festivales deportivos Recreativos

Juegos de mesa deporte

Deporte de combate

Gimnasia G.M.A de salón.

3-¿Con qué frecuencia realiza usted estas actividades?

Semanal \_\_\_\_\_ Mensual \_\_\_\_\_ Ocasional \_\_\_\_\_

4-¿Esta usted satisfecho?

En cuanto a: Diversidad y ofertas de actividades.

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ ¿Por qué? \_\_\_\_\_

5-Según su criterio ¿Cómo valora usted el trabajo de los directivos del Consejo Popular de la comunidad en la recreación?

B \_\_\_\_\_ R \_\_\_\_\_ M \_\_\_\_\_

6-¿Qué actividades prefiere realizar?

---

---