

**LA PRÁCTICA RECREATIVA, UNA SOLUCIÓN PARA OCUPAR EL TIEMPO LIBRE EN LOS JÓVENES DE 19 A 21 AÑOS DE LA COMUNIDAD SAN BLAS.****Lic. Carlos Manuel Sanz. Amador**

---

**RESUMEN:**

En la comunidad San Blas, del consejo popular San Diego de Núñez en el municipio Bahía Honda, se ha detectado el siguiente problema ¿Cómo ocupar el tiempo libre en los jóvenes de 19 a 21 años de la comunidad? La propuesta diseñada consiste en actividades para elevar las opciones recreativas en ella.

Los resultados han sido de mucho valor para los profesores de recreación que atienden zonas con características semejantes ya que les permite incrementar las opciones recreativas en estos lugares y hacer más placentera la vida de estas personas. En el trabajo se utilizaron una serie de métodos investigativos teóricos, empíricos y estadísticos así como técnicas que posibilitaron los resultados.

Durante la primera etapa se realizó la revisión bibliográfica acerca del tema, seguidamente se determinaron y aplicaron técnicas de investigación para el diagnóstico inicial que corroboró la existencia del problema en la comunidad. En la segunda etapa se diseñó una propuesta de actividades que pudiera dar solución a dicho problema y se volvieron a aplicar técnicas que permitieran constatar la solución de la situación creada.

Los profesores de recreación ven en este trabajo una importante referencia teórica que le permite fortalecer el trabajo de recreación en la comunidad.

---

La recreación física, como medio para el desarrollo humano, es entendida desde un punto de vista que incluye tanto el desarrollo personal como el comunitario y el social. Actualmente se tienen dos visiones diferentes de este fenómeno, primero como una necesidad motivada por el cansancio y la fatiga propios del trabajo o la escuela, hasta la necesidad en sí misma. En este último, se parte de las ganancias de la experiencia intensa, vital y procesal; de la experiencia situada en un contexto con sentido y un tiempo del que se tiene conciencia de duración, proceso que se inicia y se completa.

Igualmente se considera una actividad a través de la cual se puede experimentar y disfrutar el tiempo libre, pero también se percibe como una institución organizada con fines sociales, que genera beneficios sociales, personales y que tiene derecho a recibir un respaldo estatal, es un medio para lograr un fin y puede justificarse racionalmente.

La recreación se considera una condición, en ocasiones definida como un estado del ser, una disposición de ánimo o una cualidad de la experiencia, que se distingue por la libertad que percibe el individuo para actuar, se trata de algo placentero, que está motivado intrínsecamente, puesto que constituye un fin en sí mismo y es valioso de por sí, aunque no quiere decir que lo que el individuo elige es necesariamente aprobado o "sano"; y puede estar en todos los tiempos y espacios del sujeto.

Según Aldo Pérez Sánchez "La recreación proporciona un medio para estimular el crecimiento y la transformación personal positiva aunque se deba considerar que tanto personas o grupos pueden asumir alternativas y prácticas que no necesariamente conducen a consecuencias negativas o que puede ser utilizado como instrumento para perpetuar valores inequitativos. Una recreación orientada al desarrollo humano, es un satisfactor de las necesidades humanas, de autonomía, competencia, de expresión personal e interacción social dentro del entorno del individuo.

Sin embargo la recreación no contribuirá al desarrollo humano en ausencia de una dimensión moral y ética sostenible, por lo tanto, como se dijo, hay que tener en cuenta que la recreación reproduce muy diversos valores y expresiones que son consecuentes con una sociedad sostenible, por lo tanto, se deben combinar con los valores sociales que sustentan la equidad, y que contradigan aquellos que no propician un desarrollo humano desde las identidades personales y sociales, fomentando que éstas se construyan desde posturas éticas mínimas, ínter subjetivas y racionales<sup>1</sup>.

Es por todo esto que al triunfo de la Revolución, se inicia una nueva etapa en la vida de nuestro pueblo, se comienzan a suceder las leyes revolucionarias que

---

1 Pérez Sánchez, Aldo(2003) *Recreación: Fundamentos teóricos y metodológicos* p15-28

traen las reivindicaciones señaladas en el Programa del Moncada. Hay un Estado del pueblo y para el pueblo.

Desde este inicio comienza la preocupación del Estado por dar atención al pueblo a través de la recreación como vía o forma sana de ocupar el tiempo libre<sup>2</sup>.

Teniendo en cuenta lo anterior se consideró encausar la investigación en este aspecto vinculándolo a una comunidad del Plan Turquino que se encuentra apartada y donde las instituciones son escasas para brindar una recreación sana y es el técnico de recreación el encargado de hacerlo con la calidad y variedad que el pueblo necesita para lo que se plantea el siguiente problema científico: ¿Cómo ocupar el tiempo libre en los jóvenes de 19 a 21 años de la circunscripción de San Blas del Consejo Popular de San Diego; del municipio de Bahía Honda?

Debido a que la recreación es un programa priorizado, el único que trabaja por proyectos integradores dentro del Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER) y siendo los demás programas los que tributan a él para involucrar a la mayoría de la población de un territorio, se escogió entonces este tema para realizar la presente investigación, pues teniendo este programa tanta importancia existen pocas investigaciones sobre el tema en el municipio, aunque existe un programa que orienta de forma general a los profesores de recreación pero no es suficiente lo que en él se recoge y no ofrece una información completa para que puedan enriquecer los proyectos integradores que se realizan a nivel de consejo popular, no existe, además, bibliografía que permita profundizar en la preparación de los profesores y que brinde una muestra de las actividades que se pueden realizar mientras que las que se presentan en este trabajo son específicas para las zonas de Plan Turquino ya que la comunidad escogida y el consejo popular se encuentran dentro de este plan que tiene características muy particulares.

La presente investigación es descriptiva explicativa, vinculada al desarrollo sociocultural de los jóvenes de la circunscripción San Blas fundamentada en las categorías y principios propios del materialismo filosófico marxista como base metodológica que define el uso de los métodos científicos generales, basados en

---

<sup>2</sup> Dirección Nacional de Recreación: *Algunos aspectos de la historicidad de la recreación en Cuba*

el método dialéctico. Este estudio toma como principal a la investigación cualitativa, utiliza además aspectos de la investigación cuantitativa en la medida que le es necesario.

La población indirecta asume todos los habitantes de la circunscripción San Blas integrada por 970 habitantes.

La unidad de análisis son los 84 jóvenes de 19 a 21 años de la misma mientras que la muestra consistirá en 44 jóvenes de la Circunscripción San Blas que representan el 50 de la unidad de análisis.

El tipo de muestra que se utilizara es intencional ya que la elección fue recogida de la circunscripción objeto de estudio.

La palabra recreación se escucha hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quién la identifique de diferentes formas, sobre la base de la multiplicidad de intereses que en el mundo moderno pueden dar paso a formas de recreación. Por eso en muchas ocasiones ocurre que lo que para unos es recreación, para otros no lo es; por ejemplo, el cuidado de los jardines para algunos resulta una actividad recreativa y para otros constituye su trabajo. Muchas veces la palabra en su contenido se confunde con juegos, sin embargo, la primera es más amplia que la segunda, aunque desde el punto de vista de sus fundamentos, la recreación para los adultos es equivalente al juego de los niños.

Siguiendo a Johann Huisinga y otros autores, se puede establecer que el vuelco de una persona a una actividad recreativa de cualquier naturaleza, se encuadrará dentro de las formas de juego.

Recreación es un término al que se da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamó recreo al lapso 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 el estudio. Para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso. Puede que la recreación esté 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.

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 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 que, junto con los cambios socioeconómicos que se producirían, se establezca como una necesidad determinante en los hombres.

La función de la recreación —palabra que comenzó a usarse por aquel tiempo— era lograr la regeneración de las fuerzas gastadas en el trabajo, esto es la regeneración de las energías empleadas, de tal manera que el hombre se sintiera restablecido o recuperado, quedando en condiciones para iniciar sus tareas laborales. Pero este propósito, considerado desde el punto de vista de la actualidad, equivale a reducir al hombre a "homo faber", es decir, a puro funcionario, que necesita pausas de descanso tan solo para poder seguir produciendo sin dificultades.

Considerando el término desde la perspectiva pedagógica de estos días tiene, por cierto, un significado más amplio. Se le considera como una actitud o estado de ánimo para emprender nuevas actividades que impliquen experiencias enriquecedoras, un sistema de vida para ocupar positivamente las horas libres y una fase importante del proceso educativo total.

A continuación se presentan varias actividades para la recreación de connotación práctica y ejecutiva que la separa del criterio de tiempo libre con el que a veces se mezcla.

#### **Propuesta de actividades físico -recreativas**

<b>No.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Lugar</b>	<b>Mañana</b>	<b>Tarde</b>	<b>Noche</b>	<b>Frecuencia</b>
1	Maratón Popular.	Circunscripción	x			Semestral
2	Festival Recreativo	Circunscripción	x	x		Mensual

3	Ciclismo Popular.	Desde el pueblo de montaña hasta el parque de bahía honda	x			Mensual
4	Torneos de béisbol	Área de béisbol terreno de béisbol	x	x		Mensual
5	Campeonato de fútbol.	terreno de fútbol	x	x		Mensual
6	Campeonato de Voleibol.	Terreno rustico	x	x		Semanal
7	Festival de juegos tradicionales y populares.	Áreas recreativas	x	x		Semanal
9	Planes de la calle.	Áreas recreativas	x			Semanal
10	Actividades culturales.	Áreas de festejo			x	Semanal o Mensual
11	Juegos de Domino y de mesas	CDR. zonas aledañas	x	x		Diarios
12	Música grabada y competencia de baile.	Áreas de la circunscripción o en ranchos		x	x	Mensual
13	Competencias de juegos de ocasión	Parque y zonas aledañas	x	x		Diarios

Luego de aplicar este conjunto de actividades en la comunidad San Blas se llegó a las siguientes conclusiones:

1. Existen antecedentes históricos y metodológicos relacionados con la recreación comunitaria que ayudaron a determinar la necesidad de incrementar las opciones recreativas en la Comunidad San Blas del Consejo popular San Diego de Núñez.
2. Existen pocas opciones recreativas en la comunidad San Blas del Consejo popular San Diego de Núñez para los habitantes comprendidos entre 19 y 21 años por lo que se hace necesario aplicar actividades como las enumeradas teniendo en cuenta las características de la zona y de sus pobladores.