

PLAN DE ACCIONES BASADO EN EL CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE LOS EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS PARA MEJORAR LA INCORPORACIÓN DE LOS NIÑOS DE 10-12 AÑOS A LAS ACTIVIDADES DEPORTIVO-RECREATIVAS EN EL CONSEJO POPULAR “COMANDANTE PINARES” DEL MUNICIPIO PINAR DEL RÍO.

Lic. Yonimiler García Piñera.

RESUMEN:

El presente trabajo tiene como objetivo proponer un plan de acciones basado en el cuidado y mantenimiento de los equipamientos deportivos para mejorar la incorporación de los niños de 10-12 años a las actividades deportivo-recreativas en el Consejo Popular “Comandante Pinares” del municipio Pinar del Río. El mismo se está realizando desde el mes de enero del 2010 y su propósito es llevar a vías de hecho un grupo de acciones basado en el cuidado y mantenimiento de los equipamientos deportivos que incrementen la participación de los niños a las actividades deportivo-recreativas.

El estudio se inició con la observación a las actividades deportivo-recreativas; también se aplicó encuestas para conocer el grado de satisfacción recreativa de los niños de la referida comunidad y las condiciones de los equipamientos deportivos, las que mostraron el mal estado para su uso, aspecto negativo para la motivación e incorporación de niños a las actividades deportivo-recreativas. En el desarrollo de la investigación empleamos métodos empíricos, teóricos y estadísticos.

Desde el propio inicio del proceso revolucionario constituye una realidad los esfuerzos que este ha realizado y realiza en favor del desarrollo deportivo cubano, donde se han ejecutado importantes planes de construcciones de equipamientos deportivos – recreativos de todo tipo, ya sea de manera reglamentada o rústica, siempre con el objetivo de extender la práctica de la actividad física desde el centro de las ciudades a los lugares más intrincados del país.

También con el desarrollo de la educación cubana y el perfeccionamiento de los

Programas de Educación Física, se han construido diversos equipamientos deportivos que han venido a ampliar las posibilidades para la masificación de la actividad física y el deporte. Esto ha posibilitado acercar la práctica de actividades deportivo-recreativas a la comunidad, pues al construir los equipamientos deportivos en las Escuelas de Educación Física, se logra un acercamiento de los practicantes de la comunidad a las actividades que se desarrollan precisamente en estos centros, lo que busca lograr un mayor uso y explotación de los equipamientos para las actividades deportivo-recreativas.

Por otra parte, diversos autores han abordado esta temática a nivel mundial y dentro de Cuba el profesor Jesús Ignacio Benítez Llanes ha profundizado en aspectos teóricos y prácticos en relación a esta temática. En su Tesis Doctoral en el 2007, realiza una descripción de los principales términos utilizados (soportes físicos, equipamientos deportivos, facilidades deportivas, catedrales del siglo XXI, instalaciones deportivas, entre otras).

En reciprocidad con el diccionario de la Real Academia Española, “equipamiento: es el efecto y la acción de equipar, es decir, proveer a alguien de las cosas necesarias para un uso particular”. Del mismo modo la Red Colombiana de Información Estadística (COLOMBIESTAD), define al equipamiento como “el conjunto de espacios y edificaciones predominantemente de uso público destinado a la práctica deportiva”.

A lo largo de los años, donde un número elevado de especialistas ha profundizado, en el marco de esta investigación para referirse a los equipamientos deportivos se asume el término equipamientos para la actividad deportivo-recreativa, la cual podemos definir como “Aquellas superficies edificadas o acondicionadas, que permiten las actividades deportivo-recreativas en sus diversas manifestaciones, ya sea de manera independiente o simultánea, con el auxilio de sus aditamentos e implementos deportivos”

Cuando hablamos de equipamientos para la actividad deportivo-recreativa debemos tener presente que estos deben tener las condiciones indispensables para que las actividades deportivas-recreativas se realicen con la calidad requerida logrando de esta forma que los practicantes se sientan motivados y a la vez estimulados a que continúen

utilizando estos Equipamientos para las Actividades Deportivo-Recreativas, lo cual trae consigo mas calidad de vida, menos enfermedades, mayor aprovechamiento del tiempo libre y más habilidades físicas.

Diversas investigaciones realizadas por White (1970), Gardner (1977) y Spitz (1977), destacan los efectos negativos que provocan los espacios reducidos y faltos de estimulación en el desarrollo psicomotor del niño. A su vez estudios realizados por Cratty (1986) y Ruiz Pérez (1987) reconocen que un medio enriquecido tiene efecto positivo sobre el desarrollo físico y psicomotor del niño, lo que indica que según el entorno en que vivan las personas así deberá ser su comportamiento futuro. No obstante García Ferrando, M. (2000) reconoce que “en la medida que se incrementa el número de instalaciones deportivas y que el acceso al deporte se va convirtiendo en una necesidad real para gran parte de la población, el espacio va siendo un bien cada vez más escaso que es necesario regular, ya que la población crece, las necesidades sociales aumentan y se diversifican y en cambio el espacio siempre es el mismo” ⁽¹⁷⁾.

Pero de lo que se trata es de aprovechar al máximo el espacio en función del desarrollo físico y la salud de la población en general. Sin embargo, son abundantes los ejemplos de países desarrollados que no regulan el espacio deportivo, solicitan una sede olímpica, un mundial, un panamericano, centroamericano u otra competencia de envergadura. Argumentan un gran amor por el deporte, afán en difundir las actividades físico-deportivas y deseos de incrementar la recreación de los pueblos y la salud del hombre, cuando sus verdaderos intereses son percibir las numerosas ventajas económicas que generan la práctica y el espectáculo deportivo.

Dadas las realidades anteriores y teniendo en cuenta la creciente importancia para el hombre de la práctica de las actividades físico-deportivas, es necesario tener muy presentes los razonamientos de Ferrer Real, Gabriel (1998) cuando expresó. “Todos estamos conscientes de que el deporte es, seguramente, la faceta de la actividad humana que mayor crecimiento ha tenido en estas últimas décadas. El deporte se ha incorporado a los hábitos cotidianos de los ciudadanos contemporáneos y es una de las actividades de ocio a las que más tiempo se le dedica. Además, como sector económico, le disputa las cifras de negocio a los sectores tradicionales, como el

automóvil, o a los emergentes, como la informática. Es, sin duda, el fenómeno cultural más importante con el que el hombre va a iniciar el próximo siglo” (18).

Las actividades físico-recreativas constituyen acciones de socialización que tienden a crear vínculos entre los participantes, produciéndose un proceso de identificación entre sí y a la vez con el entorno, contribuyendo también el mejor disfrute y conocimiento de la oferta, recreativa y en consecuencia, aumentando el nivel, de la satisfacción de los niños de las expectativas individuales y la integración social cuando programemos actividades físico-recreativas, tenemos que tener muy presente los aspectos que permitan sostener este enfoque, ya que la función principal de cualquiera de estas actividades es lograr junto a la más elevada y plena participación, la elevada y plena satisfacción.

El conjunto de actividades físico-recreativas reviste una gran importancia social ya que no solo juega un rol recreativo sino también educativo, desde el punto de vista recreativo permite la utilización del tiempo libre de una forma sana para toda la población dentro del Consejo brinda la posibilidad muchas veces lejanas a trabajadores y amas de casa de poder realizar ejercicios físicos que contribuyan de esta forma a la salud y al bienestar espiritual y la posibilidad de satisfacer sus necesidades recreativas con actividades plenamente organizadas y planificadas.

En nuestra investigación nos referiremos fundamentalmente a las actividades físico-recreativas, las cuales revisten gran importancia en la sociedad cubana actual. Podemos decir que la recreación, como fenómeno sociocultural en las condiciones sociales actuales tiene que ser planificada, y debe cumplir con los objetivos de la sociedad. En nuestro país el desarrollo institucional sigue el orden del desarrollo social actual, teniendo en cuenta los objetivos del fenómeno recreativo, definido por:

- ❖ La realidad objetiva de cada lugar.
- ❖ Los organismos inherentes a esta actividad.
- ❖ La política nacional de desarrollo.

Se conoce como actividades físico-recreativas a todas aquellas acciones de carácter físico, deportivo o turístico a las cuales el hombre practica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual. Estas se

caracterizan por: Realizarse libre y espontáneamente, con libertad para su elección, con un clima y una actitud donde predomine la alegría y el entusiasmo. Permiten el aprendizaje de habilidades, teniendo como objetivo principal la satisfacción de necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final, salud y alegría.

Lo más positivo de estas es que las personas y los gobiernos se dieron cuenta de que el ejercicio físico controlado es bueno para la salud. Por eso la educación física se convirtió en una asignatura en las escuelas, y los seres humanos decidieron que sería una magnífica idea dedicar parte de su tiempo libre a realizar actividades físico-recreativas y a la práctica del deporte.

Al planificar actividades físico-recreativas dirigidas a la ocupación del tiempo libre, es importante tener en cuenta las edades con que se va a trabajar, lo que permitirá seleccionar las ofertas de forma más adecuadas. A los niños seleccionados para el presente trabajo dentro de las actividades recreativas que se le ofertan y que son preferidas por ellos se encuentran los juegos. Mediante estos, se pueden estructurar las relaciones humanas. El juego es un factor de permanente activación, es placentero, divertido, espontáneo y voluntario. Los juegos desarrollan la creatividad, los sentimientos de júbilos y el hábito de estar a gusto, permiten expresar espontáneamente las emociones, descubriendo aptitudes y ejercitando habilidades.

Plantea A.V. Petrovsky (1980). "En la edad escolar menor la asimilación de lo nuevo está vinculada en grado considerable a la significación de la actividad de estudio y asimismo, al desarrollo de los intereses cognoscitivos, es importante formar en el niño el interés por el estudio , de modo que ello incluya la tendencia al estudio, el saber controlarse, la ampliación de conocimientos, su habilidad , la evaluación de sus propios logros, en el proceso del estudio, al niño debe parecerle significativo e interesante el conocimiento de lo nuevo".

Los niños deben comprender las particularidades del nuevo problema comparándolo con los que ya han venido realizando antes, y entender las particularidades de la nueva acción como medio de su resolución. Solo en tal caso la asimilación de las nuevas

acciones, especialmente la asimilación de las operaciones con signos, será consciente y sensata.

Por los resultados de muchas investigaciones psicológicas y pedagógicas se ha demostrado que el método más efectivo de transmisión del nuevo contenido es aquel en el que el contenido en cuestión se separa especialmente para el niño y se fija por medio de la modelación. De este modo se asimila en forma generalizada abstracta, y luego se emplea en las condiciones concretas. Esta vía de la enseñanza es especialmente importante en la asimilación del contenido que no se descubre directamente en los objetivos concretos, esto es en la asimilación de los conocimientos teóricos, propiamente científicos.

En el *Programa del 1er Ciclo*, Trujillo Tardío, Oscar y colectivo de autores (2001) plantean que “La etapa de la vida, desde los 7 hasta los 11 años, se conoce como etapa o edad escolar ya que la actividad docente ocupa el centro de la vida del niño”. La percepción, la memoria, el pensamiento, el lenguaje, la imaginación son procesos de gran importancia para la actividad de aprendizaje del niño y que al mismo tiempo se desarrollan en el proceso de asimilación de la experiencia.

En el transcurso del juego los niños no solo corren, saltan, disfrutan y esto es muy importante para su desarrollo, se comunican, interactúan y cuando participan en juegos de roles posibilitan que el profesor aprecie la forma en que reflejan las relaciones que se dan entre las personas que los rodean en el medio social y familiar en que se desenvuelven los mismos para la vida, ya que los procesos cognoscitivos están en estos niños aun en tránsito de procesos involuntarios a voluntarios , que permiten a los alumnos de estas edades la realización de actividades con un nivel superior de exigencia, lo cual es posible tanto por el avance de la maduración del sistema nervioso como por la mayor experiencia que el niño alcanza a través del juego.

Sánchez Acosta, María Elisa y Matilde González García (2004) en su libro *Psicología general y del desarrollo*, plantean que “ la edad escolar es del periodo de 6 a 11-12 años y que en ellos se observan varias características anatómo – fisiológicas, tales como modificaciones sustanciales en todos los órganos y tejidos del cuerpo, se forman las curvaturas vertebrales: cervicales, pectorales y de la cintura, la osificación

del esqueleto aun no es completa , es por ello que poseen gran flexibilidad y movilidad, fortalecimiento del sistema óseo-muscular, aumenta la circunferencia de la caja torácica, cambiando en forma de cono invertido, es decir con la base hacia arriba, favoreciendo la función respiratoria, acentuándose esto cuando se fortalezcan los músculos que tienen que ver con esa función en la parte del tranco, se fortalecen intensamente los músculos y ligamentos, aumentando su volumen y se acrecienta la fuerza muscular general.”

La actividad cardiovascular se hace relativamente estable pues el músculo cardiaco crece intensamente y está bien abastecido de sangre, por eso su corazón es bastante resistente. El pulso sigue siendo acelerado, aproximadamente las pulsaciones por minuto oscilan entre 84 y 90, pero resulta mejor que en las edades anteriores. Aparece el desarrollo del área frontal del cerebro, fundamentalmente para las funciones superiores y complejas de la actividad psíquica. La relación de los procesos de excitación e inhibición varía, la inhibición se acentúa y contribuye al autocontrol.

Sánchez Acosta María Elisa y Matilde González García (2004) plantean “El niño ingresa al 1er grado de la escuela, a un sistema estructurado de enseñanza donde comienza a relacionarse con contenidos de determinado nivel de complejidad. Es una etapa de iniciación en las nuevas condiciones de vida escolar, donde existe un régimen escolar que cambia radicalmente su posición en la sociedad y en la familia, pues adquieren obligaciones y deberes con respecto a la actividad docente la cual tiene un objetivo fundamental: la asimilación de conocimientos y el desarrollo de un conjunto de habilidades que impone determinadas exigencias a la conducta del escolar. Su bienestar emocional va a estar determinado por la calidad con que cumpla los deberes escolares.”

Se Intensifica la agudeza sensorial de la vista y el oído, conocen bien las formas y colores, saben diferenciar los tonos de los estímulos acústicos, la percepción va perdiendo el carácter emotivo para hacerse más objetiva y darle paso a la observación como percepción voluntaria y consciente, posibilitando un conocimiento más detallado de los objetos y de las relaciones entre ellos , en primero y segundo grados, el niño destaca muchos detalles sin separar lo esencial de lo secundario, la percepción del

espacio alcanza un considerable desarrollo llegando a utilizar libremente los objetos de diferentes formas y colores, participando en juegos que requieren una percepción exacta de la ubicación de los objetos en el espacio y la determinación de la distancia entre ellos.

Al profundizar en la planteado por diferentes autores relacionadas con la formación planificada por etapas de las acciones mentales y de los conceptos, la que define la existencia de distintos tipos de orientación (bases orientadoras de la acción), en función de las cuales variará la calidad de la acción formada y postula como una necesidad de la enseñanza dotar de un método de investigación que le permita superar su egocentrismo, es decir, proveer al niño de criterios objetivos para diferenciar lo real de lo aparente, el fenómeno de la esencia.

El presente trabajo tiene como propósito elaborar un plan de acciones basado en el cuidado y mantenimiento de los equipamientos deportivos para mejorar la incorporación a las actividades deportivo-recreativas, ya que está demostrada la influencia positiva que tiene en los niños la práctica de ejercicios físicos y además la realización de actividades recreativas.

En el diagnóstico de la investigación se pudo constatar a través de instrumentos investigativos como observación, encuesta y entrevistas; la poca incorporación de los niños a las actividades deportivo-recreativas, situación dada fundamentalmente por las condiciones de los equipamientos deportivos.

Partiendo de estas dificultades nos propusimos proponer un plan de acciones basado en el cuidado y mantenimiento de los equipamientos deportivos para mejorar la incorporación de los niños a las actividades deportivo – recreativas del Consejo Popular “Comandante Pinares”.

Posterior a la elaboración y aplicación del Plan de acciones para el cuidado y mantenimiento de los equipamientos deportivos para las actividades físicas recreativas, aplicamos nuevamente la observación a las actividades y una encuesta de satisfacción de las actividades realizadas y comparamos con la aplicada al inicio de la investigación y los resultados fueron positivos.

Después de haber hecho la valoración de los datos obtenidos una vez aplicado el plan de acciones basado en el cuidado y mantenimiento de los equipamientos deportivos para la incorporación de los niños a las actividades deportivo-recreativas en el Consejo Popular “Comandante Pinares”, podemos apreciar que los resultados alcanzados fueron altamente significativos, lo que demuestra su efectividad.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez de Zayas; C. M, Sierra Lombardi Virginia M. (1998). La investigación científica en la sociedad del conocimiento. Cuba.
2. Benítez Llanes Jesús I. (2000). Las Instalaciones Combinadas en las diferentes manifestaciones de la actividad deportiva. Pinar del Río. Cuba.
3. Benítez Llanes Jesús I. (2001). Construcción de las Instalaciones físico recreativas Pinar del Río. Cuba.
4. Bozhovich L. I. y Blagonadiezina (1976) Psicología de la personalidad del niño escolar. Ed. Pueblo y Educación, La Habana.
5. Colectivo de autores. (1995). Manual de mantenimiento de instalaciones deportivas. Comisión nacional de deporte. Mexico.
6. Colectivo de autores. (2003) Selección de lecturas sobre Psicología de las edades y la familia. La Habana, Editorial Félix Varela.
7. Cuesta Martínez L. A. (1999). Conferencia sobre las Instalaciones Deportivo Recreativas en función del Turismo. Facultad de Cultura Física. Pinar del Río.
8. Guerrero S. (s/a). Algunos aspectos de la historicidad de la recreación en Cuba. Ciudad de la Habana: Impresora José A. Huelga.
9. Hernández Sampier Roberto (2003). Metodología de la Investigación 1 y 2. Editora Félix Varela. La Habana. Cuba.