

**UNIVERSIDAD**  
**“HERMANOS SAIZ MONTES DE OCA”**  
**PINAR DEL RIO**

**TITULO:** La ocupación del tiempo libre: un plan de acción recreativa en la comunidad

**AUTORES:** Lic. Jesús Costa Acosta [costa@fcf.cuij.co.cu](mailto:costa@fcf.cuij.co.cu)

Lic. Manuel R. Valdés López Portilla [ale@eco.upr.edu.cue](mailto:ale@eco.upr.edu.cue)

Lic. Domingo Rolando Hernández Forcelledo. [rolfitness@vrect.upr.edu.cu](mailto:rolfitness@vrect.upr.edu.cu)

**RESUMEN**

El Proyecto: “La extensión universitaria en la comunidad una propuesta social” elaborado por un grupo de profesores del Departamento de Deportes de la Universidad `` Hermanos Saiz Monte de Oca`` Pinar del Río, constituye una forma más de llevar la Recreación a los distintos poblados con el propósito de incrementar la relación Universidad-Comunidad como parte del Proyecto Social Cubano.

El modelo que se propone es factible, siempre y cuando se tengan en cuenta las características internas de cada comunidad donde se aplique la opción, lo que contribuye a un mejoramiento de las relaciones sociales y el rescate de algunos valores morales y espirituales de los pobladores en las comunidades, además de contribuir a fusionar los lazos entre la universidad y la comunidad, en fin es un modo de actuación sano y saludable tanto para estudiantes y profesores y mucho más para los integrantes de las comunidades, recoge en síntesis la aplicación de un Plan de acción recreativo deportivo de extensión extrauniversitaria en el cual se ofertan manifestaciones de la cultura física y en específico de las actividades físicas recreativas en la ocupación del tiempo libre.

En el mismo interviene la comunidad universitaria en su intercambio recíproco con los residentes de los poblados. Este programa incluye como oferta fundamental los festivales deportivos recreativos, combinado con actividades culturales variadas, donde participan estudiantes y profesionales de todas las ramas del saber, así como personalidades de

toda la esfera de la vida social, además de la propuesta de elaboración de Plan de acción recreativo deportivo en todas las comunidades. Esta oferta se desarrollará de forma sistemática en los distintos poblados durante todo el año, priorizando las zonas Urbana y donde el papel protagónico directo lo desempeñan los profesores.

Con el mismo se logrará brindar una alternativa recreativa deportiva asequible a todos los grupos etarios, lo cual permitirá ocupar el tiempo libre de una forma más placentera, productiva y constructiva,.

## **INTRODUCCIÓN**

La universidad, en cualquier nación que se ubique es una institución cultural que tiene como prerrogativa una marcada responsabilidad en la esfera social.

Enmarcamos nuestro análisis en parte de la Historia de la extensión universitaria en Cuba para explicar de forma teórica los elementos fundamentales de esta actividad.

Primeramente debemos decir que la extensión universitaria es una de las misiones que tiene la Universidad que a través de ella se establece sistema de relaciones entre la universidad y la sociedad con el objetivo de promover la cultura en su acepción más amplia en ambas comunidades.

La Historia de la extensión universitaria ha atravesado por diferentes etapas en correspondencia con el desarrollo político cultural y social del país. Entre los momentos más relevantes de esta manifestación tenemos.

La fundación por Julio A. Mella de la Universidad Popular José Martí en 1923. Esta labor fue frenada en 1952, cuando la situación política-social del país se agravó progresivamente, hasta culminar con el cierre de la Universidad de la Habana en 1956.

Después del triunfo de la revolución en 1959 el momento más trascendental de la educación superior y de la extensión universitaria fue, la reforma proclamada el 10 de enero de 1962, esta fecha en que se cumplían 33 años del asesinato de Julio Antonio Mella. Esta reforma definió el papel de la Universidad en la formación integral de los profesionales que el país demandaba y su contribución a la elevación del nivel cultural del pueblo. Además estableció la constitución de la extensión universitaria, definiendo que:

Debemos señalar que las actividades de extensión Universitaria en la interacción dialéctica y el intercambio cultural con la comunidad se vio debilitada a mediados de la década del 70 y el 80, producto de diferentes cambios organizativos que se sucedieron en los centros de educación superior.

Para llevar a cabo este plan se requiere del uso de elementos de la recreación, a continuación se argumenta el por qué del uso de ella para cumplir con el Plan de Extensión Universitaria proyectado.

La Recreación se define como...”el conjunto de actividades que el hombre realiza en su tiempo libre, de forma opcional y que le brinda placer y satisfacción inmediata, a la vez que le facilita un mayor desarrollo y desenvolvimiento en su vida como ser social”... Este mismo concepto es aplicable también a la Recreación Física, la cual persigue como objetivo fundamental, satisfacer las necesidades de movimiento que posee el hombre.

En Cuba el año 1986, Armando Hart Dávalos, señalaba...las posibilidades y necesidades actuales del país en la esfera de la Cultura e insiste en el papel que tienen las Universidades en la promoción y extensión de la Cultura”...

En 1988, el consejo de inversión del Ministerio de Educación Superior aprovecha un nuevo programa de desarrollo de la extensión Universitaria en el cual se definía como...”Conjunto de acciones que realiza el centro de Educación Superior dentro o fuera de sus instituciones, dirigidas a los estudiantes, trabajadores y población en general, con el propósito de promover y difundir la Cultura en su acepción más amplia, es decir, la cultura científica técnica, política, patriótico-militar, artística, literaria y física”

En el campo de la Cultura Física y el Deporte, es posible desarrollar planes y programas de extensión y cuando se trata de una comunidad, juega un papel fundamental las actividades de la Recreación Física, donde se involucren todos los sectores de ésta, sin ninguna restricción y teniéndose en cuenta las características de cada individuo que en su conjunto conforman la comunidad.

La Recreación, un fenómeno tan antiguo como la propia humanidad, es solo asimilada conscientemente por el ser humano cuando la lleva a la práctica, partiendo de una comprensión correcta y real de determinados elementos y criterios sobre bases de actualización científica en el campo de la Cultura Física.

En la actualidad nos encontramos con diferentes doctores que han hecho investigaciones con el objetivo de llevar la Universidad a la Comunidad

La cultura física tiene como fundamento en su parte recreativa, satisfacer las necesidades espirituales en el aspecto físico, todo ello a través de los tipos de competencias deportivas-recreativas, valiéndose de sus manifestaciones, fundamentalmente de los juegos deportivos y de las actividades recreativas.

A partir de todo lo analizado podemos inferir que mediante la extensión universitaria y fundamentalmente por la vertiente extrauniversitaria se beneficia la comunidad Intra

universitaria, la extrauniversitaria y por consiguiente al unir estos dos elementos se fortalecen y se consolida la sociedad que en definitiva está conformada por estos elementos en estrecha interacción recíproca.

#### OBJETIVO GENERAL

Diseñar un Plan de acción deportiva recreativa para la ocupación del tiempo libre de los residentes comunitarios.

#### Palabras Claves:

Tiempo Libre.

Recreación.

Comunidad.

La ventaja competitiva de este proyecto es que al ser variadas las ofertas propuestas y los medios empleados de fácil adquisición posibilitará su salida en el mercado.

Este proyecto podrá competir con otros ya que su nivel de ofertas posibilitará realizar actividades desde el punto de vista físico-recreativo-cultural constituyendo al desarrollo del individuo en lo relacionado a la formación de valores y la educación del medio ambiente.

Para que el proyecto pueda ir introduciendo en el mercado nacional o internacional es necesario poseer los medios solicitados para su aplicación, además del transporte, implementos deportivos necesarios para su desarrollo.

Las proveedoras del proyecto son INDER, MINSAP, CDR, FMC UJC

Como método Rector el Dialéctico Materialista

El Histórico lógico para valorar la recopilación de datos en la programación Físico-deportiva-recreativa concebida, el método de análisis y síntesis, haciéndose un análisis de las condiciones existentes con la recreación en las unidades objeto de la investigación y posteriormente se programaron las posibles ofertas en correspondencia con los intereses de los pobladores de las comunidades.

Inductivo-deductivo: Establecer relación e incidencia de las actividades físicos recreativos para la ocupación del tiempo libre de los jóvenes atendiendo a las características de esa comunidad. Etnográfico - Para esta investigación hemos decidido utilizar el método etnográfico ya que se estudia una unidad social concreta. Permite conocer aspectos de la vida, opiniones y necesidades de los miembros de esta unidad, que respondan a los intereses de la investigación y la calidad de esta información es más rica y profunda al observar a los sujetos en su entorno natural.

Modelación: Posibilita el estudio del proceso de dirección de las actividades físico recreativas para la ocupación del tiempo libre, determinando sus características y regularidades en función de tomar decisiones en cuenta a: la estructura, componentes y concreción.

#### Métodos Empíricos

Posteriormente se utilizó la observación, encuesta y entrevista directas a los pobladores, teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los mismos. Facilitando el desarrollo de la investigación lo que posibilitó el cambio en la conducta social y la aplicación de las vías de recreación en las comunidades según lo planificado. Diferenciación por edades y sexos; además de conocer los gustos, necesidades, preferencias recreativas, tradiciones del lugar, intereses cognoscitivos, culturales, jurídicos y económicos

Los pobladores de las comunidades donde se aplique el proyecto, serán los beneficiados con este plan que ayudará a ampliar las ofertas recreativas dentro de la comunidad. Los medios utilizados da la posibilidad en gran medida de un ahorro considerable de recursos ya que muchos de ellos se utilizarán con los propios de la naturaleza y el entorno donde se encuentra ubicada la comunidad, pues se pueden emplear áreas rústicas construidas por los activistas y pobladores de la zona.

El proyecto abarca un período de dos años, con el presupuesto planificado, que podrá ser incrementado en un tiempo más prolongado, en correspondencia con el perfeccionamiento y en la medida que la práctica propicie la adquisición de nuevas experiencias.

El Diagnóstico: Se realizará a través de encuestas y entrevistas directas a los pobladores; así como a las distintas personalidades y directivos de cada institución y poblados, en la encuesta se hará una diferenciación por edades y sexos, además de conocer los gustos necesidades, preferencias recreativas, tradiciones del lugar los interese cognoscitivo, cultural, jurídico, económico

A partir de todo lo indicado podemos subrayar, que mediante la extensión Universitaria y fundamentalmente por la vertiente extra universitaria, se beneficia la comunidad Intra universitaria, la extra universitaria y por consiguiente al unir estos dos elementos, se fortalece y se consolida la sociedad que está conformada por la estrecha interacción de estos elementos.

Una de las vías a utilizar para lograr la solución de esta problemática es la orientación correcta y adecuada de la utilización del tiempo libre, debido a que si este no está conscientemente planificado, será utilizado de una manera inadecuada.

También se tendrá en cuenta, la cantidad de medios e implementos disponibles y los que hacen falta, en correspondencia con las características de cada localidad.

Se seleccionarán y formarán activistas o promotores en cada poblado para el apoyo y consolidación de todas las actividades a realizar, así como la coordinación con los especialistas o estudiantes que abordarán las diferentes temáticas.

Esta etapa aunque debe ser más profunda y objetiva, abarca un período breve; ya que la propia puesta en práctica de la segunda y la tercera, propiciarán la experiencia necesaria para adoptar la investigación a distintos cambios para lograr el cumplimiento de los objetivos tomados.

Es la más importante, ya que corresponde al momento de llevar a cabo la ejecución de las actividades. La universidad será la encargada de con sus recursos poner en función el plan de acción recreativo deportivo, es necesario incorporar un modulo recreativo para cada uno de los profesores del Dpto. de Educ. Física y deporte

Serán dirigidas en un inicio por los profesores pero en la medida que se desarrolle esta experiencia, el papel protagónico será de los Activistas.

Como actividad final se realizará una actividad festiva donde se diviertan y se relacionen todas las personas involucradas en esta opción familiar y socialmente útil.

La evaluación: Esta se desarrollará mediante entrevistas a pobladores lo que permitirá conocer los logros, eliminando los elementos negativos; lo que hace posible que a medida que se incrementan las acciones se adquiera mayor experiencia y se brinde una actividad con mayor calidad, en beneficio de los pobladores que es en definitiva el objetivo fundamental de todo el proceso.

Impactos: Que se esperan alcanzar mediante el Proyecto es :

Ocupar el tiempo libre de los residentes comunitarios con actividades de la Cultura Física y el deporte, fundamentalmente las físico –recreativas,

Con esto, se pretende brindar una alternativa recreativa, sana y asequible a todos los pobladores, despertando el interés por la práctica del ejercicio físico, viendo los gustos y preferencias adaptadas a las características de los grupos de participantes,

Brindemos ofertas para el agrado de la mayoría, también se logrará con esto,

Una disminución en la proliferación de vicios nocivos a la salud tales como el consumo de bebidas alcohólicas, y el tabaquismo.

Contribuir a eliminar el juego ilícito en estas comunidades.

Rescatar los espacios históricos donde se jugaba (calle, solares, placeres, etc.)

El espacio que se ganara es por parte del Departamento de Educación Física.

Ellos mismos serían capaces de optar por las actividades que realmente les agraden, permitiéndoles seleccionar adecuadamente cada preferencia en dependencia de las necesidades espirituales y materiales.

Además se logrará trabajar en la masificación de la cultura en su acepción más amplia producto del intercambio recíproco que se produce entre las comunidades rurales y la universidad, obteniéndose un gran beneficio a partir de la formación de valores que traerían consigo un mejoramiento sustancial en el nivel y la calidad de vida de la comunidad.

Tenemos como clientes del Proyecto al concejo Popular Carlos Manuel de Céspedes, con un total de 11 circunscripciones, con una cifra de 32321 pobladores como promedio, Mediante las entrevistas y encuestas, se podrá tener información del grado de aceptación de las actividades programadas dentro de estos poblados, siendo ellos los principales beneficiados, sin tener restricción de ningún tipo para poder asistir a las actividades programadas, reportándoles un gran beneficio a todos los que asistan tanto a los participantes como espectadores.

Datos de las instituciones participantes:

Universidad de Pinar del Río `` Hermanos Saiz Montes de Oca`` Martí 270 final.

Vicerrectoria de Extensión Universitaria Telef.:

Departamento de Educación Física y Deporte

## **BIBLIOGRAFÍA**

Afanasiev, V.G.: Dirección Científica de la Sociedad.

Álvarez de Zayas, Carlos. La pedagogía cubana. Una experiencia cubana. Curso 6 Pedagogía. 1995.

Añorga Morales, Julia. Catálogo de autores cubanos sobre Educación Avanzada. CENESEDA. Cuba. 1994.

Añorga Morales, Julia. La Educación Avanzada, ¿Mito o realidad? Sucre, Bolivia. 1994.

Añorga Morales, Julia. La Educación Avanzada, una teoría para el mejoramiento profesional y humano. Boletín No. 1, Año 1. CENESEDA. La Habana. 1995.

Añorga Morales, Julia. La Educación Avanzada. Conferencia. I Taller Latinoamericano de Educación Avanzada, Ciencia y Tecnología. Cuba. 1995.

Aplicación del presupuesto tiempo libre al estudio del modo de vida (S.C., s.n.,s.a.).

Arostegui M. del C. y otros. Los estudios realizados en el ICIODI sobre tiempo libre. 2do. Seminario Internacional sobre Investigación Científica de la Demanda en el Mercado. ICIODI, La Habana. Cuba. 1980.

Bernardo Calderón, E. "Estudio de las necesidades e intereses de la población cubana como base de la planificación social territorial. CISP. La Habana. 1987, 25p.