

Actividades recreativas en el plan turquino del municipio de Tercer Frente

Recreational activities in the turquino plan of the municipality of Tercer Frente

Atividades recreativas no plano Turquino do município de Tercer Frente

MSc. Yanneris Castellano-Zamora*, <https://orcid.org/0000-0002-9182-7702>

yanneris.castellanos@inder.gob.cu*

MSc. Arisbel Benitez-Morales, <https://orcid.org/0000-0003-1397-1466>

MSc. Yanira Zamora-Mora, <https://orcid.org/0000-0003-2370-2809>

Lic. José Á. Hernández-Fernández, <https://orcid.org/0000-0003-3926-5391>

Dirección Municipal de Deportes de Tercer Frente, Cuba

Recibido: julio/2022

Aceptado: agosto/2022

Resumen

La recreación física es un fenómeno social donde el hombre satisface sus necesidades recreativas, en correspondencia con las relaciones sociales. El programa de Recreación en los combinados deportivos necesita cambios a partir de conocimientos, habilidades y el darle la debida importancia a la educación de los actores sociales para aprovechar las oportunidades brindadas por los propios contenidos. Esta investigación da respuesta a la problemática de una comunidad relacionada con el rescate de las tradiciones campesinas en los lugares más intrincados del municipio Tercer Frente. Su objetivo es elaborar un conjunto de actividades recreativas para los barrios con más difícil acceso teniendo en cuenta, gustos y preferencias durante su tiempo libre, en el asentamiento poblacional del "Sur" del Consejo Popular de Arroyo Rico. Las mismas, elevan la participación, a la vez de que engrandecen la cultura y las relaciones personales entre estos ciudadanos. Los métodos utilizados fueron: el analítico-sintético, el inductivo-deductivo, la revisión documental, el pre experimento, la observación, encuesta y estadísticos matemáticos como la distribución empírica de frecuencia. En la propuesta se exponen actividades recreativas muy valiosas que aprovechan los recursos y características propios del contexto poblacional con el fin potenciar las tradiciones campesinas a través de las actividades desarrolladas. La investigación y sus resultados juegan un papel importante relacionado con la gestión recreativo-educativa que permite de una forma u otra una vida sana para toda la población, la posibilidad de satisfacer sus necesidades recreativas en actividades organizadas; así como el fortalecimiento de sentimientos y valores propios de la personalidad.

Palabras clave: Recreación, Actividad Física Recreativa, Tiempo Libre, Comunidad, Grupo Etario, Municipio Tercer Frente.

Abstract

Physical recreation is a social phenomenon where man satisfies his recreational needs, in correspondence with social relationships. The Recreation program in sports teams needs changes based on knowledge, skills and giving due importance to the education of social actors to take advantage of the opportunities provided by the content itself. This research responds to the problem of a community related to the rescue of peasant traditions in the most intricate places of the Tercer Frente municipality. Its objective is to develop a set of recreational activities for the neighborhoods with the most difficult access, taking into account tastes and preferences during their free time, in the "South" population settlement of the Popular Council of Arroyo Rico. They increase participation, while enhancing the culture and personal relationships between these citizens. The methods used were: analytical-synthetic, inductive-deductive, documentary review, pre-experiment, observation, survey, and mathematical statistics such as empirical frequency distribution. In the proposal, very valuable recreational activities are exposed that take advantage of the resources and characteristics of the population context in order to promote peasant traditions through the activities developed. Research and its results play an important role related to recreational-educational management that allows in one way or another a healthy life for the entire population, the possibility of satisfying their recreational needs in organized activities; as well as the strengthening of feelings and values of the personality.

Keywords: Recreation, Recreational Activities, Free Time, Community, Group Age.

Resumo

A recreação física é um fenômeno social onde o homem satisfaz suas necessidades recreativas, em correspondência com as relações sociais. O programa de Recreação em equipes esportivas necessita de mudanças baseadas em conhecimentos, habilidades e dando a devida importância à formação dos atores sociais para aproveitar as oportunidades proporcionadas pelo próprio conteúdo. Esta pesquisa responde ao problema de uma comunidade relacionada ao resgate das tradições camponesas nos lugares mais intrincados do município de Tercer Frente. Seu objetivo é desenvolver um conjunto de atividades recreativas para os bairros de mais difícil acesso, levando em conta gostos e preferências durante o tempo livre, no assentamento populacional "Sul" do Conselho Popular de Arroyo Rico. Eles aumentam a participação, ao mesmo tempo em que aprimoram a cultura e as relações pessoais entre esses cidadãos. Os métodos utilizados foram: analítico-sintético, indutivo-dedutivo, revisão documental, pré-experimento, observação, levantamento e estatística matemática como distribuição de frequência empírica. Na proposta são expostas atividades recreativas muito valiosas que aproveitam os recursos e características do contexto populacional para promover as tradições camponesas através das atividades desenvolvidas. As pesquisas e seus resultados desempenham um importante papel relacionado à gestão lúdico-educativa que permite de uma forma ou de outra uma vida saudável para toda a população, a possibilidade de satisfazer suas necessidades lúdicas em atividades organizadas; bem como o fortalecimento de sentimentos e valores da personalidade.

Palavras-chave: Recreação, Atividades Recreativas, Tempo Livre, Comunidade, Faixa Etária.

Introducción

La recreación física se orienta hacia niveles superiores para brindar diversas alternativas a la ocupación sana, culta y útil del tiempo libre de la población. Lo que atribuye calidad de vida dentro de los programas dirigidos a un desarrollo constante de la cultura general integral. Toda actividad recreativa física tiene un marcado objetivo ideológico como expresión de principios humanos, fortalecimiento de sentimientos de pertenencia e identidad nacional; puesto de manifiesto mediante juegos tradicionales y otras acciones que responden a los intereses de la comunidad para enfrentar la proliferación de vicios y otras acciones deformadoras de la conducta, que influyen de manera negativa en el desarrollo de la comunidad.

En la recreación, las actividades desempeñan un papel fundamental. Se plantea que son un reflejo de las condiciones en que vive el actor social a partir de la formación histórica de relaciones entre sí, de las actitudes y actuaciones en el transcurso de sus vidas en forma de principios, normas, sentimientos, valoraciones, representaciones sobre el bien, el mal, el deber, que en su conjunto regulan, orientan la elección moral y la conducta del individuo en la comunidad (Caballero y Yordi, 2007).

Resulta indispensable que se considere la actividad recreativa como variante eficaz para el mantenimiento de la salud general, pues lo físico y lo psicológico se integran en su desarrollo y si las vivencias emocionales son positivas a través de estas actividades, entonces se contribuirá a una mejor disposición (Chávez & Sandoval, 2016).

Según lo planteado por el autor, se considera que la recreación es un fenómeno social en la que el hombre satisface sus necesidades recreativas en la sociedad, en correspondencia con las relaciones sociales que se establece de acuerdo a la superestructura de la misma.

La amplia variedad de contenido que tiene la recreación, permite que cada quien identifique su necesidad recreativa de diferente manera, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses que en el mundo moderno puede constituir formas de recreación. Es por eso que muchas veces se encuentra que lo que para unos es recreación, para otros no lo es.

Recrearse implica una actitud o estado de ánimo que marca notables diferencias en la percepción del hecho recreativo; pues cambia de persona a persona de acuerdo con sus intereses y motivaciones; sin embargo, han sido concebidos y ejecutados programas recreativos que involucran a barrios, comunidades y a diferentes grupos etarios prácticamente desde el nacimiento de la Revolución, con la finalidad de que las ofertas recreativas salgan del marco de la motivación individual para integrar los grupos humanos en ese fin y se propicie el verdadero desarrollo del hombre en su interacción con el colectivo, conducido además, en muchos casos por la ciencia. (Vilaú *et al.*, 2012, p. 33)

El programa de Recreación en los combinados deportivos necesita cambios a partir de los conocimientos, habilidades y el darle la debida importancia a la educación de los actores sociales para aprovechar las oportunidades brindadas por los propios contenidos. También es necesaria la consideración de estos en la planeación a los diferentes niveles de dirección y la inclusión de los mismos en las actividades recreativas hacia la comunidad. Por esta razón, “la recreación ha sido concebida como una herramienta necesaria para el desarrollo de los actores sociales según el contexto donde se emplee fundamentalmente porque genera un medio para dicho desarrollo” Osorio (2005)

Al subrayar lo expuesto por el autor, la recreación forma parte de la necesidad social de reproducción que tiene el hombre, sin la cual no es posible la vida espiritual, ni se desarrolla intelectualmente. Es por eso que su vida no puede ser concebida fuera del escenario de la misma, ya que indirectamente está relacionada con su vida material, en el espacio donde éste se cultiva, crea y desarrolla su personalidad.

En este sentido, Sosa (2015) lo sistematiza según las nuevas concepciones actuales y plantea la Recreación Física como conjunto de actividades físicas definidas por los motivos físico- recreativos que constituyen un subsistema de la recreación; y forma parte de la Cultura Física de la población, con énfasis hacia el descanso activo, la salud, la creación de hábitos motores, la diversión y el desarrollo individual creativo. Tal tipo de recreación promueve la motricidad y genera un alto nivel de protagonismo físico- recreativo (p. 13).

En relación al binomio recreación-comunidad se afirma que:

“Cada vez que se hace más consciente el uso de la recreación por las personas y las comunidades, va tomando más criterios para jerarquizarse en la escala de valores que se manejan en dicha comunidad, ganando

espacio de aceptación y creando la necesidad de ser operacionalizada mediante actividades que fomenten, mantengan y desarrollen el bienestar personal, familiar y comunitario.” (González & Velasco, 2015, p.52).

Estas actividades que se desarrollan a través de la Recreación y en contacto directo con la naturaleza son de gran importancia en la formación integral de la población en su desarrollo físico, psíquico y social. La cual tiene como objetivo mejorar los servicios recreativos a nivel comunitario. Su escenario principal son las comunidades del Plan Turquino y en el mismo se integran los especialistas del trabajo comunitario, promotores culturales, profesores de la recreación, animador recreativo. Este último “debe tener capacidad expresiva, capacidad de improvisación, saber escuchar a las personas, correcta dicción, ser de palabra cálida, correcta y modulada” (Gómez & Costa (2018, p.2).

Se implican también los profesores integrales, trabajadores sociales, instructores de arte, educadores, trabajadores del comercio y la gastronomía, centros escolares, unidades de producción agropecuaria, y todos los organismos, empresas y organizaciones sociales y políticas radicadas en las comunidades donde tienen lugar los eventos campesinos a través de estas actividades recreativas.

Las acciones que se realizan están dirigidas a elevar la calidad de vida de los comunitarios sin afectar el medio ambiente y permiten la divulgación de la vida campesina, sus logros y vivencias a través de los medios de comunicación del municipio. La planificación consciente de las actividades físicas recreativas adquiere en cada momento mayor relevancia. De ahí que la presencia de la planificación recreativa consiste en lograr un aseguramiento óptimo de las condiciones que coadyuven al desarrollo multilateral de los miembros de la comunidad y al mejoramiento de las relaciones entre personalidad y sociedad, con vista a que al menos cumplan técnicamente las funciones básicas de la recreación-reproducción y auto-desarrollo.

Según León y Montero (2018) -al referirse a la importancia de las actividades físicas- se considera la obligatoriedad de las personas a la realización de las mismas, pues resulta significativo, por su influencia en la salud y el bienestar de los seres humanos (p. 276).

Las actividades en la esfera recreativa en el municipio Tercer Frente, han sido abordadas por Vilaú *et al.* (2012) y Benitez *et al.* (2021): Autores que coinciden en

la hipótesis de que existe poca divulgación de las actividades que se ofertan y no se consideran de los gustos y preferencias de la población de esas comunidades, trayéndose consigo la poca participación de los mismos.

El **objetivo** de la investigación en la comunidad del Sur del Consejo Popular de Arroyo Rico del municipio de Tercer Frente, es elaborar un conjunto de actividades recreativas para los barrios con más difícil acceso, teniéndose en cuenta sus gustos y preferencias durante su tiempo libre, a pesar de no ser una zona de silencio, debido a las posibilidades que el Estado le brindado para que lleven una vida lo más placentera posible.

Se evidencia carencia de actividades recreativas y ofertas para todos los grupos etarios según los gustos y preferencias de esa localidad donde se han perdido las tradiciones campesinas.

El impacto social radica en el logro de una estrecha y sistemática relación entre la población y los factores de la comunidad, para lograr los objetivos propuestos. Por lo que al respecto se considera la relación de la actividad física y la recreación con la calidad de vida y la salud de las personas.

Muestra y metodología

En cuanto a los sujetos de la investigación: de un total de 411 personas que conforman la población del asentamiento poblacional del “Sur” del Consejo Popular de Arroyo Rico, Municipio Tercer Frente, fueron seleccionados 225 personas de los diferentes grupos etarios, lo cual representa el 54.74% de esa población del territorio.

La investigación consta de tres etapas:

- I. Diagnóstico
- II. Elaboración y aplicación
- III. Valoración

Los métodos y técnicas utilizados fueron el analítico-sintético, el inductivo-deductivo, la revisión documental, el pre experimento, la observación, la encuesta y la distribución empírica de frecuencias.

En la primera etapa de investigación los métodos utilizados fueron:

La observación: con el objetivo de constatar el comportamiento de los sujetos en el medio natural durante la aplicación de las actividades recreativas.

La encuesta a los sujetos, con el propósito de determinar las actividades que les gustaría realizar, constó de tres preguntas:

1. ¿Se realizan ofertas para todos los grupos etarios?
2. ¿Te gustaría realizar actividades recreativas?
3. ¿Qué actividades te gustaría realizar en tu tiempo libre?

En la segunda etapa de investigación los métodos utilizados fueron:

La revisión documental y el analítico-sintético: Se utilizaron a partir de la encuesta realizada en la etapa anterior y los elementos esbozados en la introducción. También se emplearon en la confección de las actividades recreativas.

El otro método utilizado fue el pre experimento: Se realizó en condiciones naturales, durante un período de tiempo de cinco meses (diciembre 2019 – abril 2020), con una frecuencia semanal y 1 hora de duración cada una.

En la tercera etapa de investigación los métodos utilizados fueron:

La observación: con el objetivo de valorar la implementación de las actividades recreativas en los sujetos en el medio natural.

La encuesta: Se les realizó a todos los sujetos con el propósito de determinar las actividades que les gustaría realizar, las preguntas fueron las mismas que se realizarán en la encuesta de la primera etapa de investigación.

Resultados

La encuesta realizada a las 225 personas de los diferentes grupos etarios arrojó que: 135 personas (representa el 60%) plantean que no se realizan ofertas para todos los grupos etarios; de acuerdo con los criterios emitidos de que si le gustaría realizar actividades recreativas, las 225 personas (el 100%) afirman que sí; además en las actividades que les gustan realizar en su tiempo libre, de 152 personas (que representa el 67%) plantean que son actividades relacionadas a la carrera a caballo.

Como resultado de las observaciones realizadas se pudo comprobar que el 100% de la población arrojó la insuficiente participación de estos en las actividades, ya

que la población no mantiene la cultura de los quehaceres cotidianos dentro de las actividades. Además 52 personas (que representa el 26% de la población) utilizan los recursos naturales.

Como regularidad de los instrumentos aplicados en el diagnóstico inicial arrojó los siguientes elementos:

- Poca realización de actividades recreativas en la comunidad.
- Poca promoción y divulgación de las actividades (Ofertas).
- Poca explotación de los recursos naturales.

Fundamentación de la propuesta

Para la apertura de las actividades, el inicio siempre se prepara con el grupo de trabajo de la comunidad o Consejo Popular. Se comienza con un desfile de equipos y personajes típicos de las comunidades donde se muestran las tradiciones culturales de los barrios con el protagonismo de sus propios habitantes, aquí se incorporan los círculos de abuelos, los grupos de aficionados, grupos de teatro y todo aquel con disposición a participar bajo la convocatoria de los promotores culturales, los instructores de arte y los Licenciados en Cultura Física que laboran según la comunidad donde tiene lugar la actividad.

También se emplean diferentes tipos de animales, las personas se disfrazan, bailan, gritan, desfilan y sobre todas las cosas, disfrutan de la naturaleza, teniéndose en su contenido el vínculo con la vida en el campo, el apego a la tierra, las vivencias de lo cotidiano del campesino y sus animales.

Se aprovecha para presentar a los artistas aficionados que cantan canciones campesinas, décimas, corridas mexicanas y cualquier iniciativa del barrio que tenga la intención de reflejar la vida en el campo y lo que acontece en esa comunidad donde tiene lugar la actividad. Una vez concluido. El animador destaca la presencia de las autoridades locales y se agradece la presencia de los comunitarios, visitantes e invitados.

Actividad # 1 Las trilladoras (ver figura 1)

Figura 1. Ejecución de la Actividad 1 La trilladora en la comunidad



Fuente: Elaboración Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación.

Participan: Niños-Jóvenes-Adultos.

Materiales: Mesa, sillas, frijoles, arroz

Desarrollo: La actividad da comienzo con la concentración de los participantes en el lugar establecido. Sobre una mesa se ubican dos cantidades iguales de frijoles ligados con arroz, estos dos productos se unen previamente para hacer la liga y quedar equilibrados en cantidades, luego se vierten sobre un mantel encima de la mesa. Una vez que el juez dicta las reglas, comienza la actividad separando cada uno de estos productos.

Actividad #2 La costurera (ver figura 2)

Figura 2. Ejecución de la Actividad 2 La costurera en la comunidad



Fuente: Elaboración Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación

Participan: Niños-Jóvenes-Adultos.

Materiales: Mesa, tela, aguja, hilo

Desarrollo: Sobre una mesa se ubican dos retazos de tela, sobre cada retazo una aguja de coser a mano, una hebra de hilo y cinco botones, los botones deben ser idénticos, frente a cada retazo y sentadas en sillas se ubicarán los competidores,

cuando todo esté listo se dará la señal de inicio de la competencia, que consiste en coser sobre el retazo de tela la cantidad de botones acordado. Ganará la que lo haga bien en el tiempo acordado según el juez.

Actividad # 3 La tendedera (ver figura 3)

Figura 3. Ejecución de la Actividad 3 *La tendedera* en la comunidad



Fuente: Elaboración Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación

Participan: Niños-Jóvenes-Adultos.

Materiales: Cordel, cubo, ropa, presilla

Desarrollo: La competencia consiste en tender sobre el cordel un total de catorce piezas de tela de igual tamaño con solo quince palillos de tendedera, las piezas deben quedar unidas, una al lado de la otra. El juez seleccionará a los participantes, el que termine primero y lo haya realizado bien será el ganador.

Actividad # 4 Competencia de la longana y dominó (ver figura 4)

Figura 4 Ejecución de la Actividad 4 *La longana y el dominó* en la comunidad



Fuente: Elaboración Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación.

Participan: Niños-Jóvenes-Adultos.

Materiales: Mesa, silla, dominó

Desarrollo: Este es un juego que le gusta mucho a la población, en el caso de la longana la competencia es individual y se juega por cada una de las esquinas de la ficha que se ponga en la mesa primero y la última de ella coincida por ambos lados del juego. En la competencia de dominó es en pareja y gana el que más punto tenga.

Actividad # 5 El comedor de huevos (ver figura 5)

Figura 5. Ejecución de la Actividad 5 *El comedor de huevos* en la comunidad



Fuente: Elaboración Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación

Participan: Niños-Jóvenes-Adultos.

Materiales: Mesa, silla, plato, huevos cocidos.

Desarrollo: Sobre una mesa se colocan dos platos con diez huevos cocidos, se seleccionan los participantes y sentados en unas sillas frente a la mesa donde está el plato se dará la señal de inicio y se tratarán de comer todo lo que está en el plato, por supuesto se auxiliarán de agua si lo necesitan en ese momento, gana el que termine primero.

Actividad # 6 Exhibición de gallos (ver figura 6)

Figura 5 Ejecución de la Actividad *Exhibición de gallos* en la comunidad



Fuente: Elaboracion Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación

Participan: Jóvenes-Adultos.

Materiales: Sacos, cordel

Desarrollo: En el área y cerca del público se hace un ruedo con estacas pequeñas, alrededor de las estacas se ubica una red para delimitar los animales del público. Dentro del área marcada se echa aserrín y entran los participantes que son convocados, el juez estará dentro del ruedo para verificar los intentos de ataque y defensa de los animales, así como las veces que revolotean sobre el contrario, se considera un punto a favor cada vez que ataca y golpea sobre el contrario, no se cuentan las picadas como puntos, el evento dura de tres a cinco minutos según se acuerde entre los dueños y el juez, declarando ganador al final del tiempo pactado al animal que logre marcar más puntos en el tiempo aprobado.

Actividad # 7 Corte de leña (ver figura 7)

Figura 7. Ejecución de la Actividad 6 El corte de leña



Fuente: Elaboracion Propia

Objetivo: Demostrar las destrezas y habilidades adquiridas en la vida y labores del acontecer cotidiano en el campo.

Participan: Jóvenes – adultos.

Materiales: Hacha, madera

Desarrollo: Se selecciona a las personas que van a competir uno al lado de otro a una distancia de un metro y medio, en el piso se colocan trozos de madera del mismo tipo y de igual grosor y al lado un hacha. A la señal del juez deberán trozar el madero por el medio y luego rajar los dos tramos, ganará aquel que termine primero y lo haya realizado bien.

Actividad # 8 El palo encebado (ver figura 8)

Figura 8. Ejecución de la Actividad 7 *El palo encebado* en la comunidad

Fuente: Elaboracion Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación**Participan:** Jóvenes-Adultos.**Materiales:** Palo, grasa

Desarrollo: Es un juego tradicional campesino muy gustado en la zona oriental del país, consiste en fijar un palo de aproximadamente cuatro metros de alto, el mismo debe estar preferiblemente pelado (sin cáscaras) y lubricado con grasa de motor (copilla), en la parte superior del palo se fija una banderita o tela. Los participantes se anotarán en un listado y por turnos deberán intentar subir para agarrar la banderita, como el palo está lubricado de grasa esta tarea se hace difícil, se darán varias vueltas de intento hasta que uno de ellos logre bajar la bandera, ese competidor se declara el ganador.

Alrededor del palo se marca un círculo para delimitar la entrada del público y dar espacio a los competidores. En caso de no contar con grasa para lubricar el palo, se puede efectuar el evento controlando el tiempo que tarda cada competidor en subir.

Actividad # 9 Carrera de cintas (ver figura 9)**Figura 9. Ejecución de la Actividad 8 *Carrera de cinta* en la comunidad**

Gráfico Fuente: Elaboracion Propia

Objetivo: Propiciar sanas relaciones de comunicación y participación**Participan:** Jóvenes-Adultos.

Materiales: Cordel, argollas, dardo o lápiz

Este evento tradicional campesino consiste en formar dos equipos de tres a ocho integrantes, el bando rojo y el bando azul, cada uno representa una zona, cooperativa, Consejo Popular o simplemente se organizan por afinidad, a una distancia de veinticinco a cincuenta metros de la salida se ubican dos postes separados a una prudencial distancia entre ellos de unos cuatro a seis metros, en la parte de arriba se tensa una cuerda y en ella se cuelgan diez argollas pequeñas, las argollas se sujetan con presillas de tendedera, cinco cintas serán de color rojo y cinco de color azul.

El juez del evento anotará los nombres de los participantes por cada equipo en una hoja de papel y los irá mencionando para que estos salgan a galope sobre sus caballos en dirección a la cuerda. En la mano, cada participante llevará un lápiz. La carrera a caballo tiene que ser a toda velocidad, cuando este bajo los postes, trata de ensartar una de las argollas con el lápiz. La argolla que debe ensartar debe ser del color del equipo que representa. Si lo logra, aportará un punto para su equipo, estos puntos se han de acumular y el equipo que logre más puntos en igual cantidad de intentos después de tres rondas, se declara como ganador.

Implementación de las actividades recreativas en la comunidad del Sur, del Consejo Popular Arroyo Rico del municipio de Tercer Frente

Las actividades se desarrollaron en un área de la comunidad que reúne las condiciones para las mismas, en el asentamiento poblacional del “Sur” del Consejo Popular de Arroyo Rico. Se coordinó con los factores de la comunidad para la contribución con la implementación y puesta en práctica de la propuesta. De ahí que se crearan las condiciones de apoyo como: la limpieza, agua potable, eliminación de peligros y la presencia de todos los elementos de la comunidad que garantizaron su éxito. Se efectuó durante cinco meses con una frecuencia semanal y una hora de duración cada una.

Discusión

La aplicación de los instrumentos en esta etapa final arrojó definió las siguientes regularidades (ver también tabla 1):

- Se desarrollaron cinco actividades recreativas por semana, con aumento de una en cada mes. (Un total de 147 en los cinco meses)

- Las actividades divulgadas propician una mayor incorporación de la población a las mismas.
- En las actividades recreativas se utilizan los recursos naturales.

Tabla 1. Comparación de los resultados en la etapa Inicial y Final

Indicadores	Total	Inicial Cantidad	%	Final Cantidad	%
Cantidad de actividades por semana	9	3	55	6	88
Cantidad de actividades por meses	5	2	77	3	100
Participación de la población en las actividades	225	75	60	150	100
Se utilizan los recursos naturales	225	52	26	173	91,11

Fuente: Elaboración Propia

En la tercera etapa, como resultado de las observaciones realizadas, se pudo comprobar que durante el primer mes la población no participaba en su totalidad en las actividades. Sin embargo, a partir del tercer mes, parte de la población (el 77%) participa de manera activa en las actividades implementadas. Durante el cuarto y quinto mes, la población realizaba actividades recreativas de manera voluntaria la cual representa de un 88-100% y no era necesaria la orientación del profesor. Se sentían muy a gusto con un animador recreativo.

Entre las actividades se encontraban las 9 propuestas confeccionadas en esta investigación y otros creados por ellos mismos. Las más aceptadas fueron las actividades con caballo según los gustos y preferencias de la población.

Además se destaca una buena divulgación de las actividades recreativas para la población durante todo el tiempo de aplicada la investigación con un 100% de participación hacia las mismas, con un 91.11% que utilizaban los recursos naturales.

En la encuesta realizada a la muestra objeto de estudio después de aplicada la propuesta, se pudo conocer que los 225 participantes (que representan el 100% de la población) plantean que se realizan ofertas para todos los grupos etarios, se satisfacen sus gustos y preferencias. Elemento decisivo e indispensable para la confirmación de las actividades aplicadas. Sobre ellas expresan que se debería dar continuidad y extenderse a las demás comunidades aledañas, para contribuir al

adecuado aprovechamiento del tiempo libre. Por lo que debe de trazarse una estrategia en este asentamiento para que no desaparezca lo que ha sido logrado hasta el momento.

Esta investigación se desarrolló en un período de cinco meses, en una comunidad de difícil acceso; con buena aceptación por parte de la población referida. Se marca una significativa diferencia si se tiene en cuenta que las actividades recreativas que realizaban hasta entonces, no eran más que esas que ellos realizan a diario: referidas a tradiciones campesinas. Por lo que se considera que se ha cumplido las expectativas previstas.

También hay otras actividades que se pueden realizar como los juegos tradicionales para niños pequeños, competencia de contracción muscular, ensille de caballo, enyugue de bueyes, exhibición de animales de razas, habilidades a caballo, darle la vuelta al tanque, carrera a caballo, entre otras. Este último elemento se deja en consideración para otras implementaciones.

Conclusiones

1. El diagnóstico permitió constatar la insuficiente participación de la población en las actividades recreativas en los barrios con más difícil acceso durante el tiempo libre.
2. Se elaboró un conjunto de actividades recreativas a partir de los gustos y preferencias de la población de la comunidad del Sur del Consejo Popular de Arroyo Rico.
3. Las actividades elaboradas contribuyeron a la participación de la población de la comunidad del Sur del Consejo Popular de Arroyo Rico y se logró obtener resultados destacados y con excelente aceptación de los ciudadanos.

Referencias bibliográficas

Benitez-Morales, A.; Cordoví-Monje, R.; Marzan-Miranda, Y. (2021). Estrategia educativa para la formación integral en los estudiantes de la EPEF de Tercer Frente. *Olimpia*, 18(4). <http://portal.amelica.org/ameli/journal/429/4292570015/4292570015.pdf>

Caballero-Rivacoba, M. T. y Yordi-García, M. J. (2007) Trabajo comunitario: Una alternativa cubana al desarrollo social. Ediciones Ácana.

<https://isbn.cloud/9789592670723/el-trabajo-comunitario-alternativa-cubana-para-el-desarrollo-social/>

- Chávez-Cevallos, E. y Sandoval-Jaramillo, M. L. (2016) Tiempo libre, sedentarismo y salud en adolescentes ecuatorianos. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 32 (3).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252016000300009
- Gómez, N. y Costa, J. (2018). Animación Recreativa [Curso de posgrado]. Universidad de Oriente, Santiago de Cuba, Cuba.
- González, A. y Velasco, M. E., (2015) *Teoría de la Recreación*. Universidad de Pamplona.
- León, B. y Montero, L. (2018). La actividad física en la comunidad universitaria. *Arrancada*, 18 (34), 276-278.
<http://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada>
- Osorio, E. (2005) *La Recreación y sus aportes al desarrollo humano*. Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación- Funlibre.
<https://docplayer.es/12381653-La-recreacion-y-sus-aportes-al-desarrollo-humano-por-esperanza-osorio-c-directora-ejecutiva-nacional-de-funlibre.html>
- Rodríguez-Galindo, E. J. y Díaz-Rodríguez del Rey, C. R. (2018). El diagnóstico, la Animación Sociocultural y la participación de niñas y niños en las actividades físico - recreativas en la comunidad montañosa Jibacoa. *Ciencia y Actividad Física*, 5 (1), 15-21.
- Sosa, D. A. (2015, 8-13 de abril). *Gestión de los procesos Físico-recreativos a partir del CETiLReF, la Disciplina Recreación Física y el Departamento de Recreación Física del INDER de VC* [Conferencia Magistral]. II Taller Nacional Actividad Física y Desarrollo Local, Sancti Spíritus.
- Vilaú-Díaz, L. A.; Rodríguez-Pérez, L.; Rivera-Oliva, R. y Amarán-Valverde, J.E. (2012) Plan de actividades físico-recreativas para ocupar el tiempo libre en jóvenes desvinculados del estudio y el trabajo, *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 16 (3).

Conflicto de interés

No existe

Contribución de autoría

Yanneris Castellanos-Zamora: Idea y desarrollo de la investigación. Cálculos porcentuales. Diseño de la propuesta como solución.

MSc. Arisbel Benitez-Morales: Implementación de la propuesta en la comunidad y registro de los resultados.

MSc. Yanira Zamora-Mora: Redacción del informe.