

**MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA
POLICLÍNICO DOCENTE
"JIMMY HIRTZEL"
BAYAMO – GRANMA**

**Programa recreativo para la comunidad estudiantil de la Sede Universitaria
Municipal**

Recreational program for student community from Municipal University See

José R. Larramendi Sánchez¹

Resumen

Se efectuó un diagnóstico basado en observaciones y encuestas anónimas realizadas a los estudiantes de 17-35 años de edad de la Carrera de Psicología de la Sede Universitaria Municipal de Bayamo, entre los meses de enero a marzo de 2007; con el objetivo de conocer las opciones desde el punto de vista físico, deportivo, recreativo y cultural que le permitieran una adecuada utilización del tiempo libre. Los datos obtenidos se evacuaron en registros clasificados, se procesaron por conteo simple y se expresaron en por cientos. Se pudo detectar la inexistente oferta de actividades de este tipo y se propone la ejecución de un Programa que satisfaga a la mayoría de los jóvenes como profilaxis de actitudes negativas en los mismos.

Descriptores DeCS: ACTIVIDADES RECREATIVAS; ESTUDIANTES, DESARROLLO DE PROGRAMA

Abstract

It was made a diagnosis based on observations and anonymous surveys to students from 17-35 year-old from the Psychology speciality at municipal university see in Bayamo from January to March 2007 with the objective of knowing their options from the physical, sportive, recreational, and cultural viewpoints which permits them to spend their free time adequately. Data obtained were included on classified registers, and they were processed by simple count, and area showed in per cent. It was detected unexisting activities offers and it is proposed a program satisfying the majority of young people as prophylaxis in their negative attitudes.

Descriptores en Ingles: LEISURE ACTIVITIES ; STUDENTS ; PROGRAM DEVELOPMENT

Introducción

Los Programas de los procesos de enseñanza-aprendizaje en Cuba, tienen una característica esencial, y es que están concebidos desde la arista de la integralidad (1) en la formación profesional con el reprobado propósito de obtener un graduado universitario con una basta

conciencia político-ideológica definida acorde a los intereses socialistas de la clase obrera, cultura general, dominio pleno de sus competencias técnico-científicas y buena preparación física y espiritual para su desempeño.

El deporte estudiantil es motor de aprendizaje y recreación, es afianzamiento de esquemas de capacidades en el desarrollo de la educación física (2). Las actividades culturales enriquecen la espiritualidad del alumnado. Dentro de la institución, pueden transformarse en una apreciable herramienta de animación social, debido a la riqueza de contenidos en valores de socialización y revalorización de la persona. Es por ello que su tratamiento práctico debe ser considerado de forma específica y diferenciada, donde el trabajo con jóvenes se convierta en uno de los elementos de mayor importancia en el quehacer de los profesores, tutores, cuadros de la UJC, FEU y Administración.

- Problema:
Insuficiencias de ofertas físico-recreativas en la carrera de Psicología de la SUM-Bayamo y áreas geográficas colindantes.
- Justificación:
Esta labor permite conocer la situación actual en la que se encuentran los estudiantes de la SUM-Bayamo, proponer un esquema de actividades físico-recreativas que satisfaga sus gustos y preferencias, contribuyendo a la elevación de la calidad de vida dentro y fuera de las sedes; dirigidos al desarrollo de una Cultura General Integral como parte de la Batalla de Ideas.
Además, ofrece la posibilidad de implementar un conjunto de acciones que conlleven a prevenir conductas inadecuadas como la drogadicción y el alcoholismo; de las cuales, ha sido víctima este sector de la población, producto entre otras cosas, a la falta de opciones de distracción que permitan emplear adecuadamente el tiempo libre.
- Objetivo: Desarrollar un Programa de Reanimación Social con actividades físico-recreativas que propicien una adecuada utilización del tiempo libre por los universitarios y los jóvenes de las comunidades cercanas a ellas.

Método

-Muestra:

En la investigación se utilizaron prototipos al azar de 150 estudiantes de la Carrera de Psicología de la SUM-Bayamo, en edades entre 17 y 35 años. De ellos, 90 del sexo femenino que representa un 60%, y 60 del sexo masculino, constituyendo el 40% de la población estudiada.

-Método y Procedimiento:

La observación científica y las encuestas anónimas eventuales efectuadas a los estudiantes de 17-35 años de edad de la Carrera de Psicología de la SUM-Bayamo, entre los meses de enero a marzo de 2007, compusieron la base que permitió hacer un levantamiento de las dificultades tanto objetivas como subjetivas que entorpecen el desempeño de las actividades recreativas, deportivas y culturales en la Sede Universitaria. Los datos obtenidos se evacuaron en registros clasificados, se procesaron por conteo simple y se expresaron en por cientos.

Discusión

Variadas son las concepciones que se dan sobre la recreación y el tiempo libre. Algunas expresan: Recreación, es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística-cultural; sin que para ello sea necesario una compulsión externa mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.(3)

Las Actividades Físicos-Recreativas: Están determinadas por la realización de acciones de entretenimiento a través de movimientos motores o ejercicios, a las cuales se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual.(4) Tiempo Libre: Aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no es menester y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico se puede optar por cualquiera de ellas.(3,4)

Es incalculable como trasciende negativamente a la sociedad, específicamente a las nuevas generaciones; que no exista un sistema bien concebido para la recreación. Más que necesidad de recursos, es cuestión de trazar métodos de trabajo con la participación de todos los factores y lograr que se vean variables de estas opciones.(5)

La mayor dificultad está en la estrategia a seguir para aumentar la gama de actividades que garanticen la diversión del alumnado, porque las vías y las formas existen. Mientras más oportunidades se tengan para emplear el tiempo libre en un ambiente sano, mejores estudiantes y trabajadores habrá; mas se defenderán las tradiciones culturales y mayor arraigo tendrá el amor a la patria.

Resultados

- a) Inventario de locales disponibles para las actividades físicas, recreativas y culturales en la Carrera de Psicología de la SUM- Bayamo- Granma.

No. Departamentos	Cantidad
1. Aulas	20
2. Comedor	1
3. Plazoleta	1
4. Sala de video	-
5. Canchas deportivas	2
6. Laboratorios de computación	1

- b) Se proporcionan a los jóvenes varias opciones físico, recreativo y culturales que les permitan una adecuada utilización del tiempo libre, basándose en actividades como proyección de películas y videos, debates, bailoterapia, juegos de mesa y deportivos, entre otros; que conlleven a una disminución de factores de riesgo que atentan contra su salud y bienestar físico; además, contribuir a elevar su nivel cultural.

Estructura Organizativa y Funcional del Programa (flexible)

No/Actividad/Periodo cumplimiento/Responsable/Hora/Lugar:

1. Presentación del programa -Inicio de Curso- Responsable del Proyecto- 5:00 pm- Septiembre- Plaza.
2. Divulgación de la importancia social de las actividades físico-recreativas permanente FEU-UJC-Administración-Brigadas T/D 1 al 30 Sedes- Aulas.
3. Confección de medios de propaganda con medios propios, elaborar un mural informativo para divulgar las actividades-Permanente-Profesores del INDER y Promotores Culturales-T/D 1 al 30 Departamento Cultura Física.
4. Proyección de videos con fines educativos (Debates)-Semanal, Promotor Cultural 5:00-7:00 pm miércoles Sala Video o Aula.
5. Presentación de libros para promover hábitos de lectura 1 vez en el mes Promotor Cultural- Sábado 9:00 am Sábados Plazoleta.
6. Música y Bailoterapia- Semanal Promotor Cultural-6:00 a 8:00 pm- Miércoles Plazoleta.
7. Copa de Béisbol entre carreras de la SUM o con la comunidad. Una vez en el mes Profesor de educación física S/Programa, Terreno, Canchas Deportivas.
8. Realización de juegos de mesa (Dama, Parchís, Ajedrez y Dominó) Todo el Mes Profesor de Educación Física S/Programa 1 al 30 Pasillos – Plazoletas.

9. Visita a un lugar histórico o cultural-Una vez al mes, Promotor Cultural 10:00 am Sábado.
10. Excursión y Campismo Semestral Profesor de Educación Física Viernes a Domingo S/P.

(Permite adecuarlo o ajustarlo a las características de cada Sede Universitaria)

Conclusiones

Dificultades de programación de actividades recreativo-deportivas y culturales en las que los estudiantes puedan disfrutar con esparcimiento. Mala calidad en las áreas de juego para la práctica masiva o selectiva de ejercicios. No se dispone de un local para videos educativos. Existe poca motivación por la realización de actividades para la recreación sana por parte de los distintos factores.

Recomendaciones

1. Designar responsables de la ejecución del Programa a nivel de Consejo de Dirección SUM, Sede de Carrera, UJC, FEU y Brigadas de los estudiantes y activistas de Comunidad.
2. Mejorar las áreas deportivas existentes.
3. Disponer de un local para videos educativos.
4. Desarrollar Programa propuesto a partir del curso 2007-2008.
5. Ampliar estudios explorando mayores intereses individuales y/o grupales dentro y fuera de las carreras universitarias.

Para la realización de este programa se necesitan los siguientes recursos:

- Profesores del INDER e instructores de arte.
- Equipos de audio.
- Implementos deportivos adquiridos por la institución o elaborados con recursos propios.
- Juegos de mesa y otros elaborados por los profesores y/o estudiantes.
- Local para Sala de videos.

Bibliografía

1. Cuba. Instituto Nacional de Deportes y Recreación: "Manual de la pasividad". La Habana: Editorial Deportes; 1990.
2. Estévez Culléll M, Arroyo Mendoza M, González Ferri C. La investigación científica en la actividad física: su metodología. La Habana: Editorial Deporte; 2004.
3. Fullera Bandera P. y col. Recreación Comunitaria. La Habana: Editorial Deportes; 2000.
4. Orientaciones metodológicas para la Educación Física para adultos y promoción de salud en la comunidad. La Habana: INDER; 2000.
5. Rodríguez Suárez R. ¿Cuál es nuestro plan? Sección frente al espejo. Periódico Juventud Rebelde. No 88, sábado 10 de febrero de 2007; p-2.

Anexos

Encuesta

Este pesquizaje tiene un carácter anónimo y su objetivo es conocer la situación actual de la recreación a nivel de la carrera de Psicología y su Comunidad. Trate de ser verás en sus contestaciones. Muchas Gracias.

Edad _____ Sexo _____ Año de estudio _____

1. ¿Conoce usted algunas formas de recreación?
Si _____ No _____ Explique en caso afirmativo.
2. ¿Sabe usted la importancia de las actividades recreativas, deportivas y culturales para la escuela y la comunidad?
Si _____ No _____ Exponga en caso positivo _____
3. ¿Participa en movimientos deportivos, recreativos y/o culturales en el plantel?
Si _____ No _____

a) ¿Cuáles?

b) ¿Con qué frecuencia los ejecutas?

Diariamente _____ Tres veces en la semana _____ Semanal _____ Nunca _____

4. ¿Le gustaría realizar algún tipo de actividad física, recreativa, deportiva y/o cultural en la carrera?
Si _____ No _____
a) En caso negativo declare por qué _____
5. ¿Conoce donde se realizan estas actividades de la comunidad?
Si _____ No _____ Argumente en caso cierto _____
6. ¿A qué dedica su tiempo libre? Enumere en orden de prioridad.

a) Deportivas

Hacer ejercicio físico _____

Fútbol _____

Baloncesto _____

Béisbol _____

Voleibol _____

Ajedrez _____

b) Recreativas

Juegos Tradicionales _____

Dominó _____

Dama _____

Parchís _____

Juego de cartas _____

Otras _____ Cuáles _____

c) Culturales

Escuchar música _____

Ver TV o video _____

Leer _____

Escribir _____

Cantar _____

Bailar _____

Teatro _____

7. ¿Cómo considera usted que se puedan implementar estas acciones en la SUM y la comunidad?
8. En qué horario y sección del día le gustaría realizar actividades de estas clases.
9. Marque con una X a través de qué medios los estudiantes o los pobladores conocen las actividades recreativas de la Sede Universitaria.

Comunicación verbal o directa _____

Charlas o debates _____

Ninguna vía _____

Mural _____

Vallas, carteles, pancartas _____

¹ Especialista de I grado en Medicina Física y Rehabilitación. Profesor Asistente