

## Original

### **Propuesta de actividades físicas - recreativas y su repercusión en la disminución de la violencia en la edad juvenil**

**Proposal of physical activities - recreational and his repercussion in the decrease of the violence in the juvenile age**

MSc. Yudisnel Pérez Pérez. Profesor Instructor, Universidad de Granma. Cuba.

[yperezperez@udg.co.cu](mailto:yperezperez@udg.co.cu)

Lic. Belmis Isabel Miranda Ortega. Profesores Asistente, Universidad de Granma. Cuba.

[bmirandao@udg.co.cu](mailto:bmirandao@udg.co.cu)

MSc. María Esperanza Enamorado. Profesor Asistente, Universidad de Granma. Cuba.

[menamoradoh@udg.co.cu](mailto:menamoradoh@udg.co.cu)

Recibido: Aceptado:

### **Resumen**

Este trabajo se realizó en la comunidad de Villa Blanca del municipio de Buey Arriba. El mismo estuvo encaminado a comprobar las causas que provocan las manifestaciones violentas en la juventud, lo que permitió la aplicación de un sistema de actividades que contribuyó a disminuir la violencia intrafamiliar y la influencia de las actividades físicas recreativas en el desarrollo integral de la población comprendida entre 14 y 30 años de la zona objeto de estudio y de esta forma mejorar las relaciones entre las personas de estas edades y de la población general en la comunidad. Para la misma se tomó una muestra de 152 jóvenes en la comunidad, lo que representa el 100% de la población comprendida entre 14 a 30 años. Durante el desarrollo de esta investigación se pudo diagnosticar la situación actual de la comunidad en el aspecto de la violencia intrafamiliar y además conocer el nivel de aceptación por los jóvenes de las actividades planificadas como recreación así como la disminución de la violencia en la edad juvenil. Su importancia radica en la implementación de un programa de actividades físico-recreativas que permitió disminuir las conductas violentas de las cuales han sido víctimas este sector de la población producido entre otras cosas por la falta de opciones físicas recreativas que le permitan desarrollarse en armonía en el seno de su comunidad y la inserción a la sociedad de los grupos más vulnerables.

**Palabras claves:** actividades físico-recreativas; manifestaciones violentas; comunidad; conductas violentas.

## **Abstract**

This work came true in White Villa's community of Buey Arriba's municipality. The same you were aimed at checking the causes that provoke the violent manifestations in the young, that allowed to the application of a system of activities that contributed to decreasing the violence intrafamiliar and I object the influence of the physical recreational activities in the integral development of the population understood between 14 and 30 years of the zone of study and in this way improving the relations between the people of these ages of the general population in the community and. You took 152 young people's sign in the community for the same, that acts in 100 % of the included population between 14 's representation to 30 years. Intrafamiliar could diagnose the present-day situation of the community in the aspect of violence itself during the development of this investigation and besides knowing the level of approval for young people of the activities planned like recreation as well as the decrease of the violence in the juvenile age. His importance consists in the implementation of a program of physical recreational activities that it enabled decreasing the violent conducts which victims have been this sector of the population produced between something elses by the lack of physical recreational options that they allow developing in harmony within the pale of its community and the insertion of to the society of the most vulnerable groups.

**Key words:** physical recreational activities; violent manifestations; community; violent conducts

## **Introducción**

El hombre ha sido testigo a lo largo de la historia, de múltiples formas de violencia, en ello han incidido disímiles factores, la cultura ha sido uno de ellos que ha acompañado el desarrollo social, estimulando en los individuos, valores de desigualdad entre las personas. Es una necesidad para nuestro país el análisis de la violencia intrafamiliar y fundamentalmente en los jóvenes debido al incremento en los últimos años, llegándose a reconocer como una enfermedad tan contagiosa como el SIDA.

A pesar de los avances alcanzados en nuestra sociedad, que han convertido a Cuba en uno de los países que más lucha por prolongar la vida pero la utilización de la violencia por algunas personas, trae consigo consecuencias negativas en todas las demás que convivan con ella o cerca de ella.

Todas las formas de manifestaciones de la recreación, tanto las actividades pasivas como físicas, brindan la posibilidad de ocupar adecuadamente el tiempo libre y mejorar la calidad de vida, pero sin lugar a dudas las que tienen un carácter físico presentan en grado superlativo

mayor caudal de posibilidades para el recreo sano y el esparcimiento espontáneo, sin dejar de tener en cuenta el carácter individual de los gustos e intereses recreativos, donde cada uno elige la actividad a realizar.

La utilización del tiempo libre debe ser lo más selecta y útil posible de manera que satisfaga el objetivo fundamental para todos y responda a su vez a las individualidades, sin embargo no siempre se les presta total interés por lo que tiene a su cargo esta importante tarea y descuidan involuntariamente las amplias posibilidades de una ocupación adecuada del tiempo.

La necesidad de las actividades recreativas es un hecho indiscutible en la actualidad, pues esta es de gran utilidad en la reproducción que tiene que tener el hombre. Es por ello que la recreación constituye un valioso medio para garantizar el esparcimiento del individuo y su contenido es tan variado, como variado pueden ser los intereses individuales de los que se entreguen a ellos para aprovechar todo su potencial.

Para Jorge Dumazedier, destacado psicólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, “recreación es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales”. Es una definición esencialmente descriptiva aunque popularmente conocida como las tres “D”; descanso, diversión y desarrollo.

En la comunidad de Villa Blanca, la mala utilización del tiempo libre ha provocado que haya aumentado el nivel de alcoholismo debido a que no existen las instalaciones deportivas y culturales necesarias para el esparcimiento. Su producción económica fundamental es el café, siendo esta la que ofrece mayor fuente de empleo. Cuenta con instituciones sociales como: una bodega, una escuela, un consultorio médico, una farmacia, un puesto gastronómico y una UBPC; todas involucradas en el desarrollo de la misma.

A pesar que se han llamado a los jóvenes a incorporarse a la superación general integral, algunos no se han incorporado y se encuentran desvinculados del trabajo, además hay adolescentes en edad escolar que abandonan los estudios para comenzar a trabajar y así resolver sus problemas económicos, ya que por lo general conforman su familia a temprana edad. De igual forma hay una cantidad considerable de jóvenes que han sido abandonados por sus padres a temprana edad y criado solo por sus madres, por lo general en el 72% de las familias ha tenido al menos un familiar que haya cumplido condena por alguna u otra causa, entre las que predomina la violencia. Por todas estas problemáticas la comunidad se encuentra identificada dentro de las zonas desfavorecidas del mapa sociopolítico.

Los autores definen como problemas de la investigación ¿Cómo disminuir las manifestaciones violentas en las relaciones entre los jóvenes de la comunidad de Villa Blanca? Y como objetivo elaborar un programa físico recreativo que propicie la disminución de la violencia en la población joven de la comunidad de Villa Blanca, del municipio de Buey Arriba y el campo la disminución de la violencia en la población joven de la comunidad de Villa Blanca.

### **Población y muestra.**

Esta investigación se desarrolló durante 3 meses en la etapa comprendida entre Julio - Septiembre. Para el desarrollo de este trabajo se seleccionó una muestra de 152 jóvenes lo que representa el 100% de la población comprendida en las edades entre 14 y 30 años, de la comunidad de Villa Blanca.

### **Desarrollo.**

Recreación es un término al que se le da muchos significados. En la escuela internacional se llamo recreo al lapso entre dos materias u horas de clase, en el que se permita a los alumnos jugar o descansar, reponiéndose del esfuerzo de concentración requerido por el estudio.

Considerando que este concepto es algo restringido pues solamente limita la recreación a la actividad de juego y no tiene en cuenta una significación más amplia, sin embargo, considerando la perspectiva pedagógica, tiene por cierto, un significado más amplio, a esta se le considera como “una actitud o estado de ánimo para emprender nuevas actividades que impliquen experiencias enriquecidas, un sistema de vida para ocupar positivamente las horas libres y una fase importante del proceso educativo total.

Para Jorge Dumazedier, destacado psicólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, “recreación es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales”. Es una definición esencialmente descriptiva aunque popularmente conocida como las tres “D”; descanso, diversión y desarrollo.

Al analizar el abordado concepto de este término, una muy aceptable y completa definición fue elaborada en Argentina, durante una convención realizada en 1967, definición que mantiene plena vigencia y considera: “La recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual y colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la

oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas que le permite volver al mundo vital de la naturaleza y la incorpora al mundo creador de la cultura, que sirve a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo y que responden en última instancia a su plenitud y a su felicidad.

En la definición dada por Aldo Pérez y sus colaboradores, plantea que la recreación: “Es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen del 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 y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad”.

Consideramos que estas dos últimas definiciones son más completas e integradoras ya que incluyen aspectos esenciales en el desarrollo integral de la personalidad del individuo, tales como: el cognoscitivo, profiláctico, deportivo, cultural, los cuales están vinculados a la actividad social del hombre. Estos elementos son de gran importancia en nuestra investigación, ya que al realizar las actividades con la muestra seleccionada, deben tenerse en cuenta para lograr una mayor integralidad y nivel de satisfacción en los mismos. Así mismo debemos tener en cuenta las características socio-psicológicas de la recreación:

1. Las personas realizan las actividades recreativas para ellas mismas; libres de cualquier obligación o compulsión externa.
2. El electo esencial de la recreación no está en los resultados, sino en el disfrute a través de la participación.
3. Las actividades recreativas brindan a los participantes satisfacción inmediata.
4. La recreación es una forma de participación donde el hombre siente lo que hace y hace lo que siente como expresión de una necesidad que satisface.

Si analizamos con mucho cuidado cada uno de los conceptos emitidos por los diferentes autores hay un electo en común, “el tiempo libre”. El concepto de tiempo libre ha sido objeto de numerosas discusiones y debates entre economistas, sociólogos y psicólogos. Su definición plantea numerosas interrogantes que hoy en día no están totalmente solucionadas.

Para llegar a la esencia del tiempo libre es necesario analizar las actividades de estos tiempos, pero el tiempo disponible socialmente, determinado para la realización de las actividades recreativas, no es tiempo libre, si no se dan ciertas condiciones socio-económicas que permitan satisfacer en un nivel básico, las necesidades humanas vitales que responde a la sociedad específica. El tiempo de la recreación y el tiempo libre, más que la existencia de un tiempo

cronológico, de un tiempo en horas o minutos es un problema de la existencia de las condiciones económicas que permita la realización o no, a la vez que utilizar y disfrutar ese tiempo de las actividades recreativas.

Para muchos autores, especialmente Aldo Pérez entiende por tiempo libre aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no son de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico de satisfacción de las necesidades humanas es la condición que permite realmente al individuo optar y elegir libremente las actividades a realizar durante su tiempo libre. Esto afirma el hecho de que el tipo de actividad es seleccionada por el individuo, pero esta es ofertada, condicionada socialmente.

La estructura y variedad de las actividades del tiempo libre de un pueblo expresan, en última instancia, su nivel de desarrollo sociocultural. Especial atención debe prestarse al empleo del tiempo libre de los niños y jóvenes, en tanto este incidirá de una forma u otra en la formación de la personalidad. La importancia de la adecuada utilización de este tiempo es más compleja, ya que puede constituir un elemento regulador de la prevención de conductas de riesgos.

Como principales problemas se encuentran:

- El empleo de las conductas violentas en la relación entre los jóvenes.
- No existen círculos sociales ni las suficientes áreas deportivas para satisfacer la demanda de la práctica masiva o selectiva de deportes.
- No existe claridad en la población de las formas de manifestaciones de la violencia, lo que ha provocado que se manifiesten como algo normal.
- Existen jóvenes desvinculados del estudio trabajo.
- Sólo existe un promotor cultural que no satisface la demanda de la población.

Manifestaciones de violencia más comunes:

- Abuso verbal: Rebajar, insultar, ridiculizar, humillar, utilizar juegos mentales e ironías para confundir, etc.
- Intimidación: Asustar con miradas, gestos o gritos. Arrojar objetos o destrozar las propiedades.
- Amenazas: De herir, matar, suicidarse, llevarse a los niños.
- Abuso económico: Control abusivo de finanzas, recompensas o castigos monetarios, impedirle trabajar aunque sea necesario para el sostén de la familia, etc.
- Abuso sexual: Imposición del uso de anticonceptivos, presiones para abortar, menosprecio sexual, imposición de relaciones sexuales contra la propia voluntad o contrarias a la naturaleza.

- Aislamiento: Control abusivo de la vida del otro, mediante vigilancia de sus actos y movimientos, escucha de sus conversaciones, impedimento de cultivar amistades, etc.
- Desprecio: Tratar al otro como inferior, tomar las decisiones importantes sin consultar al otro.

#### Programa recreativo

Para la elaboración del mismo tuvimos en cuenta las etapas de elaboración de un proyecto, algunas ya explicadas anteriormente.

- El diagnóstico, se realizó basándonos en los principales problemas de la comunidad, en cuanto a su nivel de desarrollo socioeconómico, características sociodemográficas (edad, sexo, nivel cultural, etc.) estructura de la comunidad, se tiene en cuenta también los intereses, necesidades recreativas, motivaciones, gustos y preferencias.
- Se tuvo en cuenta el déficit de instalaciones deportivas, de materiales deportivos, y la poca experiencia del personal técnico.

El programa se realizó durante el mes de agosto todos los días, de lunes a viernes se realizaran las actividades a partir de las 5.00pm y hasta las 7:00pm, sábado desde las 9:00 am hasta la 11:00am y de 4:00pm a 10:00 pm y los domingos desde las 9:00 am hasta las 6:00 pm.

Para el desarrollo de este programa se necesitaran los siguientes recursos:

- ❖ Profesores del INDER
- ❖ Equipo de audio.
- ❖ Implementos deportivos, elaborados con recursos propios
- ❖ Juegos de mesa de la familia y otros elaborados por los profesores.

La propuesta puede presentar dificultades de índole objetivas y subjetivas como son:

- ❖ El transporte para realizar las actividades planificadas fuera de la comunidad.
- ❖ Problemas con el equipo de audio.
- ❖ La participación de la población joven en las actividades planificadas.

Mostramos un ejemplo de las actividades diseñadas.

Nombre. "Espacio joven"

Con este programa se trata de dar solución a los problemas de la poca recreación detectados en el diagnóstico realizado en la comunidad.

Objetivo general:

Disminuir la violencia en los jóvenes de la comunidad de Villa Blanca y lograr la satisfacción plena en los habitantes donde encuentren un espacio para el disfrute, esparcimiento, la diversión, relajación física, mental y empleo sano de su tiempo libre y la recreación a través de actividades físicas y recreativas.

Objetivos específicos:

- Dotar de conocimientos a la comunidad para que comprendan la necesidad de la adecuada utilización del tiempo libre.
- Estimular el desarrollo del activismo en las actividades físico- recreativas.
- Desarrollar debates sobre la necesidad de incentivar el movimiento físico- recreativo.

Metas:

- Satisfacer las necesidades y demandas de los jóvenes.
- Incrementar la participación de la juventud en las actividades planificadas.
- Dar tratamiento al plan de integración de los organismos y organizaciones de la comunidad.

Determinación de las acciones y tareas a realizar.

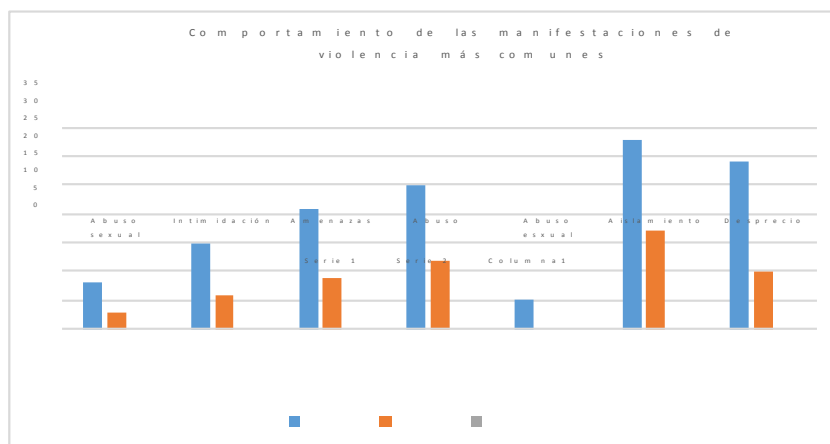
No	Acciones	Tareas
1	Divulgar la importancia social de las actividades físico- recreativas	1. Elaboración de un plan de divulgación. 2. Confección de medios de propagandas.
2	Elevar el nivel de gestión administrativa.	1. Solicitar cooperación de los organismos y del consejo de la comunidad.



3	Disminuir la incidencia de la falta del personal calificado en la realización de actividades físico-recreativas	1. promoción del activismo en la cultura física con la colaboración de los líderes formales.
4	Aumentar la cantidad y calidad de las actividades físico-recreativas en la comunidad.	1. Mayor control sobre el sistema. 2. Aplicación rigurosa de las disposiciones y especificidades al respecto.
5	Participación multilateral y concertada de todos los factores e instituciones en el proyecto.	1. integración del consejo comunitario 2. Desarrollar proyectos de intervención comunitaria conjuntos. 3. inserción de este proyecto en el programa de desarrollo del Consejo.

### Análisis de los resultados.

El siguiente gráfico representa el comportamiento de las manifestaciones de violencia más comunes en la comunidad.



### CONCLUSIONES

El análisis de los instrumentos aplicados permitió a los autores arribar a las siguientes conclusiones:

- Se comprobó que existe desconocimiento teórico sobre el concepto de violencia y sus manifestaciones.
- La aplicación sistemática de las actividades recreativas propuestas permitió disminuir las manifestaciones de violencia entre los jóvenes de la comunidad objeto de estudio.

## **RECOMENDACIONES**

- Generalizar en todas las comunidades el programa de actividades de esta investigación.
- Realizar talleres sobre la instrumentación de actividades físicas - recreativas y su repercusión en la disminución de la violencia en la edad juvenil u otras necesidades en las comunidades.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Artilles de León, Iliana (2001). *Violencia y Sexualidad* / Iliana Artilles de León Ciudad Habana: Editorial Científico Técnico, -- 142p.
- Instituto Nacional de Deportes y Recreación. (1990). *Manual de la masividad*. La Habana, INDER. Cuba.
- Bozhovich, L.I. (1998). *Estudio de las motivaciones de la conducta de los niños y Adolescentes* / L.Bozhovich, L.I. Blagonadiezshina.--Ciudad Habana: Editorial pueblo y Educación ,--485p.
- Estévez Cullell, M., M. Arroyo Mendoza y C. González Ferry. (2004). *La*
- *Investigación Científica en la Actividad Física: su metodología*. La Habana, Editoriales Deportes.
- Fullea Bandera, P. y col. (2002). *Recreación Comunitaria*. La Habana, INDER.
- *Orientaciones Metodológicas para la Educación Física para adultos y Promoción de salud en la comunidad*. (2002). La Habana, INDER.
- Pérez Sánchez, A. (1993). *Recreación: Fundamentos Teóricos Metodológicos*. México, Talleres Gráficos Instituto Politécnico Nacional.
- Rodríguez, O. (1981). *Tiempo Libre y Personalidad*. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.
- Sarduy Sánchez, C. Ada Caridad Alfonso Rodríguez. (2000) *Género: Salud y Cotidianidad*. La Habana. Editorial Científico Técnica, 302p.IL.