



## Original

### **Actividades recreativas para el cuidado del medio ambiente** **Recreational activities for the care of the environment**

Leyanet Maya Carballosa. Universidad de Cienfuegos. Cienfuegos. Cuba.

[lmaya@ucf.edu.cu](mailto:lmaya@ucf.edu.cu) 

Olga Lidia Carballosa Manresa. Universidad de Cienfuegos. Cienfuegos. Cuba.

[ocarballosa@ucf.edu.cu](mailto:ocarballosa@ucf.edu.cu) 

Grisel de la Caridad Navarro Soto. Universidad de Cienfuegos. Cienfuegos. Cuba.

[gnavarro@ucf.edu.cu](mailto:gnavarro@ucf.edu.cu) 

**Recibido:** 22 de febrero de 2021    **Aceptado:** 8 de junio de 2021

### **Resumen**

El presente trabajo investigativo es el resultado de una investigación empírica que da solución al problema científico: ¿Cómo contribuir al cuidado del medio ambiente a través de actividades recreativas para los niños en el consejo popular “Castillo – Cen”? Dicha investigación tiene como objetivo: Elaborar actividades recreativas para el cuidado del medio ambiente de los niños en el consejo popular “Castillo – Cen “. En el trabajo son tratados de manera integrada, criterios generales que se consideran esenciales y representativos para la confección de las actividades recreativas para el cuidado del medio ambiente de la sociedad. Los resultados obtenidos son de gran importancia para el desarrollo de las acciones recreativas – medioambientales de estos niños para formar en ellos su comportamiento. “Proteger el medio ambiente no es una moda, sino una necesidad”

**Palabras clave:** medio ambiente; recreación.

### **Abstract:**

The present investigative work is the result of an empirical investigation that solves the scientific problem: How to contribute to the care of the environment through recreational activities for children in the popular council "Castillo - Cen"? This research aims to: Develop recreational activities for the care of the environment of children in the popular council "Castillo - Cen". At work they are treated in an integrated manner, general criteria that are considered essential and representative for the preparation of recreational activities for the care of society's environment. The

results obtained are of great importance for the development of recreational - environmental actions of these children to form their behavior. "Protecting the environment is not a fashion, but a necessity"

**Key Words:** environment; recreation

## **Introducción**

La interrelación de la sociedad y naturaleza es extraordinariamente amplia en nuestro tiempo, y ha originado el problema ecológico que figura entre los acontecimientos globales de la humanidad; como respuesta a la planteado en la Conferencia de Naciones Unidas sobre Medio Ambiente y Desarrollo (CNUMAD), Río de Janeiro, 1992, se crea el Programa Nacional sobre Medio Ambiente y Desarrollo (PNMAD) en el año 1993, con el objetivo de minimizar o detener los daños que está sufriendo el planeta por la actividad humana en el proceso de desarrollo económico y social (Programa Nacional de Medio Ambiente y Desarrollo, 1993).

El incesante progreso de la ciencia y la técnica ha aumentado en proporciones nunca vistas el poderío de la humanidad con respecto a la naturaleza por lo que se hace necesario reflexionar y accionar en esta dirección, es desde hace mucho tiempo, tradicional en la historia del pensamiento científico y filosófico.

Marx en una de sus cartas a Engels expresaba sobre la ecología " la cultura si se desarrolla de manera espontánea y no se orienta consecuentemente... deja tras de sí un desierto; " Si tenemos en cuenta su carácter pedagógico y educativo, resulta de gran interés el desarrollo de una mentalidad medio ambiental comprometida en la Cultura Física, por lo que nos proponemos con este estudio vincular las actividades recreativas con el cuidado del medio ambiente los conflictos que caracterizaron la salida del siglo XX y la entrada del XXI, es conveniente reflexionar acerca de nuestra responsabilidad en la formación de firmes convicciones ecológicas a través de la Recreación , lo que contribuirá a formar generaciones de hombres capaces de potenciar lo humano.

La necesidad de una educación tendiente a preservar lo humano, nos hace reflexionar en el papel del profesor de Recreación en la escuela y la comunidad como un comunicador social. La preocupación del siglo XX acerca de una

mentalidad ecológica, que ocupaba a algunos y preocupaba al estado cubano.

Se entiende como Recreación Ambiental todas aquellas actividades planificadas en función de la sensibilización, valoración y formación que se desarrollan en un contexto determinado con el fin de aprender de forma vivencial el cuidado y la preservación ambiental. (Acuña & Mauriello, 2013, p. 28)

Se considera una herramienta interdisciplinaria que, desde todo ámbito educativo, va a potenciar el respeto al entorno desde una perspectiva educativa, todos exige de los profesores de Recreación una formulación coherente al respecto.

El medio ambiente es considerado por García (2015) & Estrada & Herrera (2016), como un sistema de elementos abióticos, bióticos y socioeconómicos que interactúa el hombre, a la vez que se adapta al mismo, lo transforma y lo utiliza para satisfacer sus necesidades.

Debemos entender que el cuidado y preservación del medio ambiente no es responsabilidad solamente de las Ciencias Naturales sino de todos. Hasta el momento hemos tenido una visión reduccionista del medio ambiente al analizar solamente su parte externa, biológica, natural y no enfocarlo como un sistema sociedad- naturaleza.

Muchos son los parámetros que actualmente se toman en nuestra sociedad para expresar los términos e índices que han de definir la mejoría de la calidad de vida: educación, cultura, salud, deporte, Recreación y tiempo libre entre otros, en fin, un desarrollo económico y social para lograr una armonía con su entorno y es aquí donde a partir de la influencia que puede ejercer el profesor sobre los alumnos con una adecuada dirección a la Educación Ambiental.

## **Desarrollo**

En la Estrategia Ambiental Nacional (2016 - 2020) se identifican las acciones que incluyen la conservación y manejo adecuado de los recursos naturales, la lucha sistemática contra las causas y condiciones que originan la contaminación, daño o perjuicio a estos, la aplicación de medidas preventivas y la rehabilitación de los recursos afectados

(Estrada & Herrera, 2016), Cuba, con las modificaciones introducidas a ley de reformas constitucionales, aprobadas por la Asamblea Nacional del Poder Popular, fue el primer país del mundo que incorporó y enfatizó los acuerdos de la conferencia de las Naciones Unidas sobre el Medio Ambiente y Desarrollo.

El Artículo 27 de la Constitución de la República de Cuba, expresa que “El Estado protege al medio ambiente y los recursos naturales del país. Reconoce su estrecha vinculación con el desarrollo económico y social sostenible para hacer más racional la vida humana.

Los individuos deben convertirse en agentes de cambio que necesitan conocimientos, habilidades, valores y actitudes que faciliten contribuir al Desarrollo Sostenible. (UNESCO, 2017, p.8).

Chávez (2008), plantea: “Todas las instituciones públicas deben compartir la responsabilidad de encontrar soluciones a los problemas globales actuales; por eso, la educación, en general, y el sistema escolar, en particular, tienen una función muy importante, pues debe ser este sistema el que establezca los cimientos para la educación de todos y cada uno de los miembros de la sociedad”.

La Recreación ha adquirido un reconocimiento y una importancia actual en la vida del hombre de hoy, que es bueno ensayar un camino para llegar a los mejores resultados en la tarea de hacer llegar sus beneficios a todos los seres humanos, independientemente de sus antecedentes: históricos, sociales, económicos, educativos, artísticos y tecnológicos.

La autora coincide con lo planteado por autores como: (Alea, 2005; Perdomo, 2007; Duarte & Marcano 2009), los procesos de cambio con acciones socio ambientales integradoras, que trasciendan a los sujetos y se contextualicen en la comunidad, donde incluya aspectos como la participación social y la organización comunitaria que garantice una óptima calidad de vida y procure el auto desarrollo de las personas.

Las necesidades recreativas físicas en el desarrollo local no puede asumirse solo en la distracción del participante en el tiempo libre en actividades simples como muchos piensan, sino que hay que dejar este protagonismo a los participantes en como desean realizar las actividades recreativas, con quien desean realizarlas, dónde desean realizarlas, que días de la semana prefieren, a qué hora es decir, la postura que asumen, lo que no puede existir es la imposición, obligación externa; como pudiera decir cualquier participante, “yo elijo cual y como quiero ocupar mi tiempo libre, los especialistas facilitan el cumplimiento de mis objetivos. (Pérez, 1993, p.32)

Hoy se reconoce que la actividad física es considerada como una necesidad para todos los seres humanos, de todas las edades, del campo y la ciudad y sus

beneficios como factor de salud, condiciones físicas, como base del deporte, económico, motriz, cognoscitivo, es decir como una forma de vida activa para el bienestar del hombre por lo que la relación entre el medio ambiente y la Recreación posibilita un fenómeno social, que consiste en el traslado masivo y de forma temporal al medio natural.

Se debe destacar que, en el auge de actividades ociosas en el medio natural, la práctica física de aventura en la naturaleza; este tipo de actividad ha presentado un notable auge en las sociedades postindustriales avanzadas.

La tecnología ha facilitado los recursos e instrumentos pertinentes para el desarrollo de estas actividades recreativas, los niños más pequeños muestran dificultades para considerar que las plantas son seres vivos y que objetos móviles como coches y motos no lo son, se descubrió una gran unanimidad entre todos los menores, con independencia de su edad, al considerar como inadecuadas las conductas que dañan a las plantas", es esenciales para inculcar a los más pequeños valores que les lleve a responsabilizarse y disfrutar del medio ambiente, ante los acelerados cambios de ritmo que actualmente van imprimiendo los avances de nuestra sociedad, surge la imperiosa necesidad de preparar a los profesores de Recreación, para que a su vez preparen a los niños a través de métodos, habilidades y conocimientos que den respuesta a las demandas sociales, en este caso el cuidado y preservación del medio ambiente a través de actividades que nos permiten deslizarnos por el agua, el aire y la tierra, provocando notables sensaciones de placer, riesgo y aventura en función de las expectativas de cada cual.

En este desarrollo teórico también tenemos que destacar como los términos ecología y deporte se acercan cada vez más; la naturaleza es el marco idóneo para el desarrollo de actividades recreativas que rompen con el universo mecanizado y urbanizado, pero la realidad demuestra que se explota a la misma sin piedad, buscando en muchas ocasiones intereses lucrativos o desahogos egoístas, por lo que las modas y la publicidad inundan las playas junto a los plásticos, botellas, papeles.

Corrientemente se encuentran grandes aglomeraciones en estos lugares y se observa que el ocio se convierte en negocio; por esta razón, es conveniente que se sigan desarrollando normas para la protección de los espacios naturales y reglamentos de uso y disfrute de estos.

## **Muestra y metodología**

Para el desarrollo de la investigación, de una población de 235 niños del consejo popular “Castillo – Cen “municipio Cienfuegos; de ellos 131 son del sexo masculino y 104 del sexo femenino dicha población fue escogida al azar para comprobar, si mediante las actividades recreativas- medioambientales disminuye el maltrato al medio ambiente en la comunidad.

Los expertos lo dejan claro: la conciencia ambiental se desarrolla de niño, si de pequeños interiorizamos buenas prácticas y recuerdos asociados al medio ambiente, de mayores será más fácil concienciarse por su cuidado. Los juegos, las actividades lúdicas, divertidas, pueden ser una buena forma de lograrlo.

Identificarse con la naturaleza durante las primeras etapas de la vida ponemos a prueba nuestros sentidos; la identificación de sonidos, colores, olores, formas, asociada a la naturaleza nos refuerza nuestra identificación con el medio ambiente, y nos amplía nuestros conocimientos del entorno.

En este sentido, se pueden improvisar juegos para identificarse con la naturaleza, como imitar el sonido de animales o de fenómenos meteorológicos, el aleteo de las aves con los brazos, observar las huellas de los animales en el suelo, las ondas del agua, buscar formas en las nubes, aprender a contar con elementos naturales, hacer rimas sobre medio ambiente. Una de las mejores formas de aprender es hacer cosas por uno mismo.

Los talleres de actividades prácticas para menores pueden ser muy variados en su relación con el medio ambiente: hacer cajas para reciclar los residuos domésticos, reutilizar objetos usados para hacer manualidades ecológicas, fabricar casas de cartón y montar huertos escolares, pintura al aire libre.

Los juegos tecnológicos, aplicaciones utilizados de forma responsable, son un buen recurso educativo en este sentido, se pueden encontrar diversos videojuegos que tienen como objetivo divertir a la vez que sensibilizar por algún aspecto ambiental, como el reciclaje, la energía, el clima, el agua.

### Cómo enseñar a los niños a cuidar el medio ambiente.

El medio ambiente influye significativamente en nuestras vidas; con actividades simples se puede lograr que los estudiantes tomen conciencia sobre las claves de su cuidado: reducir, reutilizar y reciclar.

El medio ambiente es todo lo que nos rodea, los árboles, la vegetación, los animales, el medio físico y también las otras personas. (Estrada , 2016, p. 27)

(Paniagua, Noya, & Gomez, 1999), la autora coincide con los resultados de los estudios demoscópicos que detectan grandes lagunas en el conocimiento y en la comprensión de los problemas, con representaciones desajustadas y distorsionadas, por lo general, con relación a las teorías y modelos científicos disponibles.

Educación Ambiental es el proceso continuo y permanente que constituye una dimensión de la educación integral de todos los ciudadanos orientada a que, en la adquisición de conocimientos, desarrollo de hábitos, habilidades, capacidades y actitudes y en la formación de valores se armonicen las relaciones entre los seres humanos y de ellos con el resto de la sociedad y la naturaleza, para propiciar la orientación de los procesos económicos, sociales y culturales hacia el desarrollo sostenible.( Haedo, 2003, p. 43)

Existe una interacción permanente entre las personas y su ambiente. Nuestra forma de vida es influida por nuestro entorno natural y cultural, a la vez que nuestras acciones modifican el ambiente; por ello un individuo se siente mejor viviendo en una ciudad con aire limpio en vez de contaminado o trabajando en un ambiente laboral amigable en vez de conflictivo.

Para desarrollar valores, conocimientos y habilidades para vivir armónicamente con el medioambiente existe la educación ambiental. Hay varias instituciones que la promueven; por ejemplo, se debe dar capacitación a profesores, consejos de vecinos y grupos interesados en el tema. "Junto a ellos se deben planificar acciones con el objetivo del embellecimiento de plazas y barrios que benefician a los vecinos de la comunidad donde los adultos a veces son más reacios a participar.

En cambio, los niños son muy receptivos, sensibles y comprometidos con estas enseñanzas; son como pequeños motores que atraen a otros menores y tratan de involucrar a sus familias para que se produzca un cambio"; por ejemplo, los alumnos son capaces de convencer a sus padres a que disminuyera considerablemente su consumo de tabaco.

La enseñanza ambiental forma parte de los objetivos transversales de la educación. A través de sus conocimientos y experiencias se puede aprender desde palabras nuevas hasta desarrollar la capacidad de relación; esto se da, por ejemplo, cuando

el niño ve que siembra una semilla de la que sale una planta y luego crece una fruta o un árbol, además los aprendizajes realizados en terreno y/o al aire libre son muy adecuados para los menores porque son experiencias prácticas que les permiten estar en movimiento.

Sugerencias para estimular en nuestros alumnos el contacto con la naturaleza si partimos que para valorar algo hay que conocerlo, por lo que se pueden incentivar desde la escuela los paseos familiares al aire libre o ir con todo el grupo, a paseos a lugares cercanos o más lejanos durante las vacaciones.

En la casa también se pueden hacer actividades entretenidas para fomentar el cuidado del medioambiente:

- Invita a tus estudiantes a ver programas sobre la naturaleza.
- Haz que consulten en la biblioteca acerca de libros o juegos que muestren la flora y fauna.
- También estimula la investigación en Internet.
- En la web existen innumerables páginas sobre instituciones y temas ambientales.

Muchas de ellas son educativas e incluyen actividades para diferentes edades; a todos nos gusta vivir en un ambiente lindo, a los niños les encanta ayudar y meter las manos en la tierra como maceteros se pueden usar botellas de plástico cortadas por la mitad, para que sus plantas crezcan mejor puedes usar tierra preparada, juntar residuos orgánicos como cáscaras de vegetales o frutas, ojalá en trozos pequeños.

Para enseñar al niño a identificarse con la naturaleza en las primeras etapas de la vida ponemos a prueba nuestros sentidos a través de la identificación de sonidos, colores, olores, formas, asociada a la naturaleza, les refuerza la identificación con el medio ambiente, y amplía nuestros conocimientos del entorno, ya que la conciencia ambiental se desarrolla desde niños, además, apunta la importancia de promover valores ambientales entre los menores.

Propuesta de actividades recreativas para el cuidado del medio ambiente.

Separar la basura.

Es una variante de carrera de relevos con dos equipos. Necesitas: basura variada (plástico, cartón, latas, revistas.), todo debe estar “bastante limpio” porque los niños

lo tocan, dos cajas o bolsas grandes (donde entra toda la basura) y luego 6 cajas más pequeñas donde indicas el tipo de basura que entra: papel, plástico, orgánico. Cada equipo tiene una caja grande llena de la basura sin separar y luego las tres cajas. Las cajas están separadas.

El juego: Es una carrera de relevos; los dos equipos están detrás de una línea, cuando suena el silbato empiezan a correr los primeros cada uno hacia la caja mezclada del equipo, cogen cualquier objeto y lo tienen que llevar a la caja de reciclaje correspondiente, vuelve al equipo y va el siguiente.

Los puntos no se dan sólo por rapidez, pero también por si lo han separado correctamente.

Según la edad de los niños pones cosas más o menos difíciles (hay cosas que mezclan papel y plástico por ejemplo...). Después puedes aprovechar a hacer algún debate, sobre separación de basura, reciclaje o así.

Hacer cosas a partir de lo que llamamos basura: pueden ser objetos artísticos y útiles. Se recomienda, por ejemplo, buscar pendientes y collares hechos de perlas de papel de revistas, carteras, carteras de cámaras de bicicleta, o cuencos de latas de refresco; transformar hábitos ecológicos en juegos como organizar una competición para ver quién lleva primero los residuos al contenedor.

Realizamos un recorrido imaginario en autobús o en tren donde los niños tienen que reconocer los seres vivos que se encuentran en el trayecto.

Se realiza una actividad recreativa donde se divide el grupo en dos equipos y se realiza una competencia de recogida objetos y basura que se encuentra en la playa. Gana el equipo que más basura acumule.

Trasladarse a un espacio natural para jugar al escondite, la suiza, el ula ula, el burrito 21, además de hacer pasar un buen rato a los niños, hará que ese recuerdo del lugar en el que se produjo y nos haga más conscientes de la necesidad de cuidarlo para volver a él en más ocasiones.

Hacer cajas para reciclar los residuos domésticos, reutilizar objetos usados para hacer manualidades ecológicas, fabricar casas de cartón.

Juego la Historia de un árbol feliz:

Se les comenta a los niños que existe en el bosque un árbol feliz hasta que un día todo cambió, por el destrozo constante de nuestro planeta poniéndose como un árbol rojo eso les demuestra a los niños que hay que cuidar la naturaleza por lo que

el agua y la energía son los recursos más valiosos del planeta y desperdiciarlos afecta a nuestros bolsillos, no solo al medio ambiente, recuerdan las responsables de 'El árbol rojo'.

¡Un buen día de Salud de la Tierra!

- Actividades de saneamiento en la comunidad, áreas naturales o las propias áreas de Educación Física en sus respectivas escuelas.
- Excursiones y travesías por los grupos de exploradores.
- Acampadas.
- Semanas verdes y siembras de árboles.
- Cuidado y preservación de las áreas deportivas.
- La higiene personal y del vestuario, así como el de la escuela.
- Recolecciones de muestras de flora y fauna para la escuela.
- Exposiciones y otras actividades de las organizaciones estudiantiles.
- Debates y seminarios en grupos sobre el tema.
- La comprensión y aprendizaje de conceptos medio ambientales relacionados con la Educación Física, dinamiza la actividad y produce un placer en los alumnos.
- El trabajo en el espacio natural influye en una disposición positiva hacia la naturaleza.

**Conclusiones**

Con el resultado de estudio se logró aumentar el cuidado del medio ambiente de los niños del consejo popular Castillo – Cen. Cienfuegos a través de las actividades recreativas.

## Referencias bibliográficas

- Acuña, M., & Mauriello, A. (2013). *Recreacion y Educacion ambiental: algo mas que volver a crear*. Caracas, Venezuela.
- Alea , A. (2005). Breve Historia de la educación ambiental: del concervacionismo hacia el desarrollo sostenible. *Revista Trimestral Latinoamericana y Caribeña de Desarrollo Sustentable*. Recuperado de: [http://www.revistafuturos.info/futuros\\_12/ent\\_fedvc.htm](http://www.revistafuturos.info/futuros_12/ent_fedvc.htm) autores, c. d. (2012). *Educación ambiental para el desarrollo sostenible*. La Habana: Ciencias Sociales.
- Duarte Bajaña, R. (2009). El deporte y la recreación como medios para la educación ambiental. 133-142. *Gestión y Ambiente*. Bogotá, Colombia.
- Estrada, R., & Herrera, M. (2016). Educación ambiental y conservación del medio ambiente en los alumnos del cuarto grado de primaria de la I.E. 6069 UGEL 01 de Villa el Salvador. Lima: Universidad Cesar Vallejo.
- Garcia, J. E. (2015). *Educacion ambiental, constructuvismo y complejidad*. Sevilla, España: Diada.
- Haedo, C. N. (s.f.). *La educación Ambiental en Cuba*. Dallas, Texas, Estados Unidos.
- Gomez, B. (1999). *Actitudes y comportamientos hacia el medio ambiente*. Centro de investigaciones Sociológicas.
- Paniagua, A., Noya, F., & Gomez, B. (1999). *Actitudes y comportamientos hacia el medio ambiente*. Centro de investigaciones Sociológicas.
- Pérez, A. (1993) *Recreación, Fundamentación, Teóricos Metodológico*: Ed. Pueblo y Educación.
- Perdomo, J. M. (2007). *Obra completa* (Vol. 4). La Habana,Cuba: Pueblo Nuevo.