



Original

Recibido: 25/02/2026 | Aceptado: 22/05/2026

Las Actividades Recreativas Deportivas desde un enfoque de programa**The Recreational Sports Activities from a focus of program**

Reicel Jorge Rodríguez Cedeño. Estudiante de Cuarto año. Licenciatura en Cultura Física.

Alumno ayudante. Facultad Cultura Física. Universidad de Granma. Bayamo-Granma.

Cuba. [reicelrodriguez74@gmail.com] 

Ernesto González Medel. Profesor Auxiliar. Departamento Teoría y Práctica de la

Educación Física, Facultad de Cultura Física, Universidad de Granma, Bayamo, Granma,

Cuba. [ernestoglezmedel@gmail.com] 

Resumen

La investigación titulada “Las Actividades Recreativas Deportivas desde un enfoque de programa”, tiene el propósito de proponer juegos físico-recreativos-deportivos, que incentiven la ocupación adecuada del tiempo libre de los jóvenes mediante la participación activas y sistemáticas en el barrio “Los Cayos” del municipio Yara. La pesquisa para el trabajo tuvo en cuenta a 132 jóvenes de ambos sexos como muestra, la que representa el 100 % de la población objeto de estudio, la cual su presencia en el barrio es minimizada por prácticas que en poco o nada difunden motivación, aprendizajes dinámicos y salud. Para incursionar en las fases indagatorias del proceso, se tuvieron en cuenta métodos del nivel teórico como el análisis-síntesis e inductivo-deductivo; entre los empírico la observación no estructurada; como técnica la entrevista, la encuesta de entrada y, el cálculo porcentual como procedimiento matemático estadístico, todos en función de constatar la problemática investigada, explorar los fundamentos teóricos metodológicos sustento del trabajo, la concepción del programa recreativo-deportivo con las acciones directiva para su implementación; resultados instrumentales que certificaron espacios participativos juveniles,



prácticas activas y sistemáticas de preferencias, que en su desarrollo futuro, elevaran la cultura del aprovechamiento del tiempo libre, fomentando los valores, aptitudes, amor y pertenencia por el barrio.

Palabras clave: enfoque, proceso, participación, gestión, gerencia, ocupación del tiempo libre y ofertas.

Abstract

The investigation registered as a legitimate real estate property The Recreational Sports Activities from a focus of program, you have the purpose to propose physical recreational sports games, that they motivate the occupation made suitable of young intervening people's free time her active participations and systematicses at the neighborhood the municipality's Keys Yara. The investigation for work took into account 132 young people of both sexes like sign, her that 100 % of the population represents object of study, which his presence at the neighborhood is minimized by practices than in little or you swim they spread out motivation, expeditious learnings and health. In order to venture into the investigatory phases of the process, syntheses had in account methods of the theoretic level like analysis themselves and inductive deductive; Enter the empiric the not structured observation; As the technician interviews her, you poll her from the start and, the percentage calculation like mathematical statistical procedure, all in terms of verifying the investigated problems, exploring the theoretic foundations I sustain metodológicos of work, the conception of the recreational sports program with the directive actions for his implementation; Proven to be instrumental that they certified communicative juvenile spaces, you practice active and systematic of preferences, than in his future development, lift the culture of the use of the free time, fomenting moral values, qualifications, love and possession for the neighborhood.



Keywords: Focus, process, participation, step, management, occupation of the free time and offers.

Introducción

Es el INDER desde su fundación el organismo rector del movimiento deportivo cubano, encargado y responsable de las políticas gerenciales y procesos sustantivos del subsistema Deporte, Recreación, Educación y Actividad Física, donde su misión es incorporar con sus programas a toda la población a la práctica activa y sistemática de los deportes recreativos de tiempo libre, visión que constituye precedente a la declaración de nuestro comandante Fidel Castro Ruz, cuando dijo: en Cuba el deporte es derecho del pueblo y herramienta multilateral en función de la comunicación, comercialización y formación del hombre, una vez que sus valores y principios responden a la Revolución. Premisa fundamental de la investigación, la cual su desarrollo trasciende la adquisición de bienes y servicios en el tiempo libre, que por sí solos no determinan la calidad de vida de las personas.

En este sentido y escenario, las actividades físico-recreativas-deportivas y su posicionamiento como fenómeno sociocultural de gran envergadura en la sociedad, hoy se ven trasgredidas por criterios que las catalogan como insuficientes, desmotivadoras, de pobre dinámicas y no ajustadas a gustos, preferencias, tradición, idiosincrasia y al entorno comunitario, que en poco o nada, están relacionadas con la ocupación adecuada, participación activa y sistemática de la población en el tiempo libre (TL).

Para entender y relacionar tales juicios, es menester destacar al destacado sociólogo francés Joffre Dumazedier y al norteamericano Harry A Overstrut, quienes citados por Pérez (2010) en su libro “Recreación Fundamentos teóricos metodológicos” refiere que la recreación es: el conjunto de ocupaciones a los que el hombre puede entregarse a su antojo,



para descansar, divertirse, desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales.

Siguiendo conceptualmente el termino, cabe la interrogante ¿qué es la recreación social?, bien para Fruto (2026) es el ofrecimiento y oportunidad de socializar y conocer gente con intereses similares, como beneficio importante en sí mismo, junto a los físicos y sociales, donde las actividades al aire libre pueden aumentar la confianza, mejorar la creatividad y la autoestima de las personas. Sobre tal dirección está el empeño de los autores de este trabajo.

No obstante, deja claro la comprensión de autores respecto a recreación física o actividad física y acota, una vez que ellas se desarrollen en el tiempo libre con salida gustosa a finalidades recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivas y competitivas de la población, de manera espontánea en su tiempo libre, sin importar espacios, participación, nivel de organización y desarrollo de habilidades, si, su concepción tienden con sus dinámicas a satisfacer aspiraciones psico-espirituales en el descanso, de forma divertida mediante expresiones, aventuras y socialización de habilidades innatas o adquiridas, bienvenida sea.

Al respecto y apoyando tales consideraciones, Bernate (2021) citado por el ecuatoriano Romero (2024) expresa: la actividad física y el deporte contribuyen a la construcción de una sólida autoestima y confianza en sí mismos. Los logros y mejoras en habilidades físicas y deportivas brindan a los participantes un sentido de logro y autoeficacia, fortaleciendo su percepción positiva, además, la interacción social en un entorno deportivo promueve la construcción de relaciones positivas y el desarrollo de una red de apoyo.

Semblantes, que su alcance en el ámbito social trasciende lo formativo-académico de forma general y se extrapola en lo particular, con un enfoque de tiempo libre o Deporte para Todos en las escuelas, comunidades y barrios, propósito que persigue al satisfacer las



necesidades de movimientos del hombre, una vez que los resultados de su influencia, es salud y alegría.

Criterios, que encuentro respaldo en recomendaciones de la Comisión Europea (2022) relacionadas con el tema en cuestión, citadas por Prado (2023) y en estudio PASOS, quien refirió la Gasol Foundation Europa: para mejorar la igualdad de género en la práctica de actividades físicas y deporte, es necesario conocer que las causas de tales brechas son barreras no solo personales, sino también socio culturales, destacando también la influencia del factor pandemia COVID-19 el cual significativamente incremento la prevalencia del sedentarismo en toda la población; de igual modo acentúa PASOS y certifica: el mundo globalizado de hoy produce en los jóvenes una disminución de los minutos diarios dedicados a la práctica de actividad física; criterio que igualmente la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde el 2020 viene alertando sobre la pérdida de 60 minutos de prácticas diarias en el tiempo libre, siendo significativas en la población adolescente, alcanzando la juvenil y más en las chicas que en los chicos.

Para favorecer la enseñanza y el aprendizaje de la recreación social se analizó además el aporte realizado por Ricardo et. al. (2022) quienes realizaron un estudio social, desde un enfoque multidisciplinario, desde factores demográficos y socioeconómicos que influyen en la reproducción de vulnerabilidades sociales en una comunidad residencial cubana, los autores se acercaron a factores interrelacionados, como color de la piel, grupo etario, origen territorial, tipo de barrio residencial, tipo de familia y situación socioeconómica, lo que en conjunto verifica y amplía los resultados de otros estudios sobre el tema, realizados en la sociedad cubana.

Asumiendo las coincidentes miradas sobre el mismo fenómeno, los autores del trabajo refieren, crear estilo de vida presupone una relación dialéctica entre la adecuada utilización del tiempo libre y el estado físico de la población, particularmente de quienes divertirse



desean y con facilidad, distorsionan la concepción del fenómeno recreativo, su contenido, espacios con afinidades, su carácter desarrollador y auto desarrollador, el disfrute pleno de nuevos estilos de vida, el aprovechamiento y la adecuada cultura del tiempo libre.

A pesar de ello, un estudio de factores objetivos y subjetivos con instrumentos indagatorios como la revisión documental, entrevistas cruzadas y observaciones informales, se aplicó a procesos de gestión, organización y planificación del tiempo libre, los cuales sus resultados evidenciaron:

1. Incongruencia de las actividades físico-recreativas-deportivas con el horario y tiempo libre de los moradores de la comunidad.
2. Inexistencia de una programación o actividades recreativa, previamente diseñada desde los resultados diagnosticados.
3. Coexiste una incultura de aprovechamiento del tiempo libre en la comunidad.
4. Difieren las ofertas físico-recreativas-deportivas de los gustos y preferencias de los comunitarios.

Las referidas penurias, dejan entrever en el proceso indagatorio contradicción entre la teoría y la práctica: expresada por la insuficiente planificación de actividades físico-recreativas-deportivas y la necesidad de mejorar el aprovechamiento y participación en el tiempo libre comunitario.

Atendiendo a la fundamentación, el trabajo deja entrever su objetivo: proponer un programa de actividades deportivas-recreativas a partir de los requerimientos del proceso, que posibilite un aprovechamiento adecuado del tiempo libre de los jóvenes en la circunscripción # 59 de la comunidad “Los Cayos” del municipio Yara.

La efectividad de las actividades deportivas-recreativas del programa, se miden por los impactos, resultados concretos y medibles, que aporta el logro del objetivo estratégico planteado, donde su evaluación cuanti-cualitativa contribuye y demuestra el alcance a la



solución del problema, una vez que, permite a los jóvenes asumir el origen de la planificación de sus actividades, las marcadas influencias que sus dinámicos juegos y formas organizativas dejan en los protagonistas del suceso; contribuyen todo ese fenómeno a la materialización de sus demandas y visualizados los beneficios de su cumplida participación, cuando los indicadores evaluativos de los procesos gestados, visibilicen el valor gerencial de la propuesta, al confirmarse por las organizaciones de masa de la demarcación, la dirección del combinado deportivo y la cátedra de recreación, su implementación.

Materiales y Métodos

Tomando como referencia el propósito de la investigación en curso y los enfoques cuanti-cualitativos de tipo descriptivo como base, los autores realizaron una búsqueda para asumir la explicación del estado actual del proceso en desarrollo y los requerimientos de planificación de las actividades deportivos-recreativas (ADR) del programa, como “Deporte para Todos” (DpT) en el ámbito y tiempo libre (TL) comunitario, sin obviar las competencias profesionales desarrolladas por los recreativos durante la pesquisa.

Con el propósito de cumplir las tareas científicas, se utilizaron métodos de investigación científica del nivel teórico como el Análisis-síntesis: El cual su propósito en la fase de búsqueda bibliográfica fue, descomponer el objeto de estudio y determinar los principales emisor-receptores de datos, consultando para ello descripciones científicas sobre el tema en cuestión, que explicaron conceptualmente los datos empíricos, las relaciones esenciales y cualidades fundamentales de la temática investigada, a partir del análisis cualitativo de los resultados obtenidos y su inferencia teórica a través de valoraciones y conclusiones al respecto.

Inductivo-deductivo: Su fin fue el establecimiento de generalidades del objeto de estudio y de sus componentes, a partir del objetivo planteado y los aspectos más usuales de



los mismos, lo que hizo posible elaborar criterios valorativos concisos para arribar a las conclusiones.

Del nivel Empírico, fue posible utilizar la:

Observación no estructurada: intenciono distinguir desapercibidamente contradicciones entre la misión de los espacios recreativos, las ofertas de tiempo libre y el hacer de los jóvenes en la comunidad, como punto de partida.

Observación: se desarrolló en los espacios de tiempo libre de la comunidad, posibilitó constatar de forma general, irregularidades en el comportamiento social de los jóvenes, a partir de, qué hacen, cómo, cuándo, dónde desarrollan sus prácticas y en qué emplean el tiempo libre, ello facilito la interacción entre el investigador y la muestra.

En cuanto a las técnicas aplicadas.

Encuesta de entrada: desde sus interrogantes facilitaron recopilar información precisa y necesaria, relacionadas con el precedente recreativo comunitario de la muestra objeto de estudio, el hoy de sus necesidades, inquietudes, particularidades participativas en espacios de tiempo libre, así como los gustos, preferencias e intereses de los jóvenes.

En los Matemáticos, el cálculo matemático y porcentual: facilitaron precisar la cantidad de jóvenes y el por ciento de participación según población total; así como, las relaciones porcentuales de carácter significativo en la tabulación y análisis interpretativo de resultados por actividades, juegos e instrumentos aplicados durante la investigación.

Análisis y discusión de los resultados

Entre los resultados significativos de la observación al proceso investigativo sobre el desempeño profesional del recreativo en los espacios o áreas recreativas comunitarias, se pudo visibilizar:

Insuficiente gestión organizativa externa del área, al no mostrar creatividad promocional de las ofertas en el área de trabajo, pobre asistencia de la población general y



juvenil en particular, invisible creatividad en el desempeño y sobre los procedimientos organizativos de los juegos, insistemático trabajo causa del limitado desarrollo de habilidades motrices básicas y deportivas, ausencia de animación en y durante las pobres ofertas realizadas y pobre gestión técnica-metodológica y práctica del recreativo, lo que sustenta una oferta estrecha, rígida y vertical, en nada relacionada con las demandas juveniles.

En función de reunir la mayor cantidad de información reveladora de la realidad del proceso en cuestión, los autores con un enfoque de triangulación de la información, aplican la entrevista a personalidades de la comunidad buscando causas generadoras de limitaciones del proceso recreativo de tiempo libre y obtiene, que el recreativo requiere una mejor organización y planificación de sus actividades, debe ser supervisado por la entidad a ese nivel de dirección, es muy espontaneo y no explotan las fortalezas y oportunidades del área o espacio de trabajo, los jóvenes son responsables protagonistas de su pasatiempo, requiriendo otras formas organizativas dinámicas reveladoras de sus potencialidades deportivas.

En el orden lógico investigativo, se aplicó la encuesta de entrada, la cual particulariza los criterios juveniles sustento de la propuesta, donde cinco (5) interrogantes son protagonistas reveladoras de realidades del tiempo libre comunitario, de ellas los niveles de satisfacción de la muestra, que visibilizó lo deprimido que está el proceso por pobre gestión de quien en sus manos y responsabilidad recae la solución a la problemática.

Encuesta de entrada					
Si		No		A veces	
Cant	%	Cant	%	Cant	%
29	22	78	59	25	19

Un marcado beneficio a favor de la investigación lo aportó la interrogante tres (3), cuando los jóvenes desde sus derechos sociales demandaron necesidades y características sociopsicológicas de su esparcimiento recreativo-deportivo comunitario, que la nueva oferta



debe proporcionar, primero: conocimiento del alcance del fenómeno recreativo y sus manifestaciones, motivación por la práctica activa y sistemática entre los iguales, intercambio personal y colectivo participativo de colaboración mutua en sus espacios recreativos o no de la comunidad con acciones, que no denigren el estatus social, fortaleza y oportunidades entre sí y toda la población, una vez que demandaron en las ofertas las siguientes:

No.	Actividades	Votos	%
1	Festival deportivo recreativo	126	95
2	Festival del Forzudo o CrossFit	123	94
3	Competencias de dominó	119	90
4	Competencia tracción de la soga	112	85
5	Torneo de beisbol cinco	112	85
6	Torneo de baloncesto 3 vs 3	102	77
7	Competencias de Fútbol	99	75

Las cuales sus formas y procedimientos organizativos externos en el contexto comunitario las convierten en variantes super atractivas, demandantes de oportunidades, inclusión y accesibilidad participativa (llegar, entrar y usar) en la oferta, posibilidad de exhibir fortaleza física y habilidades motrices básicas y deportivo, hoy en día muy de moda por la eficiente y concebida intencionalidad de estar cerca de la zona de desarrollo actual de los jóvenes, que a pesar de su rusticidad logran similares efectos que un gimnasios modernos y las convierten en una actividad de constancia en los 365 días del año.

Otra interrogante significativa para la concepción del programa recreativo deportivo para el tiempo libre, lo es sin duda, qué día y hora es la adecuada para la práctica deportivas-recreativas, a ello respondieron y las tablas así lo confirman.

Días	Votos	%
Domingo	9	7
Lunes	55	41
Martes	115	87
Miércoles	103	78
Jueves	115	87



Viernes	85	64
Sábado	78	59

Martes	115	87
Miércoles	103	78
Jueves	115	87
Suma	333	---
e/. (3)	111	84

Viernes	85	64
Sábado	78	59
Domingo	9	7
Suma	172	---
e/. (3)	57	43

Finalmente, también se

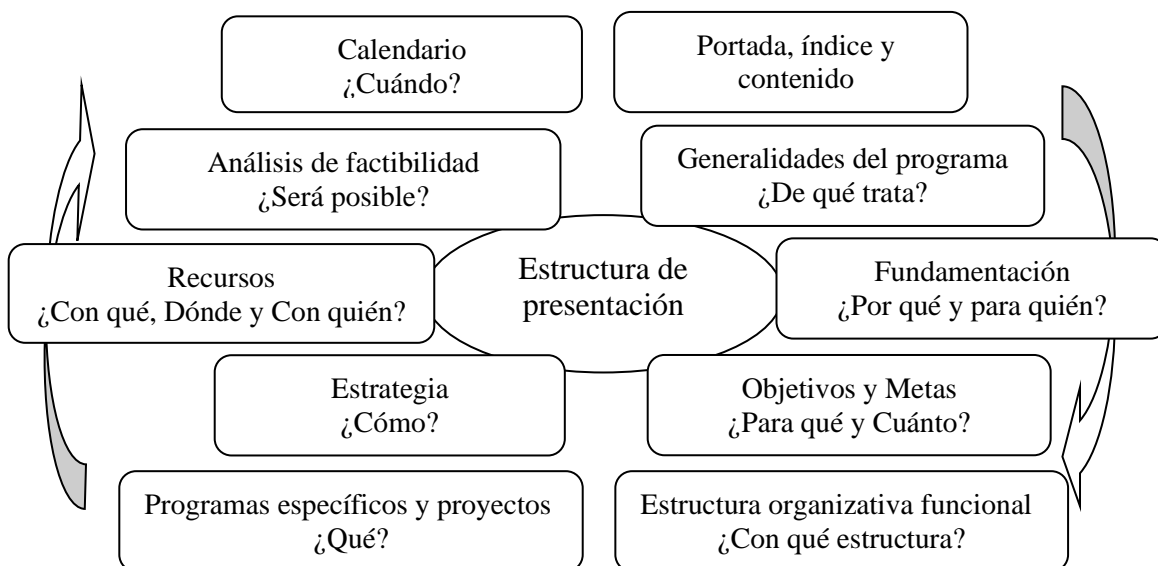
consideró revelador los horarios, cuando de no violentar e incumplir aquellos relacionados con la ineludible responsabilidad de estudiar y trabajar, donde la tabla muestra dos horarios relacionados directamente con el impacto sociopsicológico, oportunidad de satisfacción, motivación injustificada, participación y aprovechamiento adecuado del tiempo libre, por tratarse de un indicadores fuera de cualquier tipo de obligación, compromiso o responsabilidad laboral o académica, a no ser fin de semana, que su oferta se realizó en dos momentos de 9 a 11 am y de 4 a 7 pm, todo lo que hacen posible se cumpla el objetivo de la investigación, lograr un óptimo aprovechamiento recreativo comunitario, por tanto, es crucial e importante tenerlo presente en todo proceso de concepción del fenómeno recreativo comunitario y escolar.

Hora	Votos	%
9:00 am -10:00 am	66	50
12:00 m – 1:00 pm	56	42
2:00 pm – 4:00 pm	48	36
4:00 pm – 6:00 pm	93	70
5:00 pm – 7:00 pm	114	86

Resumiendo lo importante acontecido en la fase diagnóstica por el impacto relacionado, directamente con el que trata la propuesta, por qué ella y no otra, para qué aplicarla, cuándo instrumentarla, con qué estructura social, qué ofertó, cómo lo hago, con qué recursos, factibilidad y cuándo aplicó la propuesta, en tales interrogantes radica la importancia de su concepción, contenido y gestión estratégica durante la temporalidad del programa, donde días y horas, también cuenta en el cumplimiento del propósito general de la investigación.



Para la concepción general de la propuesta, los autores del trabajo, partieron de los fundamentos teóricos-metodológicos de Pérez (2010) para la planificación de un programa recreativo, de la visión sistémica sustentó explícito de la estructural y presentación del mismo, como de los juicios de Bertalanffy. (1989) Teoría General de los Sistemas (TGS) a la cual se acoge y expone su estructura.



Así como la lógica de su enfoque sistémico estructural funcional, donde en cada proceso se pondera el valor práctico, las formas organizativas, los supuestos teóricos y requerimientos de aplicación colaborativa en la comunidad, teoría que constituye un mecanismo de integración entre las ciencias naturales y sociales, al ser un instrumento básico para la formación y preparación del programa, su contenido y futura implementación.

En este sentido y, para entender el acercamiento a la cuestión sistémica, los autores asumen a Rodríguez (2009) quien define como el: conjunto de objetos (procesos) relacionados entre sí por alguna forma de interacción, que los identifica con determinada independencia y coherencia, los que adquieren el significado de elementos componentes donde sus dependencias determinan el significado alrededor de su integración, a la vez que aportan sentido y revelan las relaciones entre los elementos mecanismos y el comportamiento del todo. En ello radica la importancia del enfoque sistémico-estructural



funcional, una vez que expresa lógica y sucesión de los procedimientos en consecuencia con las indicaciones que orienta y guían tal proceso, que, aplicado consciente y consecuentemente a la naturaleza del objeto, los presupuestos epistemológicos, la hipótesis que elabora y la diversidad de tareas que realiza, facilitan la construcción del conocimiento de manera coherente y rigurosa.

Metodología para la aplicación de la propuesta.

Para la implementación del programa recreativo con su actividades y juegos físico-recreativos-deportivos, fue necesario tener en cuenta la relación e influencia del enfoque histórico–sociocultural de L.S. Vigotski y colaboradores, que hacen posible entender el enfoque a partir de las siguientes tres (3) fases, la:

Fase # 1

Estudio diagnóstico sobre investigaciones relacionadas con el campo de acción.

En función de darle cumplimiento a la fase, se llevaron a cabo búsquedas relacionadas de forma general y particular con el enfoque inter y disciplinario, donde se pudo constatar lo poco trabajado que ha sido el tema en este contexto, elemento que corrobora su necesidad.

Fase # 2

Transformación o adaptación de los juegos, a partir de la:

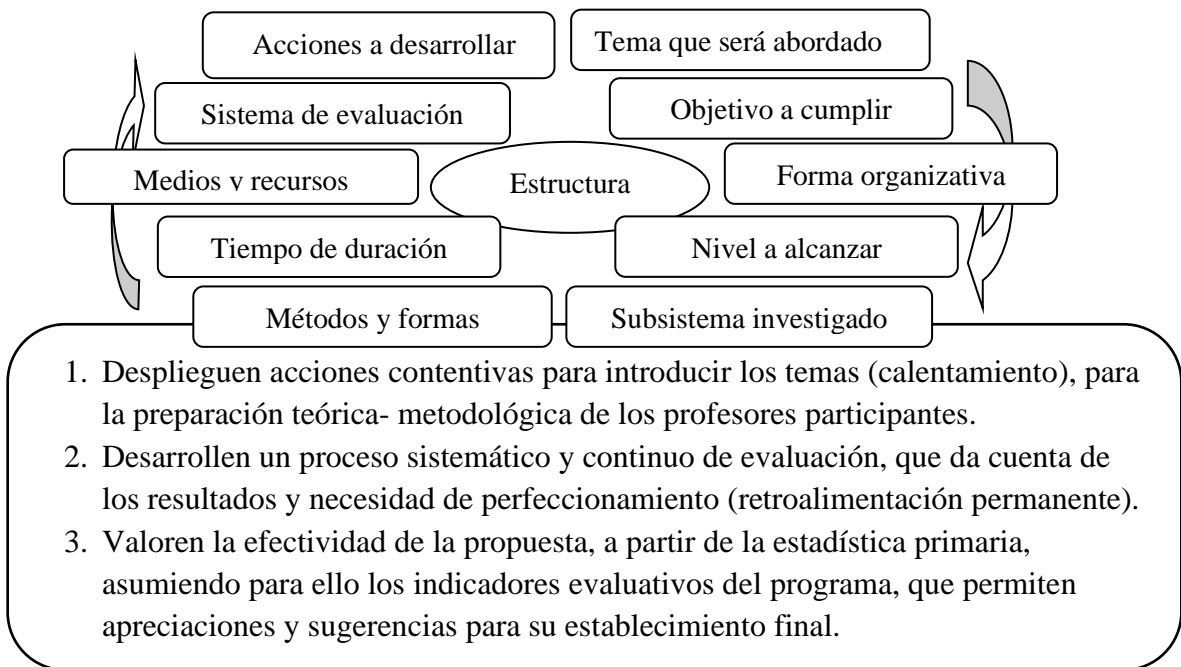
- Fundamentación de los referentes teóricos y metodológicos, que sustentan la propuesta como resultado científico y su contextualización al proceso de la recreación física comunitaria.
- Análisis e interpretación de elementos significativos como: caracterización biopsicosocial de la muestra, la zona de desarrollo actual (HMB), deportivas y técnicas, particularidades psico-recreativas de los jóvenes (gustos...), así como condiciones objetivas y subjetivas potenciales del contexto comunitario.
- Elaboración de las ofertas de actividades y juegos, para favorecer la dinámica ocupación del TL de la población, particularmente la juvenil.



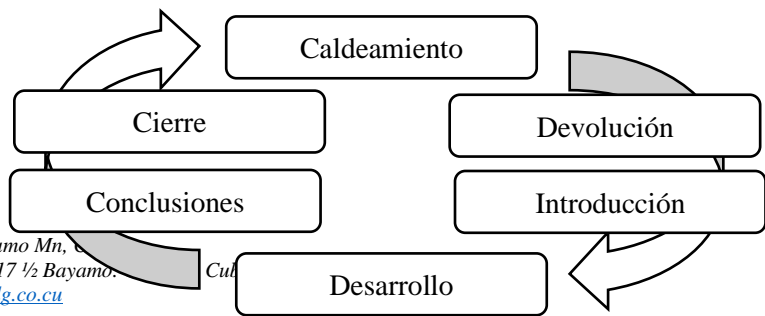
Fase # 3

Implementación y valoración de la propuesta.

Para llevar a vías de hecho la fase, se tuvo en cuenta dentro de ella y en su inicio, la preparación del personal designado para ello con talleres y el cómo desde la Educación Popular desarrollar contenidos como, la Resolución # 58 del INDER que establece para la recreación el sistema de trabajo comunitario, las experiencias y contribuciones de los metodólogos municipales y jefe de cátedra del Combinado Deportivo como personal de apoyo, una vez que los talleres cumplan la siguiente estructura metodológica-organizativa y en ellos se:



Metodología para desarrollar los talleres (debate, conversación heurística, técnicas participativas grupales, estrategias de aprendizaje, dinámicas grupales y el intercambio de experiencias), transita por varios momentos, los cuales los autores del trabajo toman de Meléndez (2005), citado por Rodríguez (2009) desde los fundamentos de la Educación Popular de Frey Beto, como: calentamiento, devolución, introducción, desarrollo, conclusiones y cierre.



Indicadores evaluativos de la propuesta.

Constituyen para el programa recreativo la sostenibilidad valorativa de cada fase de su concepción, fundamentalmente en la 3era implementación y 4ta evaluación, sin minimizar su efecto en las anteriores, por considerarse una herramienta esencial en y durante su desarrollo e instrumento de medición y monitoreo de resultados logrados y cambios a realizar, por su significación cuanti-cualitativa, técnica-metodológica, práctica y social que generan retroalimentación y perfeccionamiento general y particular en el programa, así lo percibió y asumió el autor, al citar a González (2021) en su trabajo “Gestión directiva de los procesos recreativos comunitarios

Indicador evaluativo # 1

Objetivo: Valorar la relación oferta y demanda, a partir de la participación activa de la muestra en las actividades de tiempo libre, contra la población total de jóvenes de la comunidad.

<u>Formula</u>	<u>Valores</u>
$ODRF = \frac{\# \text{ total de participantes en la oferta}}{\text{Población total que demanda la actividad}}$	0,8 -1..... Bien
	0,6 - 0,79..... Regular
	-0,6..... Mal

Indicador evaluativo # 2

Objetivo: Valorar el grado de satisfacción de procesos del programa.

Descripción de los procesos del programa.

GA- Grado de satisfacción por los aprendizajes proporcionado por el programa.

GC- Grado de conformidad por las ofertas del programa.



GU- Grado de utilidad de los aprendizajes proporcionados por el programa.

GOE- Grado de satisfacción por la organización y ejecución del programa según los intereses.

Formula

$$IST = \frac{GA+GC+GU+GOE}{16}$$

16

Valores y Categorías evaluativas para cada proceso.

Escala del indicador

Valor	Categoría
4	Mucha satisfacción
3	Suficiente
2	Regular
1	Mala

Valor	Categoría
0,75 o (+)	Bien
0,74-0,50	Regular
(-) 0,50	Mal

Ahora bien, entre los impactos a lograr con la propuesta se encuentran, en el orden:

Económico: llevar la propuesta a lo interno de cooperativas en función de potenciar en sus trabajadores la salud, preparación física, motivación e influencia al rendimiento productivo.

Político-ideológicos: elevar en la población y los participantes activos o no, la importancia y alcance de la recreación física y su contenido, frente a acciones antisociales y comportamientos subversivos agresivos.

Sociales: alcanzar una cultura del tiempo libre, su aprovechamiento adecuado, espacios de socialización, intercambio, prácticas activas y sistemáticas.

Jurídico: disciplinar desde las reglas de cada juego la conducta social sin necesidad de llegar o acudir a los órganos policiales y judiciales.

Éticos-estéticos: modelar a las necesidades de la comunidad los valores compartidos, desde un vestir, andar, mostrar y exhibir en presentaciones cuerpos fornidos por la práctica de ejercicios físico de fuerza.

Pedagógicos-didácticos: conseguir con las actividades y juegos físico-recreativos-



deportivos, enseñanzas y aprendizajes dinámicos significativos de las habilidades motrices básicas y deportivas, cerca de la zona de desarrollo actual y próximo de los participantes y comunidad en general.

Conclusiones

El proceso investigativo coherente con las actividades físico-deportivas-recreativas de tiempo libre en la comunidad, encontró sustento en los principios y fundamentos técnicos-metodológicos de la Recreación Física y la Pedagogía del tiempo libre.

El diagnóstico efectuado al proceso de tiempo libre en la comunidad, reveló restricciones de carácter general y particular, debido a factores técnico-metodológicos organizativos y de programación, que evidenciaron bajos niveles de ofertas, participación y satisfacción.

La propuesta de Programa Recreativo concebida en función de la participación de los jóvenes en el tiempo libre, a partir de las necesidades de los sujetos, expresa clara concepción, coherencia y relación sistémicas en todo el proceso, lo cual facilita cumplir con el objetivo planteado por la investigadora.

Referencias Bibliográficas

Bertalanffy. L, V (1989) Teoría General de los Sistemas (TGS)

Bernate, J. (2021). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de la motricidad. *PODIUM Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2).

Obtenido de http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n2/1996-2452_rpp-16-02-643.pdf

Fruto, Erick (2026) ¿Qué es la Educación Física, Recreación y Deporte? Guía completa para entender su importancia. *DOCENCIUM*

Gasol Foundation Europa (2023). PASOS Physical activity, sedentarism, life styles and obesity in Spanish youth Informe extenso. Barcelona: Gasol Foundation Europa.



- Hernández Martín, P., Hernández Induráin, I., & Moral, J. (2021). El juego como propuesta didáctica en educación física con alumnos de educación primaria. *Dialnet*, 141 161. ¿Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8103232>
- Prado Chala, Ronny D (2023) Las actividades recreativas y el uso del tiempo libre de los adolescentes: revisión sistemática. Universidad Central del Ecuador. Quito-Ecuador. GADE: Revista Científica ISSN: 2745 - 2891. Edición especial: marzo 2023.
- Pérez, A. (2010). *Recreación: Fundamentos Teóricos-Metodológicos*. La Habana: I.S.C.F. Manuel Fajardo.
- Ricardo-Ochoa, E., Acosta-Mir, A., & Gelabert-Veliz, D. D. (2022). Estudio social multidisciplinario de una comunidad cubana. *Revista Transdisciplinaria De Estudios Sociales Y Tecnológicos*, 2(3), 23–31. <https://doi.org/10.58594/rtest.v2i3.52>

