

Proyecto recreativo para los jóvenes: una opción para el desarrollo de las relaciones interpersonales.

Karenia Comas-Fresno. Filial Universitaria de Cultura Física de Río Cauto. Granma-Cuba.

Mairene Cadrelo-Rodríguez. Filial Universitaria de Cultura Física de Río Cauto. Granma-Cuba.

Resumen:

La presente investigación se desarrolló en la comunidad “Los Indios”, del municipio Río Cauto, con el objetivo de diseñar un proyecto recreativo para favorecer el desarrollo de las relaciones interpersonales entre los jóvenes, a partir de las potencialidades que brindan las actividades físico-deportivas-recreativas. De igual manera, la aplicación de este proyecto les propone una serie de actividades a los profesores e interventores comunitarios que contribuyen a solucionar un problema de alta sensibilidad y de gran significación para la sociedad cubana contemporánea, como son las relaciones que se establecen entre los jóvenes y su repercusión en su vida futura.

Palabras clave: jóvenes/ proyecto recreativo/ relaciones interpersonales.

Abstract:

This research work was in Los Indios, Río Cauto municipality, with the objective of design a recreative project for protecting of the develop of interpersonals relations between the sports activitis. However, the application of this project propose a series of activitis to the teacher and commonwealth auditors that contributed of the solution of the problem of several sensibility and important meaning for contemporary Cuban society, such the relations stablished between youth and resound in their future.

Words key: young / I project recreational / you relate interpersonal.

#### Introducción:

La recreación ha desarrollado un papel activo, a través de la historia en el ámbito mundial y específicamente en el desarrollo de la vida social, y de las relaciones que se establecen en ella. Es por esta razón que constituye uno de los fenómenos de mayor impacto para la sociedad contemporánea.

Dentro de las actividades de la Cultura Física Comunitaria, la recreación juega un rol fundamental en la etapa juvenil, pues favorece la creación de vínculos culturales, educativos y sociales. Sin embargo, no siempre se alcanzan las expectativas esperadas, pues el trabajo dentro de la comunidad impone retos, y aún prevalecen las insuficiencias en las ofertas de las actividades físico-recreativas en correspondencia con las características, intereses, necesidades, gustos y preferencias de los jóvenes que no favorecen el desarrollo de relaciones interpersonales. Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto, a través del presente trabajo se propone diseñar un proyecto físico-recreativo para potenciar el desarrollo de las relaciones interpersonales de los jóvenes de la comunidad “Los Indios” del municipio Río Cauto, a través del empleo oportuno de la comunicación asertiva.

#### Desarrollo:

Los jóvenes son considerados como el factor humano que tiene mayor incidencia en el desarrollo de la sociedad. Ellos se encuentran en una etapa de formación y evolución de la personalidad, por lo que se manifiestan de muy variadas formas en las diversas actividades que desarrollan.

Desde este punto de vista debe tenerse en cuenta que ellos exteriorizan en su comportamiento manifestaciones psicológicas relacionadas con la formación integral de su personalidad y las relaciones sociales de acuerdo a los tipos de actividad física que desarrollan en el ámbito escolar, extraescolar y comunitario.

Es por ello que si el proceso de comunicación que se establece en este período no se maneja con efectividad por los padres y profesores puede conducir a la aparición de conductas negativas, como resultado de la inadaptación social del joven y deteriorar los vínculos interpersonales que

constituyen un eslabón fundamental en el desarrollo de su vida futura.

Ante estas situaciones, en las cuales las relaciones interpersonales se deterioran, el empleo de la comunicación asertiva se convierte en la herramienta para acertar en la relación humana, es una promotora de autoestima saludable y contribuye de manera apreciable al desarrollo de estas como facilitadoras de crecimiento personal y satisfacción emocional de los jóvenes.

Los proyectos recreativos dirigidos a este grupo etario pueden convertirse en un medio para solucionar esta problemática, son una vía de acceso para las acciones de socialización, constituyen un instrumento para el desarrollo de las relaciones interpersonales, sus acciones tienden a crear vínculos entre los participantes, produciéndose un proceso de identificación entre sí, favoreciendo también el disfrute y conocimiento de la oferta recreativa y en consecuencia, aumentando el nivel de satisfacción de las expectativas individuales y la integración grupal.

Cuando se hace referencia a los proyectos recreativos, se tienen en consideración varios criterios, entre los más significativos se encuentra el de García Montes M. E y colectivo de autores (1998) define el proyecto recreativo como "...el documento metodológico que rige la realización, a mediano y largo plazo, de un conjunto de acciones con la integración de múltiples factores, para el logro de determinados resultados (metas) en un entorno social concreto, con eficiencia y eficacia, y en correspondencia con los objetivos estratégicos y específicos del Programa..."<sup>(1)</sup>

Es por ello que en el Manual Metodológico del programa nacional de recreación física se adopta la clasificación realizada sobre proyectos emitida por el Dr. Pérez Sánchez Aldo (2003) donde plantea que existen cuatro tipos de proyectos: integradores, puntuales, de colaboración y técnico metodológicos.<sup>(2)</sup>

Teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado se puede inferir que los proyectos recreativos no pueden universalizarse, porque cada comunidad le imprime sus propias características, es a través de sus actividades donde deben corporizarse y palpar con más fuerza cada iniciativa, sin descuidar que en su diseño no puede anclar la improvisación, ni el esfuerzo en solitario. Teniendo

como premisa fundamental estos elementos se logró realizar y aplicar el Proyecto Recreativo “Recreáte con Nosotros”. El mismo se desarrolló a través de las siguientes etapas:

- Etapa de diagnóstico recreativo.
- Etapa de metas y objetivos.
- Etapa de evaluación control y ajuste de las acciones recreativas-físicas y deportivas.

Esta investigación se desarrolló en la circunscripción 8, de la comunidad de “Los Indios”, en el municipio Río Cauto, en la provincia Granma, se tomó como muestra un total de 32 jóvenes con edades comprendida entre los 15 y 17 años, significando el 100 % de esta. De ellos pertenecen al sexo masculino 21, quienes representan el 65,6 % y 11 son del sexo femenino, las que constituyen el 34,4 %.

Se utilizaron los métodos de los niveles teóricos y empíricos. Dentro de los teóricos: histórico-lógico, análisis y síntesis, inductivo-deductivo, análisis de documentos, sistémico-estructural-funcional. Los métodos empíricos: la observación, el pre-experimento y técnicas como: encuesta, entrevista, los diez deseos, test sociométrico, Inventario de respuesta interpersonal.

En la primera etapa de la realización del proyecto se caracterizó la comunidad objeto de estudio: la construcción de las viviendas que predomina es la mampostería, y en otra escala menor las construidas por tablas y zinc. La mayoría de los hogares tienen radio, televisor, refrigerador y ventilador. La distribución ocupacional de manera jerárquica denota un predominio de obreros calificados, técnicos medios y profesionales y un grupo minoritario que no estudian, ni trabajan. En su infraestructura económica cuenta con un consultorio, escuela primaria, cafetería, dos bodegas mixtas, casilla, organopónico, complejo de cabañas, restauran, cabaret y una miniacademia de deporte. Para enriquecer esta caracterización también se aplicó la técnica DAFO. Además, se pudo comprobar mediante la aplicación de los instrumentos que el comportamiento social de algunos comunitarios no favorece en toda su magnitud el desarrollo de relaciones de camaradería, respeto, cooperación y ayuda mutua que deben

caracterizar las relaciones humanas entre los habitantes de los grupos sociales. Estas manifestaciones inciden en el comportamiento de las relaciones humanas que se establecen entre los jóvenes de la comunidad.

En el diagnóstico inicial la entrevista arrojó como criterio generalizado que sí conocen qué es la recreación y consideran que existen dificultades en la comunidad porque no se programan actividades que respondan a las exigencias de los jóvenes, es insuficiente la divulgación de estas, no hay sistematicidad en la realización de las mismas. Los participantes al carecer de ofertas que se ajusten a sus necesidades en ocasiones se desplazan hacia otros barrios para realizar la práctica y entonces, no se ve la influencia y el efecto de la actividad en la comunidad, ya que las demás personas que viven en él no pueden presenciar y disfrutar de lo que se observa. Por otra parte, los resultados de la encuesta arrojan que solo se ofertan juegos de mesa, específicamente el dominó, lo que provoca como resultado que el 93,5 % de los encuestados se sienten insatisfechos con las ofertas recreativas que se realizan en la comunidad.

La frecuencia con que se realiza esta actividad es dos veces al mes, en el horario de 3:00pm-5:00pm los jueves; como se observa no hay una correcta planificación de las actividades. En cuanto a la selección de los compañeros con los que desearían desarrollar estas actividades, las respuestas expresan un grado de indiferencia, el 87,4 % plantean que con otro grupo pudieran sentirse mejor. Mediante la aplicación del Inventario de Respuestas Interpersonales se pudo determinar el tipo de comunicación interpersonal que predomina en el grupo; se comunican de forma agresiva 21 sujetos, pasiva 8 sujetos y asertiva 3 sujetos. El Test sociométrico evidenció resultados negativos para el grupo, pues existen varios sujetos aislados y predominan las islas, lo que demuestra que el indicador de las relaciones interpersonales está muy afectado. La técnica de los 10 deseos permitió determinar el orden de prioridad de las necesidades motivacionales y solo el 9,3 % expresa la necesidad de mejorar las relaciones interpersonales con sus compañeros.

Por lo anteriormente planteado se propone la implementación del Proyecto Recreativo "Recréate con Nosotros", considerando la importancia que tiene su

implementación, teniendo en cuenta los programas de recreación, las formas psicológicas de la recreación ,además, por la forma de realizar y organizar las actividades planificadas en el mismo, ellas se encuentran al alcance de todos los jóvenes y profesores de la comunidad, se caracterizan por la variedad de ofertas y variantes que se pueden presentar a través de diferentes juegos, posibilita que no sólo se recree el que realiza la actividad, sino también, el que participa como espectador.

La implementación del cronograma de actividades se realizó teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los jóvenes, así como propuestas hechas por la autora con una variedad de actividades novedosas y que a su vez fortalezcan y potencien el desarrollo de las relaciones interpersonales, teniendo en cuenta el empleo preciso de la comunicación asertiva. Por consiguiente, el proyecto se elaboró teniendo en cuenta la dimensión social y la psicológica del mismo.

Se desarrollaron actividades como los festivales deportivos recreativos, festivales de baile, bailoterapia, competencias interbarrios, entre otros. Dentro de las actividades de mayor índice de preferencia se desarrollaron los festivales deportivos recreativos (Voleibol, Béisbol, Baloncesto), siendo el Béisbol el más solicitado, teniendo como objetivo: propiciarle alegría y satisfacción inmediata. Contribuyendo de manera educativa a promover el respeto y la caballerosidad en el juego. Metodológicamente se forman dos equipos de igual cantidad de participantes, donde su objetivo es anotar más carreras que el contrario en un juego de 7 y así proclamarse campeón; luego de concluir, tanto los participantes en el juego como el resto de los sujetos deben expresar de manera oral cuáles fueron las actuaciones más destacadas y las menos significativas, a través de una justa valoración de los logros y las deficiencias, expresando adecuadamente sus criterios y permanecer abiertos para dar y recibir razonamientos sobre su actuación.

Para el desarrollo de las actividades se tuvieron en cuenta los siguientes elementos:

Método	Forma	Materiales	Tiempo	de
--------	-------	------------	--------	----

empleado	organizativa		duración
Juegos	Equipos	Guantes, bates, pelotas, bases	25 minutos

Otra de las actividades que contribuyó positivamente en el perfeccionamiento de las relaciones interpersonales fue la realización de los festivales de baile, por ser un elemento que le gusta mucho a todos los jóvenes, mediante él liberaron sus tensiones, demostraron sus habilidades y sensualidad, lograron alcanzar, en muchos casos, la aceptación del grupo, la competitividad los estimuló a ser más creativos y se formaron parejas de acuerdo a la destreza y la empatía que crearon entre ellos.

Con la aplicación del Proyecto Recreativo “Recréate con Nosotros” se logró que el 94,7 % de los sujetos investigados se sintieran satisfechos con las actividades ofertadas. El 90,1 % plantearon sentirse a gusto en el grupo con que practican las actividades físico-recreativas y no le gustaría suplantarlos por otro.

La comunicación interpersonal en el grupo varió, pues 20 sujetos comenzaron a comunicarse de manera asertiva, 7 de modo pasivo y solo 5 con tendencia a la agresividad. Las relaciones interpersonales experimentaron un salto positivo, disminuyeron las islas y ningún sujeto se comportó de forma aislada. El orden de prioridad de las necesidades motivacionales se elevó al 90,1 %, pues le conceden importancia al desarrollo de las relaciones interpersonales con sus compañeros.

#### Conclusiones:

La aplicación del Proyecto Recreativo “Recréate con Nosotros” influyó positivamente en el desarrollo de las relaciones interpersonales entre los jóvenes, logrando satisfacer sus necesidades recreativas, sobre la base de sus gustos, necesidades y preferencias.

Citas y notas:

1. Manuel García Montes y col. (2002). Alternativas a la utilización de los materiales y espacios en las actividades físico-recreativas. Guantánamo, Facultad de Cultura Física.
2. Aldo Pérez Sánchez. (2003). Recreación Fundamentos teóricos-metodológicos. El programa nacional de recreación física. La Habana, Instituto Superior de Cultura Física. "Manuel Fajardo".