



Programa de recreación y deporte para todos en las comunidades, Municipio Rivas Dávila, Estado Mérida

48

BONAMI CANDALES

DOCENTE DEL NÚCLEO UNIVERSITARIO VALLE DEL MOCOTÍES

RECIBIDO: 15/04/15 REVISADO:01/05/15 ACEPTADO:20/05/2015

Resumen

La investigación tiene como propósito la promoción y desarrollo del deporte para todos y de actividades de recreación a nivel de las comunidades, convirtiéndose en un medio eficaz de educación. Se enmarcó en la modalidad de proyecto factible, en una investigación de campo de carácter descriptivo. Se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario cuya validez se dio a través del juicio de experto y para su confiabilidad una prueba piloto, el cual se le aplicó a una muestra de 264 sujetos que fueron escogidos de manera aleatoria. La variable Recreación y el indicador Ocio y tiempo Libre los sujetos estudiados de los cuatro sectores afirmaron que Siempre les gusta participar en actividades deportivas y recreativas en su tiempo libre. La variable Deporte Para Todos y el indicador Participación muestra que los sujetos del sector tres afirman que en la comunidad Siempre se ofrecen actividades que permiten lograr un alto grado de participación, así mismo los sujetos del sector dos respondieron que Algunas Veces; situación contraria se notó en los sectores uno y cuatro donde sostienen que allí Nunca se desarrollan actividades deportivas que involucren a todos los participantes. Se propone un programa de Recreación y Deporte para Todos en las comunidades del Municipio Rivas Dávila; el cuál integra y reformula la actual Guía Metodológica del Instituto del Deporte y sirve de instrumento rector para el nuevo contexto de Gestión y Control de Desarrollo Deportivo en el Municipio.

Palabras clave: Recreación, Deporte Para Todos, Comunidad.

Recreation and sports program for all the communities , municipality Rivas Dávila, Mérida State

Abstract

The research aims at the promotion and development of sport for all and recreation at the community level, becoming an effective means of education. It was framed in the form of feasible project, field research descriptive. The survey technique was used as an instrument and a questionnaire whose validity was through expert judgment and reliability for a pilot test, which was applied to a sample of 264 subjects who were chosen at random. Recreation and Leisure Variable indicator and Leisure subjects of the four sectors surveyed said they always like to participate in sports and recreational activities in their spare time. The variable sport for all and participation indicator shows that the subjects in the sector say three community activities always offer a high degree of participation offered, also the subjects of the sector both answered that sometimes; opposite situation was noted in one four sectors where there never argue that sports that involve all participants develop. A program of Recreation and Sport for All proposed in the communities of the Municipality Rivas Davila; which integrates and reformulates the current Methodological Guide Sports Institute and serves as a guiding instrument for the new context of Management and Control of Sports Development in the municipality.

Keywords: Recreation, Sport for All Community.

Introducción

La búsqueda de identidad con los valores propios de las localidades a través de las actividades deportivas y recreativas como elemento indispensable para el logro de un verdadero progreso comunitario se ha convertido en la panacea de los países desarrollados en pro de una mejor calidad de vida.

El hombre busca los recursos y las labores más amenas de satisfacer sus necesidades a través de actividades a fin de ocupar su tiempo libre en busca del equilibrio, goce y deleite para el desarrollo integral. Ahora bien, a la función formativa de las actividades de Recreación y Deporte Parta Todos, actualmente se le suma lo social, porque se ha constituido en un medio eficiente que propicia la verdadera participación individual de los miembros de la sociedad. Al respecto Díaz (2006) señala que,



la importancia de las actividades de Deporte Para Todos a nivel comunitario, radica fundamentalmente en las acciones que mediante éstas se logran, no en el entretenimiento, sino en el descubrimiento y trabajo sobre las necesidades que parten desde las personas que, acogiendo los diagnósticos e intereses, se pueden organizar, planificar, formando acuerdos para el lo-

Así como también, la aparición de iniciativas que conlleven a implementar caminos que los oriente a la solución de problemas, en acciones que ubique a los individuos en protagonistas y no solo espectadores de lo que ocurre en los contextos sociales actuales.

En la actualidad la Recreación y el Deporte Para Todos se han concebido como un medio de educación porque constituye todas las acciones que promocionan la participación y el acceso a la práctica deportiva, con plena libertad; así como también una vía para el mejoramiento de la calidad de vida de las sociedades, en virtud que se le considera como una de las pautas de comportamiento de los individuos en relación con su práctica.

50

El modelo de Deporte Para Todos según Arontes (2008), “debe responder a los intereses de la comunidad en la que los individuos y el estado trabajen en forma coordinada para lograr activar físicamente a la población, para mejorar la salud integral de las personas”(s/p); además que le proporcionan oportunidades de seguridad, autonomía y firmeza a través de la condición física y el buen uso del tiempo libre.

La necesidad de estudiar e identificar programas cuyo objetivo sea el bienestar de la comunidad, es el propósito que tiene el investigador, que se conviertan en un medio eficaz de educación, creando hábitos, fortaleciendo el espíritu de participación, libre y espontánea, desarrollando y fortaleciendo valores.

Es por ello, que se realizó ésta investigación para que sirva de base a la propuesta de un programa de actividades en Recreación y Deporte Para Todos, que permita el disfrute del tiempo libre y se ejecuten acciones en la población que contribuyan a su desarrollo físico, emocional y social.

OBJETIVOS

Objetivo General

Proponer un Programa para el desarrollo de actividades de Recreación y Deporte Para Todos, dirigido a la Comunidad de Bailadores Municipio Rivas Dávila del Estado Mérida.



Objetivos Específicos

Diagnosticar el estado actual de la Recreación y el Deporte Para Todos de la Comunidad de Bailadores en relación a la participación, intereses y necesidades para el aprovechamiento del tiempo libre. Identificar los elementos, factores y estrategias del programa de Recreación y Deporte para Todos para la difusión de actividades en pro de la calidad de vida de la población.

Estudiar la factibilidad económica - financiera, política - social y Técnica - operativa para la implementación de la Propuesta. Elaborar un Programa para el desarrollo de actividades de Recreación y Deporte Para Todos en la población de Bailadores Municipio Rivas Dávila del Estado Mérida.

MARCO TEÓRICO

Recreación

La recreación es considerada desde diferentes enfoques parte fundamental en la vida del hombre como generadora de alternativas y, sostenida como experiencia gratificante, al respecto, Vera (2002) afirma que es "toda actividad que proporciona al hombre satisfacción en libertad, que permite el olvido momentáneo de su problemática diaria, favoreciendo el reencuentro consigo mismo como ser humano, sin presiones ajenas o externas" (P.3).

Es considerada también, un recurso básico para lograr la felicidad, el progreso del individuo y de su conglomerado, factor determinante en el desarrollo de las relaciones sociales; una expresión de sus ideales y valores como formador de hábitos positivos en razón de su salud y bienestar común, indispensable para mejorar los aspectos Bio - Psico - sociales.

Desde esta perspectiva, la recreación constituye una de las formas de garantizar el desarrollo individual y colectivo, pues es un modo de expresión humana que mejora notablemente la salud personal y de los grupos sociales; favorece el equilibrio biológico, psicológico y social así como las relaciones interpersonales, además, es un tipo de expresión posible de disfrutar a cualquier edad.

De lo anteriormente planteado, se deduce que la recreación es una actividad fuente de salud física y mental así como también de distracción la cuál proporciona oportunidad, el gusto de actuar y participar, habitúa a la disciplina, lo que permite y facilita el trabajo en equipo, en comunidad, para lo que induce el sentido de igualdad, de solidaridad y de independencia.



Deporte Para Todos

El Deporte Para Todos, como movimiento que responde a la manifestación del deporte y a la demanda de la recreación activa en el tiempo libre, se le ha denominado deporte de masas, participativo, deporte recreativo, deporte comunal y actividad deportiva para cualquier persona. Así mismo, su connotación varía de acuerdo con los propósitos, medios y formas de práctica que se determine.

De acuerdo a lo planteado, se puede destacar que el Deporte Para Todos, como fenómeno social de nuestra época, tiene como propósito beneficiar a la mayoría en igualdad de oportunidades, diferenciándose del deporte de rendimiento, que por su naturaleza, es selectivo y permite solamente participación de un mínimo porcentaje de la población.

52

Según la nueva Carta Europea del deporte, promulgada en 1992, documento que actualiza el contenido de la Carta Europea de Deporte Para Todos, presenta la siguiente definición:

Se entenderá como toda actividad física que, mediante una participación organizada o de otro tipo, tenga por finalidad la expresión o mejora de la condición física o psíquica y el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de los resultados de competición de todos los niveles. (Manual Deporte Para Todos, P.19).

En este mismo orden, Bandera Jesús (2006), sostiene que “el deporte para Todos reconoce el derecho a jugar, a moverse, el derecho al placer y a la alegría, a la sociabilidad y al auto realización de toda la población”; puesto que favorece la interacción de todos los miembros de la comunidad mediante la práctica de aquellas actividades deportivas no competitivas, recreativas y/o culturales, que disminuyan el espectro de diferencias entre los integrantes.

Comunidad

Es tan antigua como el hombre o más todavía ya que nuestros antepasados probablemente compartieron una vida comunitaria; la comunidad implica un área local, relativamente autosuficiente en cuyo seno se puede experimentar todo o casi todos los aspectos de la cultura.

Al respecto Gil jurado (2001), sostiene que la comunidad “es una agrupación estable de personas que localizada dentro de un ámbito geográfico, se identifica por su cultura, sus creencias y sus valores y que mediante la acción solidaria y organizada buscan solucionar los problemas y mejorar sus condiciones de existencia (p.8)”; así mismo, sus miembros tienen conciencia de unidad y de pertenencia ya que le permiten actuar colectivamente, en forma organizada.



La comunidad como grupo social heterogéneo se caracteriza por su asentamiento en un territorio determinado compartido entre todos sus miembros, donde tienen lugar y se identifican de un modo específico las interacciones de influencias sociales.

Por lo tanto, la comunidad es un hecho social, como conjunto de personas que guían sus actitudes, sus intereses y sus aspiraciones hacia la posibilidad de crear una vida digna a fuerza de trabajo; donde las actividades de recreación y Deporte Para Todos le permitan ser un medio de integración y mejoramiento comunitario donde el tiempo libre se aprende a manejar de una manera más racional aprovechándolo al máximo para sus propios beneficios.

METODOLOGIA

El presente estudio se enmarcó en la modalidad de proyecto factible (investigación proyectiva) apoyada en una investigación de campo de tipo descriptiva, cuyo estudio se basó en elaborar una propuesta de un Programa Recreación y Deporte Para Todos, al identificar necesidades e intereses con relación al aprovechamiento del tiempo libre de los habitantes de la comunidad, luego de ser sometido al respectivo análisis.

Por su diseño fue un estudio de campo de corte transeccional, cuyo propósito es describir eventos de fuentes directamente de la realidad objeto de estudio, para posteriormente analizar los resultados y dar una propuesta. Para el desarrollo de la investigación se consideraron las siguientes fases:

Fase I Diagnóstico:

A través del diagnóstico se logró identificar el problema a estudiar, para tal efecto se aplicaron instrumentos para la recolección de la información requerida. Como instrumentos se aplicó un cuestionario a los habitantes de la comunidad de Bailadores, así como también, una entrevista a las personas directamente relacionadas con la actividad deportiva en el municipio.

Fase II Factibilidad:

Con el propósito de verificar la factibilidad de la propuesta se procedió a revisar la parte operativa y la fundamentación legal.

Fase III Diseño de la propuesta:

La misma quedó conformada de la siguiente manera:

Primera Fase: Introdutoria: Presentación, Justificación e Importancia, Objetivos, Fundamentación Teórica.



Segunda Fase: Elaboración de Sub-programas: Actividades de Deporte Modificado, Actividades para la salud, Actividades deportivas - recreativas.

Tercera Fase: Control y Evaluación

RESULTADOS

Cuadro N° 7 Distribución de Frecuencias y Porcentajes del Ítems 01
Variable: Municipio
Indicador: Comunidad

| SECTORES ALTERNATIVAS | SECTOR 1 | | SECTOR 2 | | SECTOR 3 | | SECTOR 4 | |
|--------------------------|----------|-----|----------|------|----------|------|----------|-----|
| | F | % | F | % | F | % | F | % |
| Siempre | 12 | 16 | 13 | 17,8 | 19 | 48,7 | 9 | 12 |
| Casi Siempre | 9 | 12 | 12 | 16,4 | 2 | 5,13 | 4 | 5,3 |
| Algunas Veces | 8 | 10 | 29 | 39,7 | 5 | 12,8 | 20 | 27 |
| Casi Nunca | 5 | 6,5 | 9 | 12,3 | 2 | 5,13 | 7 | 9,3 |
| Nunca | 43 | 56 | 10 | 13,7 | 11 | 28,2 | 35 | 47 |
| Total | 77 | 100 | 73 | 100 | 39 | 100 | 75 | 100 |

Fuente: Candales Peña

En lo que respecta al ítems 01 de la variable Municipio y el indicador Comunidad se detectó que en los sectores uno y cuatro el 56% y 47% respectivamente de los sujetos estudiados respondieron que en la comunidad Nunca se ofrecen actividades deportivas y recreativas; así mismo en el sector dos el 39,7% respondieron que Algunas Veces, mientras que en el sector tres el 48,7% afirmaron que Siempre se ofrecen algunas actividades tales como: Baloncesto, Voleibol, Fútbol, Kickimbol, Softbol, Caminata, Trote, Bailoterapia entre Otras.

Cuadro N° 10 Distribución de Frecuencias y Porcentajes del Ítems 04
Variable: Deporte Para Todos
Indicador: Participación

| SECTORES ALTERNATIVAS | SECTOR 1 | | SECTOR 2 | | SECTOR 3 | | SECTOR 4 | |
|--------------------------|----------|------|----------|------|----------|------|----------|------|
| | F | % | F | % | F | % | F | % |
| Siempre | 7 | 9,1 | 13 | 17,8 | 12 | 30,8 | 10 | 13,3 |
| Casi Siempre | 1 | 1,3 | 19 | 26 | 8 | 20,5 | 17 | 22,7 |
| Algunas Veces | 21 | 27,3 | 25 | 34,2 | 7 | 17,9 | 13 | 17,3 |
| Casi Nunca | 8 | 10,4 | 10 | 13,7 | 3 | 7,69 | 12 | 16 |
| Nunca | 40 | 51,9 | 6 | 8,22 | 9 | 23,1 | 23 | 30,7 |
| Total | 77 | 100 | 73 | 100 | 39 | 100 | 75 | 100 |

Fuente: Candales Peña

Los resultados de este ítems 04 de la variable Deporte Para Todos y el indicador Participación muestra que los sujetos estudiados del sector tres afirman que en la comunidad Siempre (30,8%) se ofrecen actividades que permiten lograr un alto grado de participación, así mismo un 34,2% de los sujetos del sector dos respondieron que



Algunas Veces; situación contraria se ve en los sectores uno y cuatro donde sostienen que allí Nunca (51,9% y 31% respectivamente) se desarrollan actividades deportivas que involucren a todos los participantes.

Cuadro N° 14 Distribución de Frecuencias y Porcentajes del Ítems 08

Variable: Recreación

Indicador: Ocio y Tiempo Libre

| SECTORES \ ALTERNATIVAS | SECTOR 1 | | SECTOR 2 | | SECTOR 3 | | SECTOR 4 | |
|-------------------------|----------|------|----------|------|----------|------|----------|------|
| | F | % | F | % | F | % | F | % |
| Siempre | 27 | 35,1 | 21 | 28,8 | 21 | 53,8 | 31 | 41,3 |
| Casi Siempre | 14 | 18,2 | 15 | 20,5 | 5 | 12,8 | 10 | 13,3 |
| Algunas Veces | 24 | 31,2 | 20 | 27,4 | 9 | 23,1 | 26 | 34,7 |
| Casi Nunca | 6 | 7,8 | 9 | 12,3 | 3 | 7,7 | 5 | 6,7 |
| Nunca | 6 | 7,8 | 8 | 11 | 1 | 2,6 | 3 | 4 |
| Total | 77 | 100 | 73 | 100 | 39 | 100 | 75 | 100 |

Fuente: Caudales Peña

En relación al ítems 08 de la variable Recreación y el indicador Ocio y tiempo Libre los sujetos estudiados pertenecientes a los cuatro sectores afirmaron que Siempre les gusta participar en actividades deportivas y recreativas en su tiempo libre (35,1%; 28,8%; 53,8%; y 41% respectivamente).

PROPUESTA

Sub-Programas

Área General o Integral: Taller de Formación y Capacitación de Líderes. Está dirigido a personal seleccionado (monitores deportivos, entrenadores, líderes comunitarios), que se capacitará con el objeto de desarrollar las actividades Recreación y de Deporte Para Todos en los sectores de la comunidad.

Sus objetivos están orientados hacia los principios filosóficos del Deporte Participativo involucrando la Recreación, el Tiempo Libre, el Liderazgo como puntos importantes en sus contenidos para una buena ejecución del programa.

Objetivos:

- Capacitar líderes orientados a la planificación, organización, ejecución y evaluación de las actividades que conforman el programa.
- Analizar la conceptualización referente a los Principios y Fundamentos de la Recreación, el Juego, el Deporte Para Todos y el Liderazgo.

Contenidos:

- Recreación: Conceptos; Clasificación; Historia; Factores.
- Tiempo Libre y Ocio: Conceptos; Antecedentes; Escala de Valores.
- Juego: Conceptos; Reseña histórica; Teorías; Topología.
- Deporte Para Todos: Definición; Reseña histórica; Filosofía; Valores.
- Liderazgo: Conceptos; Tipos; Características; Estilos; Bases de Poder.
- Contenidos Básicos de Primeros Auxilios.
- Herramientas Básicas de evaluación: Hojas de Verificación, Registros de Hechos, lista de cotejo, otros.

56

Estrategias:

- Seleccionar al personal que puedan recibir los talleres de formación de líderes, donde adquieran los conocimientos básicos necesarios para dirigir las actividades.
- Formar equipos de acuerdo al área de funcionalidad o interfuncionalidad o ad hoc.
- Identificar personas u organizaciones orientadas a la práctica, desarrollo y mantenimiento de las Actividades Físico-Deportivas y de la Salud.
- Retroalimentar todo el proceso de mejoramiento continuo con resultados a corto plazo.
- El taller se desarrollará en tres módulos teóricos-prácticos con una duración de ocho horas cada uno.
- Distribuir los líderes de acuerdo a la formación y capacidad de desempeñarse en las diferentes actividades programadas.

Recursos:

- Solicitar la colaboración al Departamento de Educación Física de la Universidad de los Andes para que facilite estudiantes para dictar el taller.
- Los gastos que representa el desarrollo del mismo serán costeados por la Alcaldía del Municipio.



Instalaciones:

- Los contenidos teóricos del taller se dictaran en el auditorio de la casa Bolivariana de Bailadores y la parte práctica en el estadio Municipal.

Evaluación:

Se aplicaran evaluaciones teóricas - prácticas en base a los conocimientos adquiridos por los lideres con el propósito de hacer selectivo a quienes van a tener la responsabilidad de dirigir y desarrollar los subprogramas.

Área Deportiva: Este Sub-Programa esta conformado por aquellas actividades que le van a permitir al participante adquirir y mejorar sus destrezas físicas; requieren de instalaciones deportivas sin embargo pueden ser desarrolladas en espacios apropiados sin que representen riesgos para los participantes.

Área Deporte Para la Salud: Este Sub-Programa abarca todas aquellas actividades físicas realizadas con el propósito de corregir, mantener, y mejorar la salud física y mental, no requiere de instalaciones y dotaciones especificas ni de aptitudes motoras sobresalientes.

Área Recreativa: Este Sub-Programa abarca todas aquellas actividades con carácter netamente recreativo y de esparcimiento que le van a permitir al participante la interacción, sociabilización e integración con los demás miembros de la comunidad.

Control y Evaluación:

El programa de actividades de Recreación y Deporte Para Todos requiere de un control constante y periódico para verificar su aprobación y aceptación a través de instrumentos que reúnan los insumos necesarios relacionados con los intereses y necesidades de la población, y en base a estos resultados se reorientará el programa con la intención de ofrecerles actividades solicitadas y requeridas por los participantes.

Para ello se elaboran formatos que permitan recabar información sobre el desarrollo de las actividades, considerando los siguientes criterios:

- Numero de participantes por subprogramas.
- Numero de participantes por edad y sexo.
- Numero semanal por sector.
- Calidad de cada actividad.
- Participación total de cada sub-programa por sector.
- Coevaluación al final del programa.
- Análisis de las actividades.



Conclusiones

- En los sectores 1 y 4 el 56% y 47% respectivamente respondieron que Nunca se ofrecen actividades deportivas y recreativas en sus comunidades, y en los sectores 2 y 3 con un 39.7%, 48.7% respondieron que algunas veces respectivamente.

- Los habitantes de todos los sectores (sector 1 con 35.1%, sector 2 con 28.8%, sector 3 con 53.8%, y sector 4 con 41%), sostienen que Siempre tienen disponibilidad para participar en actividades deportivas y recreativas en su tiempo libre.

- En relación a la interrogante de como es el nivel del deporte en la actualidad en el Municipio se pudo constatar que es bajo puesto que no se le presta la debida atención al atleta y una buena preparación profesional a los entrenadores.

58

- Es imperante la necesidad de formar líderes y promotores deportivos, para lo que se requiere desarrollar planes de formación y capacitación de personal que surjan de su entorno local.

- Para un desarrollo local sostenible es necesario concebir un Actor-Gestor capacitado dentro de la nomenclatura de los Consejos Comunales para desempeñar la Gestión y el Control del desarrollo local de la Recreación y el Deporte Para Todos orientado al uso adecuado del tiempo Libre de sus habitantes.

Recomendaciones

- Gestionar ante las autoridades deportivas planes de formación y capacitación de personal con el fin de difundir la práctica de actividades recreativas y del Deporte Para Todos.

- Promocionar y difundir el Deporte Para Todos como medio de sensibilizar a los individuos a la práctica deportiva.

- Orientar sistemáticamente a los pobladores de cada territorio (Sector), sobre los beneficios obtenidos por la práctica del Deporte y las Actividades Físicas y Recreativas, así como del Uso adecuado del Tiempo libre.

- Realizar estudios de caso monitoreando y evaluando procesos de cambio en el Mejoramiento de la Calidad de Vida, proyectos y acciones específicas o gestión de sus autoridades municipales, creando una cultura de información y enseñando a la población como utilizarla y participar de los cambios.



Referencias

Arias, H. (1995). La Comunidad y su estudio. La Habana: Ed. Pueblo Educación. (p.134).

Arontes, E. (2008). Foro Regional sobre la Actividad Física y el Deporte para América Latina y el caribe. Deporte Para Todos. México.

Bandera, M, J. (2006). El Deporte Para Todos. Revista en línea disponible. Lecturas: Educación Física y Deportes. http://www.efdeportes.com/Revista_digital (consulta 2006 diciembre 15).

Colegio Oficial de Profesores de Educación Física. (1968). Manifiesto sobre Educación Física y el Deporte por Organismos Internacionales. México. C.O.P.E.F. Serie divulgación N@ 1.

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, (1999). Producciones la Piedra, Caracas, Venezuela. Art. 111. (pp. 15,25).

Díaz, O. (2006). El Deporte Comunitario. Revista en línea disponible. Lecturas: Educación Física y Deportes. http://www.efdeportes.com/Revista_digital (consulta 2006 julio 4).

Fernández, A. (2002). La Comunidad Como espacio educativo. La Habana: Ed. Pueblo y Educación.

Gil, J. (2001). Sociedad y recreación. Seminario Taller N@ 6. Consejo de Publicaciones. Universidad de Pamplona. Colombia. (p.8).

Ministerio de Educación Cultura y Deportes. (2004). Manual de Deporte Para Todos. Dirección general de Deporte Para Todos. Caracas. (p. 19).

Rojas, A. (2004). Lineamientos Gerenciales y de Organización para un Instituto Municipal de deportes. Trabajo de grado no publicado. Universidad de los Andes. Mérida, Venezuela. (pp.16).

Sánchez, L. (2001). Formulación y Evaluación de proyectos Recreo deportivos. Diagnostico. Editorial Kinesis.

Vera, Carlos. (2002). Tiempo Libre y Calidad de Vida. Conferencia Internacional Recreación y Deporte para Todos. FUSER.

Zambrana, J. M. (1986). El Deporte Para todos. Los Adultos. (2@ ed.) Madrid. Alambra, S.A.