

Actividades físico-recreativas para potenciar la educación ambiental comunitaria

Physical and recreational activities to promote community environmental education

Jorge Cabrera-Reyes¹; Elda Vázquez-Corona²

¹ M. Sc Prof. Aux: Universidad de Granma, Cuba. jcabrear@udg.co.cu

² M. Sc Prof. Aux: Universidad de Granma, Cuba. evazquezc@udg.co.cu vazquezc1966@gmail.com

Fecha de recepción: 27 de octubre de 2016

Fecha de aceptación: 21 de diciembre de 2016

RESUMEN

Por medio de un diagnóstico realizado en el reparto "Carlos Manuel de Céspedes" del municipio de Bayamo, provincia Granma se determinó, que existían limitaciones con respecto a las necesidades, gustos, preferencias recreativas en la población adolescente que respondieran al desarrollo de una cultura medioambiental, lo que constituyó el punto de partida para la programación de actividades físico-recreativas con este objetivo. Para ello se aplicaron métodos del nivel teóricos y empíricos, así como estadísticos-matemáticos. Luego de su aplicación se corroboró el elevado nivel de conocimientos y satisfacción de esta población, evidenciándose en el cambio conductual experimentado.

Palabras clave: Comunidad; Recreación; Educación Ambiental; Actividades físico-recreativas

ABSTRACT

Through a diagnosis made in the distribution "Carlos Manuel de Céspedes" of Bayamon municipality, Granma province, it was determined that there were limitations regarding the needs, tastes, and recreational preferences in the adolescent population that responded to the development of an environmental culture, which was the starting point for the programming of physical and recreational activities with this objective. For this, theoretical and empirical methods as well as statistical-mathematical methods were applied. After its application, the high level of knowledge and satisfaction of this population was corroborated, evidenced in the behavioral change experienced.

Key words: Community; Recreation; Environmental Education; Physical recreational activities

INTRODUCCIÓN

La recreación como proceso ha sido abordada a partir de varios autores como Dumazedier J. (1964), Rodríguez (1981), Pérez (2003); en estos predominan los aspectos biológicos, sociológicos o psicopedagógicos; en un consenso generalizado, al considerar su práctica como una actividad placentera, que favorece el juego, la distracción, así como el empleo del tiempo libre mediante el entretenimiento y la satisfacción personal o grupal

Algunos investigadores como Pérez (1997), Hernández (2000); coinciden en trabajar la recreación al aire libre, mediante actividades placenteras en aras de satisfacer las ansias psico-espirituales en los espacios a utilizar, apoyados en técnicas de trabajo que faciliten la masificación de estas actividades con carácter ambiental en las comunidades, al cumplir una función educativa a partir de sus necesidades y motivaciones. Sin embargo, aún son insuficientes algunas acciones para favorecer el desarrollo de la educación ambiental desde la recreación.

Resultados obtenidos de las investigaciones del proyecto Eco-recreación por Ramírez (2008) y Vázquez (2009), constatan el no tener en cuenta la incidencia de la recreación desde la perspectiva de una educación ambiental para los adolescentes, quienes deben asumir conductas responsables por las características de su edad y disfrutar el medio natural con actividades concretas en función del bienestar físico y psíquico para este grupo etéreo.

Además, no se tiene en cuenta los gustos y preferencias para las ofertas a los adolescentes, los cuales poseen conductas inadecuadas respecto al entorno en el realizan las actividades espontáneamente. Se hace necesario dar tratamiento a los problemas que se presentan en estos adolescentes desde la recreación para desarrollar una educación ambiental y así garantizar un estilo de vida adecuado.

En relación con las insuficiencias antes detectadas se determinó como objetivo: aplicar actividades físico-recreativas para potenciar la educación ambiental en adolescentes de la comunidad "Carlos Manuel de Céspedes".

La investigación se realizó en el reparto "Carlos Manuel de Céspedes" del municipio de Bayamo, provincia Granma con una muestra de 78 adolescentes de una población de 102,

para ello se aplicaron métodos de nivel empírico y teórico, así como estadísticos-matemáticos como los que se muestran a continuación:

Observación: Permitió determinar la situación problemática, para percibir el nivel de preferencia por parte de los adolescentes, los intereses para la realización de actividades físico-recreativas y la influencia que ejercen las mismas a la integración social y el cuidado del medio ambiente.

Encuesta: Se les aplicaron a los adolescentes y a los profesores para conocer las características psicosociales del grupo, así como sus necesidades e intereses y el nivel de conocimientos sobre el medioambiente; así como sus necesidades recreativas. Fue aplicada una encuesta de entrada y otra de salida.

Entrevista: Realizada a los profesores, líderes formales y adolescentes para conocer los elementos a tener en cuenta en la planificación de las actividades recreativas desde la perspectiva medioambiental.

Los resultados arrojados de los métodos declarados, permitieron la aplicación de las actividades físico-recreativas para potenciar la educación ambiental comunitaria en la muestra objeto de estudio.

DESARROLLO

Actividades físico-recreativas para potenciar la educación ambiental comunitaria

Estas actividades se sustentan en los presupuestos teóricos acerca de la recreación y educación ambiental de los postulados y consideraciones expresados por Pérez (2010), lo que constituye la base científica para la aplicación de estas actividades. Se conciben además, para propiciar ofertas recreativas que satisfagan sus gustos y preferencias, a partir de las necesidades de los adolescentes con el objetivo de lograr la satisfacción plena de estos en la comunidad en un espacio para el disfrute, esparcimiento, diversión y relajación.

Brinda conocimientos a los adolescentes para que comprendan la adecuada utilización del tiempo libre en función de su recreación sana, al estimular el cuidado y protección del medioambiente incorporado a un plan de integración de los organismos y organizaciones de la comunidad.

La planificación de estas actividades aparecen en un cronograma donde se tuvo en cuenta las características psicosociales de los adolescentes y de la comunidad, se puntualizaron aspectos fundamentales de la localización espacial y temporal de las actividades y las

temáticas ambientales que prevalecen en cada una de ellas; que sustentan el carácter opcional y variado de la oferta las cuales contienen las preguntas con enfoque ambiental.

Actividades físico-recreativas para potenciar la educación ambiental comunitaria en adolescentes

Juegos de mesa.

En la programación recreativa se proyecta la realización de juegos de mesa en los que se ubican: dama, ajedrez, parchís y corotos. Otras ofertas como las gallinas y los zorros se adaptaron con el fin de contribuir a la educación ambiental de los adolescentes. A continuación se muestran las precisiones metodológicas de los juegos.

Nombre del juego: Gallinas y zorros

Lugar: Portal de la tienda de la comunidad

Materiales: Tablero diseñado con una dimensión mínima de 50 cm² de cartón 20 chapas de botellas

Objetivo: Favorecer el conocimiento de la educación ambiental y correctas actitudes en relación con las causas de la contaminación del aire.

Organización:

Se establecerá como límite de participantes (2), uno hace de zorro con dos chapas de diferentes colores ubicadas a la entrada donde deben finalizar las nueve gallinas y otro de gallina colocando 18 chapas en cada triángulo frente a los zorros.

Desarrollo del juego:

Se explica cómo se va a realizar el juego para demostrar el valor del aire que respiramos, hay tarjetas para ambos jugadores las cuales tomarán cuando le coman una ficha y refieren situaciones que se pueden dar en ambientes diferentes: en las casas, en el campo, en las calles de la ciudad o en la comunidad. Los jugadores que observan no deben ayudarlos hablando. Existe un registrador de datos y a su vez controla el cumplimiento de las normas del juego.

Cuando el jugador no responda claramente la pregunta pierde el derecho a una jugada. En cada partida se introducen problemas que afectan el aire en cada lugar específico.

Ejemplos de situaciones a enunciar en las tarjetas:

*En casa se ha roto una botella de sulfamán, estoy limpiando el baño y no se puede respirar bien. Cámbiame el aire que no puedo más.

*Los pintores están trabajando en mi casa, hay un olor tan fuerte, tan fuerte que no puedo respirar, no se puede respirar. Cámbiame el aire que no puedo más.

*El humo de la fumigación invade toda la habitación, nadie me ha despertado, no se puede respirar, siento que me falta el aire. Cámbiame el aire que no puedo más.

*En la casa de campo se ha prendido la leña para cocinar, el humo se extiende y no puedo respirar. Me falta el aire. Cámbiame el aire que no puedo más.

*Se introducen situaciones, accidentes que contaminan pueden afectar la salud humana:

- Ómnibus o camión detenidos permanecen encendidos.
- Incendio en el bosque.
- Escape de amoníaco en las fábricas.

Al final el registrador y los adolescentes que son observadores, dirán cuál fue la situación, o accidente que provocó más daños, el jugador perdedor y comentarán acerca de cuál es la que pudiera provocar más gravedad en una situación real.

Reglas del juego.

*Cada jugador tiene la oportunidad de mover una chapa una sola vez.

*Si está en posición de comer y no lo hace será soplado. Implica una pregunta medioambiental (el que hace de zorro).

*No se debe caminar hacia atrás (el que hace de gallina).

*Si una gallina se coloca entre dos zorros se considera comida, pues ha muerto. A causa de la grave contaminación.

*Se debe caminar siempre diagonal.

*Se pueden comer cuantas gallinas estén en posición y no tengan cuadros intermedios.

*Ganan las gallinas si logran introducir nueve chapas en las casillas custodiadas por los zorros.

*Ganan los zorros si impiden la colocación de las gallinas en las nueve chapas casillas.

Los juegos tradicionales

Nombre del juego: juego del pañuelo.

Lugar: calle de la comunidad

Materiales: tiza y pañuelo.

Objetivo: desarrollar habilidades motrices básicas y fomentar la educación ambiental.

Organización: se forman dos equipos con nombres ecologistas y se les indica colocarse en fila, luego se enumeran en secreto los integrantes de cada equipo. Se ubica el pañuelo en un círculo marcado en el centro de ambas filas, aproximadamente a una distancia de 18 metros de cada formación

El facilitador dirá el número escogido a la suerte con la cooperación de cualquiera de los adolescentes para el comienzo del juego (la salida a coger el pañuelo por parte de ambos equipos). Cada jugada satisfactoria acumula un punto.

Reglas básicas:

*Cada equipo debe respetar la numeración establecida a la hora del juego.

*No se debe de empujar, ni dar golpes al contrario.

*Eso implica descalificación del jugador.

*Si unos de los participantes alcanzan el pañuelo primero y es tocado antes de regresar a la línea de su equipo perderá un punto.

*Siempre que un jugador toque al contrario, cuando este haya tocado el pañuelo, obtendrá la victoria.

*Ganará el equipo que más punto acumule.

*En caso de empate se emplearan tres preguntas de carácter ambiental, o más, hasta que se desempate el resultado final.

Nombre del juego: el baile de la escoba

Lugar: parque de la comunidad

Material: escoba con palo,

Objetivo: formar parejas y relacionar las acciones de protección al medioambiente

Organización: pueden participar hasta diez parejas.

Debe incluirse un juez ambiental (árbitro del juego, encargado de realizar las preguntas y velar por el cumplimiento de las reglas)

Título de la música: preferiblemente merengue como género.

Reglas básicas:

* Las parejas deben dejar de bailar cuando para la música.

* El que se quede sin pareja coge la escoba y responde la pregunta ambiental del árbitro

*El juego inicia cuando comienza la música y al parar ésta, se cambia de pareja para el que tiene la escoba obtenga la suya.

*El tiempo de duración será de 15 minutos.

Juego de mesa (ajedrez)

Lugar: portal de la tienda.

Material: tablero de ajedrez y piezas (cartón o las tradicionales).

Objetivo: desarrollar el intelecto y conocer las medidas para evitar el deterioro del medioambiente

Organización: pueden jugar hasta diez parejas. Debe incluirse un juez ambiental (árbitro del juego, encargado de realizar las preguntas y velar por el cumplimiento de las reglas)

Desarrollo.

El juego se debe desarrollar en parejas, como tradicionalmente se hace, pero también se pueden implicar más jugadores (10), de acuerdo con los tableros disponibles. Se prohíbe el intercambio verbal, las jugadas serían de forma alterna, pues cada jugador debe ceder el turno a su compañero de equipo después de su intervención, se declara el ganador de forma tradicional y en caso de empate, se determina el ganador absoluto a través de preguntas de carácter ambientalista

Reglas básicas:

* Cada jugador realiza una jugada y comienza el otro.

* Al que le coman una pieza responde una medida para proteger el medioambiente y si la respuesta es positiva se repone la pieza.

*Gana el jugador que le elimina más piezas al contrario

Nombre de la actividad: excursión en bicicleta por la naturaleza.

Esta modalidad se considera una actividad recreativa de la más completa e higiénica que puede ser practicada, en la cual se pueden realizar: marchas, paseos en bicicletas, a caballo y en botes. Permite ampliar los conocimientos ambientales al estar en contacto directo con la naturaleza.

Objetivo: favorecer la relación de los adolescentes con la naturaleza.

Lugar: desde las Caobas hasta el Almirante.

Horario de salida: 9:00 AM - Regreso: 5.00 PM.

Explorar el lugar donde se va a ejecutar la excursión para:

Conocer sus condiciones reales y establecer las coordinaciones necesarias que garanticen su mejor desarrollo.

Establecer los lugares de descanso.

Analizar características de la vegetación para determinar la existencia o no de plantas dañinas a la salud.

Conocer si en el área escogida existen huecos, zanjas, derrumbes u otras características del terreno que puedan provocar accidentes a los participantes.

Valorar distancia del recorrido. Este debe estar en correspondencia con las posibilidades de los jóvenes.

Prever el menú que se va a ingerir y otros aseguramientos.

Deben llevar un vestuario y un calzado adecuado.

Llevar suficiente agua potable.

Programar al final del recorrido juegos participativos, así como otras actividades recreativas que involucren contenidos ambientales relacionados con la zona de excursión.

Orientar la observación y descripción de la naturaleza para el intercambio al final del recorrido.

Orientación de la siguiente guía de observación:

Posición que ocupa el Sol en las distintas horas del día.

Observación de las nubes para detectar si lloverá o no.

Musgos y líquenes que se encuentran adheridos a los árboles para determinar hacia dónde se encuentra el Norte.

La fauna y la flora del lugar.

Las fuentes de agua potable o manantiales.

Características del terreno.

Explicar que una buena observación de los animales y plantas, los pondrá en posibilidades de contribuir a su cuidado y conservación.

Nombre del juego: béisbol naturalista

Lugar: solar yermo aledaño a la Tienda

Material: bate, guantes, pelota de béisbol, almohadillas rústicas, silbato

Objetivo: relacionar las acciones de protección al medioambiente a través del juego de béisbol.

Organización: pueden participar hasta 2 equipos.

Debe incluirse un juez ambiental (árbitro del juego, encargado de realizar las preguntas y velar por el cumplimiento de las reglas que serán)

Reglas:

*El juego inicia por el sorteo de una moneda que indicará que equipo va a batear y cual a la defensa según la elección de cara y escudo realizada por los capitanes

Se cambia de posición cuando se completen los tres out, momento en que se realizarán 2 preguntas de carácter ambiental para equipo a la ofensiva.

Cuando un jugador se ponche debe responder una acción para proteger el medioambiente.

Cuando un jugador es puesto out inmediatamente referirá una acción de protección del entorno.

Cuando se comenta un error a la defensa por un jugador éste debe decir una acción de como protege el medioambiente desde su casa.

Si algún jugador muestra actitud antideportiva, perderá una carrera su equipo y debe responder una pregunta referente a la conservación del entorno dentro de las instalaciones deportivas.

Si el lanzador propina un pelotazo al bateador deberá responder una pregunta ambiental.

Se le otorgará una carrera al finalizar el juego al equipo que responda más preguntas correctamente.

El tiempo de duración será de 5 inning:

Juego de mesa (Parchís)

Lugar: Portal de la tienda.

Material: tablero de parchís, Botones, dados.

Objetivo: desarrollar el intelecto y conocer las medidas para evitar el deterioro del medioambiente

Organización: pueden jugar hasta 4 jugadores.

Debe incluirse un juez ambiental (árbitro del juego, encargado de realizar las preguntas y velar por el cumplimiento de las reglas)

Reglas básicas:

*Cada jugador realiza un lanzamiento para conocer a quién le corresponde la salida que será al que le cayó el mayor número, y el orden de turnos será a favor de las manecillas del reloj.

*Al que le coman una ficha responde una medida para proteger el medioambiente desde la escuela.

*Al jugador que le caigan tres dobles le implica una pregunta ambiental y se le vira para la salida la ficha más adelantada.

*Cuando dos jugadores tengan su ficha en un puente el último en llegar a éste debe responder la pregunta de carácter ambiental.

*Cuando un jugador tiene su ficha en la salida de otro jugador y éste al lanzar el dado le cae cinco lo envía de regreso a su salida y debe mencionar al menos una medida para evitar el deterioro del medioambiente desde la comunidad.

*Gana el jugador que primero coloque sus cuatro fichas en la meta.

*El último jugador que termine debe responder algunas de las medidas para evitar el deterioro ambiental.

Después de aplicadas las actividades físico-recreativas para potenciar la educación ambiental comunitaria en los adolescentes se obtuvo que 76 adolescentes que representa el 97,4% de la muestra manifestó que el medio ambiente es todo lo que rodea al hombre, donde se establecen relaciones interpersonales, sociales, culturales, políticas y económicas, lo que demuestra el grado de asimilación e interiorización de dicho concepto el cual propició que se incrementara su educación ambiental convirtiéndolos así en agentes activos en el cuidado y conservación del entorno comunitario.

En las observaciones dirigidas a la participación en las actividades por los profesores de recreación del combinado deportivo, así como sus intervenciones en las charlas, talleres y debates efectuados durante la realización del proyecto se pudo comprobar que asimilaron de forma positiva las acciones del mismo, pues durante el desarrollo de éstas se apreció como daban salida al componente ambiental demostrando que fue efectiva la labor educativa realizada, debido al aumento del conocimiento respecto a esta temática, lo que permitió planificar actividades teniendo en cuenta esta dimensión.

En relación con la entrevista dirigida a los profesores de recreación que trabajan en la comunidad, los cuales consideran solo al medio ambiente en su aspecto físico y alegan no darle salida al componente ambiental a través de las actividades que realizan, lo que en gran medida está dado por la insuficiente capacitación que han recibido en relación a esta temática pues todos señalan no haber participado en ninguna actividad relacionada con el

medio ambiente a no ser el turismo de naturaleza, algo que cambió en el transcurso de la aplicación de las actividades.

La asistencia y puntualidad tanto de adolescentes como de profesores fue significativa, los cuales permanecieron todo el tiempo que duraban las mismas con participación activa en la solución de los problemas ambientales de la comunidad esencialmente lo relacionado con el saneamiento e higienización de la misma, todo ello unido a las reflexiones realizadas acerca de los problemas medioambientales, que afectan tanto al territorio como a la comunidad propició el incremento de la educación ambiental y que mantuvieran una conducta positiva con respecto al entorno.

CONCLUSIONES

La aplicación de las actividades físico-recreativas incrementa las ofertas recreativas y enriquece el proceso de la recreación en la comunidad para la educación ambiental de los adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ayes, G. N. (2003). *Medio Ambiente: Impacto y Desarrollo*. Ciudad de La Habana, Editorial Científico-Técnica.
- Bartel, W. (1991). *Juegos Recreativos*. La Habana, Pueblo y Educación.
- Bello, M. (1999). *Hacia los principios de la Educación Ambiental*. En: Grupos de Estudios Sociales de la Tecnología. Tecnología y Sociedad. La Habana, Editorial Félix Varela. págs. 203-213. Cuba. Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente. (1997). *Estrategia Nacional de Educación Ambiental*. La Habana, CIDEA.
- Dumazedier, J. (1964). *Hacia la civilización del ocio*. Ed. Estela. Barcelona.
- Fullera Bandera, P. y col. (200?). *Recreación Comunitaria*. La Habana, INDER.
- Novo, M. (1998). *La educación ambiental: Bases éticas, conceptuales y metodológicas*. Madrid, Editorial Universitos.
- Pérez, A. y col. (2003). *Recreación: Fundamentos teórico-metodológicos*. La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".
- Ramírez, B. (2008). *Alternativa comunitaria con enfoque ambientalista para el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor en la comunidad San Juan-El Cristo*. Tesis en opción al título de Máster. Facultad de Cultura Física de Granma. Cuba
- Rodríguez, O. (1981). *Tiempo Libre y Personalidad*. La Habana, Editorial Ciencias Sociales.

Sánchez, E. y González, M. (2004). *Psicología General y del desarrollo*. Ciudad de La Habana, Editorial Deporte.

Vázquez, E. (2009). *Proyecto recreativo para jóvenes desde una perspectiva medioambiental*. Tesis en opción al título de Máster. Facultad de Cultura Física de Granma. Cuba