

# 46

## ORIENTACIÓN EDUCATIVA DE LA RECREACIÓN FÍSICA EN LA ENSEÑANZA ARTÍSTICA EN VILLA CLARA

### EDUCATIVE ORIENTATION OF THE PHYSICAL RECREATION IN THE ARTISTIC EDUCATION IN VILLA CLARA

Carmen Raquel Díaz Rodríguez del Rey<sup>1</sup>

E-mail: [rakel641215@gmail.com](mailto:rakel641215@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0677-9540>

Emilio Javier Rodríguez Galindo<sup>2</sup>

E-mail: [emrgalindo@uclv.cu](mailto:emrgalindo@uclv.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5297-0170>

Desiderio Alberto Sosa Loy<sup>2</sup>

E-mail: [desosaloy@gmail.com](mailto:desosaloy@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9122-1153>

Omar Gómez Anoceto<sup>2</sup>

E-mail: [oganceto@uclv.cu](mailto:oganceto@uclv.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2778-0476>

Noslén Hernández Hernández<sup>1</sup>

E-mail: [noslentrova@nauta.cu](mailto:noslentrova@nauta.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2778-0476>

Raquel Rodríguez Díaz<sup>1</sup>

E-mail: [raquelballet1991@gmail.com](mailto:raquelballet1991@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2208-1975>

<sup>1</sup>Centro Provincial para la Enseñanza Artística. Villa Clara. Santa Clara. Cuba.

<sup>2</sup>Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Santa Clara. Cuba.

#### Cita sugerida (APA, séptima edición)

Díaz Rodríguez del Rey, C. R., Rodríguez Galindo, E. J., Sosa Loy, D. A., Gómez Anoceto, O., Hernández Hernández, N., & Rodríguez Díaz, R. (2023). Orientación educativa de la recreación física en la enseñanza artística en Villa Clara. *Revista Conrado*, 19(90), 408-420.

#### RESUMEN

Tomando como base la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y las valoraciones teóricas de reconocidos autores que han estudiado la Recreación Física; se asume un proceso investigativo que responde a un enfoque cualitativo, en su variante Investigación-Acción-Participativa, donde se combinan métodos cualitativos y cuantitativos; y que plantea como objetivo caracterizar los aspectos asociados a la orientación educativa de la Recreación Física en el nivel elemental de Ballet y Música, del Centro Provincial para la Enseñanza Artística de Villa Clara (Cuba). Para cumplir tal propósito se implementan talleres investigativos dirigidos a un grupo de trabajo, al que se le concede la denominación de grupo de discusión, el cual tiene estrecho vínculo con los procesos físico-recreativos en dicha institución. Los hallazgos que resultan de los talleres permiten establecer características y consideraciones metodológicas respecto a la orientación educativa de la Recreación Física, que adquiere significación, por destacar su contribución con la cultura general del estudiante-artista, las buenas relaciones interpersonales y la formación de valores, en vínculo con el medio natural, la diversidad, la historia local, las tradiciones culturales y la animación, aspectos que resaltan su carácter socializador, a la vez que contribuyen con estilos de vida saludables.

#### Palabras clave:

Recreación Física, orientación educativa, Enseñanza Artística

#### ABSTRACT

Based on the Agenda 2030 for the Sustainable Development and the theoretical assessments of remarkable authors who have studied the Physical Recreation, a research process has been taken on, which gives answer to a qualitative approach in its variant research-Action-Participative, combining qualitative and quantitative methods which has as objective to characterize the aspects associated to the educative orientation of the Physical Education at the elementary level of Ballet and Music in the Provincial Center for the Artistic Education of Villa Clara (Cuba). In order to accomplish such purpose, research workshops were created aimed to a group of work known as "discussion group", which is very closely bound together to the physical-recreational processes in such institution. The results found in the workshops allow us to establish characteristics and methodological considerations with respect to the educative orientation of the Physical Recreation that acquires signification for emphasizing its contribution with the general culture of the student-artist, the good interpersonal relationships and values formation, bound together to the environment, the diversity, the local history, and the cultural traditions, aspects that remark its socializing character which contribute with healthy life styles.

#### Keywords:

Physical recreation, educative orientation, artistic education

## INTRODUCCIÓN

La Recreación implica un universo sensible lleno de complejidades y soluciones, que exige una sistemática labor, matizada por el ejercicio de la creatividad, sobre la base de actividades novedosas, caracterizadas por su diversidad y orientación educativa, desde el diseño y la puesta en práctica de propuestas que estimulan la participación de los sujetos, como principales protagonistas de este proceso.

En Ginebra, Naciones Unidas (2016), se expone que la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, con sus 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y sus 169 metas fue aprobada en septiembre de 2015 por las 193 naciones que integran esta organización; la Agenda 2030 presenta una visión ambiciosa del desarrollo sostenible e integra sus dimensiones económica, social y ambiental; a la vez es una agenda transformadora, que pone la igualdad y dignidad de las personas en el centro y llama a cambiar nuestro estilo de desarrollo, respetando el medio ambiente.

El documento establece los ODS y refiere como objetivo 3, la **Salud y Bienestar**, donde se precisa que para lograr el desarrollo sostenible es fundamental garantizar una vida saludable y promover el bienestar para todos a cualquier edad y que se necesitan muchas más iniciativas para erradicar por completo una amplia gama de enfermedades y hacer frente a numerosas y variadas cuestiones persistentes y emergentes relativas a la salud. En tanto, la meta 3.4, de este objetivo, enfatiza en: (...) promover la salud mental y el bienestar.

Por su parte el objetivo 4, **Educación de Calidad**, plantea garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. Se precisa en la meta 4.2, aspectos tales como, asegurar que todas las niñas y niños tengan acceso a servicios de atención y desarrollo en la primera infancia y educación preescolar de calidad, a fin de que estén preparados para la enseñanza primaria; se precisa en la meta 4.7, asegurar que todos los alumnos adquieran conocimientos teóricos y prácticos necesarios para promover el desarrollo sostenible mediante la educación para el desarrollo sostenible, los estilos de vida sostenibles y la valoración de la diversidad cultural y la contribución de la cultura al desarrollo sostenible.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2019), se refiere a la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, a través del *Plan mundial sobre Actividad Física 2018-2030* denominado, "**Más personas activas para un mundo más sano**", a través del cual considera indispensable implementar políticas para promover el caminar, el montar

bicicleta, el deporte, la recreación activa y el juego, que pueden contribuir directamente a lograr muchos de los ODS para el 2030. En relación al documento de la OPS es de interés referir los planteamientos del Apéndice 1, de forma particular las influencias de la actividad física, en el objetivo 3, **Salud y Bienestar**, a través de la meta 3.4, se plantea que una mayor participación en la actividad física contribuye con la prevención, y el tratamiento de enfermedades no transmisibles y se promueve el bienestar y la salud mental para todos. En el objetivo 4, **Educación de Calidad**, en la meta 4.2, enfatiza en que la actividad física en la escuela ayuda a desarrollar conocimientos básicos sobre salud, habilidades motoras y actitudes, así como hábitos positivos entre las niñas y niños para contribuir con su preparación desde la primera infancia.

El tema que se investiga responde a los objetivos y metas descriptos anteriormente, por cuanto se asume una participación para la Recreación Física que se caracteriza por el desarrollo de acciones y actividades con orientación educativa que adquiere significación por destacar el respeto a los derechos de la niñez y la adolescencia, al medio ambiente, a las tradiciones culturales, aspectos que resaltan el carácter socializador, a la vez que tributan a propiciar estilos de vida saludables.

Cabe agregar que investigadores de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2019), respecto a los beneficios para la salud que aporta un estilo de vida físicamente activo durante la adolescencia, refieren el mejoramiento de la capacidad cardiorrespiratoria y muscular, la salud ósea y cardiometabólica, y efectos positivos sobre el peso. Asimismo, cada vez hay más pruebas de que la actividad física tiene un efecto positivo sobre el desarrollo cognitivo y la socialización y afirman que los datos actualmente disponibles indican que muchos de estos beneficios se mantienen hasta la edad adulta.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) (2019, p.1), considera que "practicar alguna actividad física de manera habitual es crucial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social de los niños, niñas y adolescentes, ya que los buenos hábitos se adquieren temprano en la vida, y significa que entre los beneficios de la actividad física incluye ayudar a evitar las enfermedades, prevenir el sobrepeso, la obesidad y contribuir a la salud mental". También la actividad física abarca el ejercicio y otras actividades que entrañan movimiento corporal que se realizan como parte de los juego, formas de transporte activo (caminar o andar en bicicleta), tareas domésticas y actividades recreativas, el juego físico, la recreación, el deporte formal e informal, organizado o competitivo y los juegos o deportes autóctonos.

Para los niños y niñas entre 5 y 11 años, según la (Unicef, 2019), jugar libremente es clave en esta etapa, al tiempo que autoexigirse dado que están en un proceso de madurez física y psicológica; donde, los diferentes ejercicios físicos deben ser algo que niños y niñas disfruten, tanto en la familia y en el entorno escolar; es muy importante, la actividad física **como algo positivo** y que no hagan una asociación negativa con la práctica de estas actividades; se aconseja fomentar juegos cooperativos y compartidos, eliminando las agrupaciones en función del género y promoviendo la utilización común de los espacios disponibles, los lugares de reunión y descanso sean compartidos y que todos sientan que pueden jugar en los mismos espacios y a las mismas cosas.

Respecto a la adolescencia la (Unicef, 2019), considera que es muy importante tener amigos y amigas que realicen actividad física en conjunto y por lo tanto, esto puede transformarse en una oportunidad para consolidar buenos hábitos de practicar actividades físicas espontáneas, como juegos con otros; incentivar la participación y la diversión y no el ganar; promover que ayuden en tareas domésticas que impliquen esfuerzo físico; velar porque se use vestimenta adecuada al clima y protegerse de la radiación solar al realizar ejercicios.

En el documento UNICEF Comité Español. *La Convención sobre los Derechos del Niño*. (2006), el artículo 31, refiere que el niño tiene derecho al esparcimiento, al juego y a participar en las actividades artísticas y culturales, así como declara que los Estados Partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego, a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes; así como respetarán, promoverán y propiciarán oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad de participar en la vida cultural, artística, recreativa y de esparcimiento.

Al referirse a la Recreación (Mahecha Clavijo, 1999) plantea que es "(...) **un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento**"; (Aguilar & Incarbone, 2005) expresan que operativamente la recreación "(...) **se entiende por aquel bien cultural y práctica social, que implica un proceso de participación permanente que intenta satisfacer necesidades simbólicas, terapéuticas, de consumo, de descanso, de diversión y desarrollo personal, permitiendo la libre expresión de la personalidad durante el tiempo libre y contribuyendo a mejorar la calidad de vida de la población**".

En ese mismo orden de ideas Pérez Sánchez (2010, p. 15) considera que la Recreación es "(...) **el conjunto de**

**fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad**"; por su parte (Salazar Salas, 2019) plantea que la Recreación consiste "(...) **en actividades agradables que se llevan a cabo de forma voluntaria en el tiempo libre, las cuales provocan gozo, alegría y disfrute, la recreación tiene importancia porque favorece el desarrollo integral de las personas al proporcionarles beneficios emocionales, espirituales, sociales, físicos y cognitivos**".

En un acercamiento a la teoría de la Recreación Educativa, (Waichman, 2015) se refiere al recreacionismo, que suele considerar a la recreación como una suma de actividades cuyo único fin es divertirse y sus dirigentes tienden a actuar como "showman", quienes dirigen e imponen las actividades, por lo que considera que la denominación Recreación Educativa sostiene un enfoque diferente y en muchos aspectos opuesto al recreacionismo.

Para (Waichman, 2015) la Recreación obtiene el **carácter de educativa** en tanto existe una dirección exterior a las personas, establece objetivos de transformación cualitativa, es llevada a cabo en estructuras específicas, refiriéndose a los escenarios donde se realiza; posee metodologías de acción para el logro de los objetivos y cuenta con personal formado profesionalmente; desde esta óptica la mejor actividad es aquella que está por inventarse, decidir sus condiciones, sus reglas, la calidad de participación de cada miembro del grupo y el modo de evaluarla. En su concepción sostiene como aspiración, que la Recreación Educativa pretende colaborar en la transformación del tiempo disponible o libre de obligaciones de los participantes en praxis de la libertad en el tiempo, generando protagonismo y autonomía.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, implica destacar la contribución teórica de (Sosa, 2000) respecto a la Recreación, Recreación Física, Motivos físico-recreativos, Protagonismo físico-recreativo, Participación físico-recreativa y modelo recreativo, donde expresa ideas que **orientan al carácter educativo de la Recreación Física**, al significar el empleo adecuado y sano del tiempo libre en las actividades como una vía permanente de educación; educar hacia la práctica de actividades físicas, en respuesta a las tendencias actuales de los modelos recreativos pasivos, caracterizados por la ciberadicción. También considera (Sosa, 2000) que se debe propiciar un clima permanente hacia la formación de la personalidad y la formación de valores humanos, a través de la integración social y el medio natural; fomentar el tránsito del

heterocondicionamiento al autocondicionamiento y tener en cuenta la participación de todos, como expresión de respeto a la diversidad, donde se enfatice en la participación físico-recreativa con niveles de motricidad.

Respecto a las formas fundamentales de participación en la Recreación Física (Pérez Sánchez, 2010), las clasifica en individual y organizada; la individual es aquella que el organizador es un individuo o grupo, los cuales deben garantizar todos los medios técnicos, recursos y poseer un dominio técnico de la actividad. A los efectos de la ponencia se enfatiza en relación con **la forma organizada** que es aquella en que el papel de promotor y organizador de la actividad es una institución la cual, debe garantizar todos los recursos, tales como equipos, instalaciones, personal técnico y de servicio; la forma organizada es la manera superior y más adecuada desde el punto de vista de la programación; entre los contextos para su desarrollo declara la Recreación Física Escolar, que se organiza en la escuela como actividad física extraescolar, teniendo como principal protagonista el profesor de Educación Física.

Las consideraciones anteriores constituyen sustentos teóricos a partir de los cuales se fundamenta la significación de investigar en el proceso de la Recreación, en un escenario de significativa importancia para el desarrollo sociocultural de la provincia de Villa Clara (Cuba), como lo es el Centro Provincial para la Enseñanza Artística de Villa Clara (CPEA); donde las actividades de Recreación Física con orientación educativa, aportan y contribuyen con la formación integral del futuro profesional de la cultura.

Cabe agregar que en observaciones realizadas a diferentes actividades donde participan estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música del CPEA; se constata que existen limitaciones en la preparación teórico-metodológica de los profesionales que interactúan en la organización y desarrollo de la Recreación Física; se evidencia poca diversidad de opciones físico-recreativas y juegos tradicionales; no se aprovechan para las actividades las condiciones que brinda el medio natural donde está ubicada la escuela; así como la poca utilización de la animación recreativa.

Los elementos descritos con anterioridad permiten declarar como objetivo del presente estudio, caracterizar los aspectos asociados a la orientación educativa de la Recreación Física, en el nivel elemental de Ballet y Música del CPEA de Villa Clara.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Para gestar un proceso investigativo dirigido al estudio de la orientación educativa de la Recreación Física, en el contexto de la Enseñanza Artística en Villa Clara, se conforma un grupo de trabajo integrado por profesionales que laboran en el CPEA de Villa Clara, al que se le concede la denominación de grupo de discusión, el cual está integrado de la siguiente forma:

- Dos profesores de la asignatura Educación Física y dos de la asignatura Preparación Física, que aportan iniciativas y criterios en relación con los juegos y actividades físico-recreativas, que sugieren, para la participación de estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música.
- Dos asistentes de trabajo educativo y dos auxiliares pedagógicas, quienes apoyan la labor formativa desde la vida interna en diferentes procesos que ocurren en el centro, entre los que se encuentran la participación de los estudiantes en las actividades recreativas.
- Dos guías de grupo de formación general, que colaboran con las actividades pioneriles y recreativas de sus respectivos grupos.
- La Guía Base de Pioneros, quien es responsable de planificar, organizar y llevar a la práctica las actividades del colectivo pioneril.
- Un técnico operador de audio, quien participa en las actividades, tanto docentes, artísticas y físico-recreativas.
- Tres profesionales que se desempeñan como productores artísticos, quienes, entre sus funciones coordinan las actividades con instituciones culturales del municipio Santa Clara, así como otros organismos a nivel municipal y provincial, entre los que resalta el vínculo con la subdirección Provincial de Deporte Para Todos de Villa Clara y el Combinado Deportivo Aurelio Yanet de Santa Clara.
- Por el consejo de dirección del centro participan (Director del centro, subdirector Artístico-Pedagógico, subdirector de Apoyo a la Docencia, las jefas de departamentos de Ballet y Música, todos ellos con responsabilidades en el proceso docente-educativo del CPEA de Villa Clara.

En un primer encuentro con el grupo de discusión, este significa la importancia del tema que se investiga y muestran interés por participar y aportar en las diferentes etapas por la que va a transcurrir la investigación y manifiestan las siguientes motivaciones:

- Reconocen la significación que tiene la orientación educativa de la Recreación Física, en el contexto de un centro escolar de la Enseñanza Artística.

- Están motivados en desarrollar actividades de Recreación Física con orientación educativa, para la participación de estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música.

También en este primer intercambio se pone a disposición del grupo de discusión, la categoría Orientación Educativa de la Recreación Física y las subcategorías de análisis asociadas a ella, para conducir el diagnóstico y el futuro desarrollo de la investigación, según se muestra en la Tabla 1.

Tabla 1. Categoría y subcategorías de análisis establecidas para el estudio

Categoría	Subcategorías
Orientación Educativa de la Recreación Física	Contribución con la cultura general integral de los estudiantes, al promover desde la Recreación Física, el conocimiento de la cultura nacional y universal, en diferentes ámbitos.
	Relaciones interpersonales, se expresa en el desarrollo de actividades que promueven el colectivismo, la amistad y la colaboración.
	Fomento de valores humanos, tales como, el patriotismo, la solidaridad, la responsabilidad, la amistad y la cubanía.
	Participación de los estudiantes como protagonista de las actividades, desde su implicación en la divulgación, organización y desarrollo; aporte de iniciativas; propuesta de variantes en las actividades y juegos; la libre elección de las actividades y la participación como espectadores.
	Vínculo con el medio ambiente, a través de actividades que promueven el amor y cuidado de la naturaleza; a partir de su realización en las áreas verdes y el medio natural donde está ubicada la escuela.
	Diversidad, se expresa en la variedad de opciones a partir de los gustos y preferencias de los estudiantes, en vínculo al campo artístico-pedagógico de Ballet y Música; tener en cuenta la participación de todas y todos y los niveles de ayuda a los estudiantes que más lo necesitan durante el desarrollo de las actividades.
	Revitalización de tradiciones, al incluir en las actividades juegos tradicionales, adivinanzas, trabalenguas, decimas, refranes, pregones, temas musicales y bailes cubanos.
	Historia local, al tener en cuenta hechos históricos asociados a la ciudad de Santa Clara.

Fuente: Elaboración propia

La investigación parte de una posición dialéctico-materialista y responde a una estrategia investigativa de enfoque cualitativo, en su variante Investigación-Acción-Participativa (IAP), donde se combinan métodos cualitativos y cuantitativos de manera coherente y complementaria, lo que permite una valoración permanente de las acciones introducidas y de las transformaciones ocurridas en los sujetos implicados.

El estudio se lleva a cabo en el CPEA de Villa Clara, donde participan estudiantes de ambos sexos de nivel elemental de las especialidades de Ballet y Música, así como los profesionales que inciden en la organización y desarrollo del proceso de la Recreación Física en este centro.

En el proceso investigativo se utilizan como métodos de nivel teórico: analítico-sintético, inductivo-deductivo y de lo abstracto a lo concreto; del nivel empírico se emplean los métodos observación participativa, entrevista en profundidad, triangulación y el taller investigativo. Entre las técnicas empleadas se encuentran las técnicas participativas, grupo de discusión y la lluvia de ideas.

A los efectos del presente artículo se enfatiza en la observación participante, para conocer en relación a los aspectos que se asocian a la orientación educativa de la Recreación Física, en el desarrollo de las actividades donde participan estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música, del CPEA de Villa Clara.

La entrevista en profundidad se aplica a profesores de Educación Física, maestros guías de grupos y asistentes de trabajo educativo, que laboran en las especialidades de Música y Ballet, así como al Guía Base de Pioneros, para conocer sus criterios respecto a las actividades físico-recreativas y de la cultura artística y literaria que sugieren para la participación de los estudiantes.

El Taller investigativo se lleva a cabo con el grupo de discusión, para determinar hallazgos sobre contenidos teóricos y prácticos de Recreación y Recreación Física, que permiten producir soluciones creativas, a partir de los criterios que emanan de las diferentes situaciones presentadas en su desarrollo, en correspondencia con el nivel elemental de Ballet y Música.

Entre las técnicas participativas se emplea la lluvia de ideas en el diagnóstico, para conocer los gustos y preferencias físico-recreativas de los estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música, del CPEA de Villa Clara, como parte de la técnica se propicia que los estudiantes expresen libremente y de forma espontánea sus ideas. También la lluvia de ideas se aplica al grupo de discusión, para conocer sus opiniones y consideraciones en relación con el tema de cada taller.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Como parte del diagnóstico, se efectúan nueve observaciones, para conocer cómo se manifiesta en las actividades, la orientación educativa en la Recreación Física, a partir de lo cual se establecen los siguientes aspectos a observar: contribución con la cultura general integral de los estudiantes; relaciones interpersonales; fomento de valores humanos; participación de los estudiantes como protagonistas de las actividades; vínculo con el medio natural; la diversidad; revitalización de tradiciones y la historia local.

En el análisis de los resultados del aspecto cultura general integral, prevalece la evaluación de regular, al no evidenciarse sistematicidad en aprovechar las potencialidades que brindan las actividades de Recreación Física, para promover y ampliar el conocimiento de los estudiantes, sobre contenidos relacionados con temas de diferentes esferas, de la ciencia, la cultura, la historia, la geografía, y aspectos relacionados con el conocimiento y significación de la práctica sistemática de la actividad física y sus beneficios para la salud.

Se manifiesta buenas relaciones interpersonales, que se expresan en la unidad, el compañerismo y la colaboración de los estudiantes en el momento de realizar las actividades, y el fomento de valores humanos donde están presente el patriotismo, la solidaridad, la responsabilidad,

la amistad y la cubanía, que se fortalecen al integrar a las actividades de Recreación Física, iniciativas a través de la presentación artística de obras de Ballet y Música, donde están presente estos valores.

En cuanto a la participación de los estudiantes, son evaluadas de regular y mal, al existir limitaciones en la implicación de los mismos como protagonistas, desde su integración en la divulgación, el aporte de iniciativas y la libre elección de las actividades, donde prevalece la participación como espectadores.

Respecto al vínculo con el medio natural, se constata que no se aprovecha el área natural donde está ubicado el CPEA de Villa Clara, para realizar las actividades de Recreación Física y aun no es sistemática la inclusión de contenidos de la educación ambiental y la naturaleza, al concebir y ejecutar las mismas.

En relación con la diversidad en las actividades, no se presentan gran variedad de opciones recreativas y físico-recreativas; se manifiesta la reiteración de juegos y actividades; no se logra de forma sistemática la integración de la Recreación Física y la cultura artística y literaria, así como los niveles de ayuda que pueden prestar los profesionales, a los estudiantes que más lo necesitan, durante las actividades.

Respecto a la revitalización de tradiciones, se constata la poca utilización de los juegos tradicionales, sin embargo, se evidencia la amplia utilización de la música cubana en las actividades recreativas. Prevalece en las actividades físico-recreativas, la integración de contenidos de la historia local de la ciudad de Santa Clara, que se observa en el desarrollo de conversatorios con personalidades de la cultura, que se refieren a aspectos tales como la fundación de la ciudad y los aportes devenidos en obras sociales a la ciudad, por la patriota y benefactora Marta Abreu Estévez, los resultados de las observaciones se exponen en la Tabla 2.

Tabla 2. Resultados de las observaciones a las actividades de Recreación Física en el CPEA de Villa Clara

Aspectos a observar	Cantidad de observaciones y porcentaje	Evaluación		
		Bien	Regular	Mal
a) Contribución con la cultura general integral	Observaciones: 9	4	5	0
	%	44,4%	55,5%	0%
b) Relaciones interpersonales	Observaciones: 9	7	2	0
	%	77,7%	22,2%	0%
c) Fomento de valores humanos	Observaciones: 9	6	3	0
	%	66,6%	33,3%	0%
d) Participación como protagonista de las actividades	Observaciones: 9	0	5	4
	%	0%	55,5%	44,4%

e) Vínculo con el medio natural	Observaciones: 9	0	6	3
	%	0%	66,6%	33,3%
f) Diversidad en las actividades	Observaciones: 9	1	6	2
	%	11,1%	66,6%	22,2%
g) Revitalización de tradiciones	Observaciones: 9	2	5	2
	%	22,2%	55,5%	22,2%
h) Historia local	Observaciones: 9	8	1	0
	%	88,8%	11,1%	0%

Fuente: Elaboración propia

También como resultados del diagnóstico al triangular la entrevista en profundidad aplicada al grupo de discusión y la lluvia de ideas que se efectúa con los estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música, se identifican como principales actividades de Recreación Física en el CPEA de Villa Clara: participar en juegos físico-recreativos; juegos predeportivos; juegos tradicionales; programa A jugar; la creación y funcionamiento de la Ludoteca escolar; excursiones y acampadas pioneriles; como actividades de la cultura artística y literaria, participar en juegos de expresión corporal; presentación de proyectos de teatro y artes circenses; narración de cuentos; concursos de pintura, juegos de adivinanzas y trabalenguas; presentación de proyectos musicales; visitar lugares históricos y museos de la ciudad de Santa Clara y utilizar el área de computación con fines recreativos.

### Diseño y desarrollo del taller investigativo

Para la búsqueda de los hallazgos en el proceso de investigación, se realiza el taller de mutuo acuerdo con el grupo de discusión y se lleva a la práctica en correspondencia con el cronograma de las actividades de Recreación Física que se programan para la participación de los estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música.

El taller está dirigido a:

- Contribuir con un clima agradable en un ambiente de buena comunicación, ayuda mutua y solidaridad que propicie el intercambio de saberes entre el grupo de discusión.
- Producir soluciones creativas mediante un uso adecuado de la crítica a partir de los criterios que emanan de las diferentes situaciones presentadas, respecto a la orientación educativa de la Recreación Física, en el contexto de la Enseñanza Artística.

Estructuralmente el taller se organiza en: título; objetivo; método; desarrollo y conclusiones.

Taller investigativo 1.

Título: Actividades de Recreación Física Educativa, para estudiantes del nivel elemental de la Enseñanza Artística.

Objetivo: Determinar las características que deben tener las actividades de Recreación Física para la participación de estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música, en el CPEA de Villa Clara.

Método: elaboración conjunta.

Técnica participativa: lluvia de ideas.

Desarrollo: el grupo de discusión y los investigadores en elaboración conjunta, seleccionan las ideas de mayor prevalencia, asociadas a las características de las actividades de Recreación Física para la participación de estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música, lo cual permite determinar como principales regularidades:

- Realizar actividades de Recreación Física en correspondencia con los gustos y preferencias de los estudiantes.
- Las actividades deben contribuir con su cultura general integral y sus gustos estéticos.
- Orientar la participación físico-recreativa en la ocupación del tiempo libre, desde el protagonismo de los estudiantes, en correspondencia con su especialidad.
- Propiciar la integración de la Recreación Física, con la cultura artística y literaria, la historia local de la ciudad de Santa Clara y la revitalización de tradiciones.
- Las actividades deben estar dirigidas a contribuir con la labor formativa del estudiante-artista, en correspondencia con los objetivos profesionales de este tipo de enseñanza, desde lo extracurricular, donde se enfatice en fechas históricas, conmemorativas y culturales; la contribución con la formación de valores humanos y el mejoramiento de las relaciones interpersonales.
- Integrar la Recreación Física a la promoción del cuidado y protección de las áreas verdes y el entorno natural donde está ubicada la escuela.
- Promover estilos de vida saludables de los estudiantes a través de charlas educativas, en relación con los

beneficios de la práctica sistemática de actividades físicas, las regulaciones en el proceso de alimentación, el sueño, la higiene personal y la actividades sociales, todo lo cual contribuye con su calidad de vida y el cumplimiento de las medidas higiénico-sanitarias y de seguridad.

- La selección de los juegos físico-recreativos y tradicionales, en función de relacionar a los estudiantes de nivel elemental con su especialidad artística.
- Las actividades de Recreación Física en respuesta al uso excesivo de las tecnologías.

Como resultado de los análisis que se suceden en el taller investigativo 1, emergen otras subcategorías, tales como: Animación físico-recreativa y Estilos de vida saludables. Para la Animación físico-recreativa, se debe tener en cuenta, las habilidades para la animación y conducción de las actividades; dominio de la terminología adecuada para cada actividad; y en correspondencia con las exigencias de una institución escolar de la Enseñanza Artística, así como la buena utilización de la técnica de la microfonía. La subcategoría Estilos de vida saludables, concibe, propiciar comportamientos para preservar y beneficiar la salud física y mental de los estudiantes, que favorezcan un clima agradable y de felicidad durante su estancia en la escuela.

Otras características de las actividades para la participación de los estudiantes de nivel elemental, en edades comprendidas entre (9 y 12) años y adolescentes entre (13 y 14) años, según el grupo de discusión lo constituyen:

- Las actividades matizadas por la variedad de opciones; tener un carácter socializador y un clima agradable de participación, donde sugiere realizar los juegos físico-recreativos (pase de pelotas con variantes, carreras transportando objetos, tracción de la soga); juegos predeportivos (minifútbol, pelota a la mano y kickingball); juegos tradicionales (ula-ula, el pon, gallinita ciega, la suiza y bolas cubanas); juegos de mesa (dominó, parchís y dama) y el funcionamiento de la Ludoteca escolar.
- Realizar actividades físico-recreativas como parte de la acampada pioneril tales como: nudos y amarres, la marcha de orientación por pistas y señales, así como la construcción de la fogata y las actividades culturales que se realizan durante su queme; excursión a la Loma del Capiro; concursos de pintura sobre el asfalto; desfiles de disfraces y la utilización de la animación físico-recreativa desde la promoción y ejecución de las actividades.
- Los juegos y actividades adaptadas a las características de los estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música y contar con variantes en su realización, y

ante situaciones que se puedan presentar, tales como inclemencias del tiempo.

- La ambientación de los juegos y actividades deben ser acompañadas con temas musicales infantiles y juveniles, en particular los del repertorio de cantautores cubanos y latinoamericanos.
- Sistematizar la ludoteca escolar, desde las actividades físico-recreativas y juegos, los cuales deben estar en vínculo con el campo artístico-pedagógico de Ballet y Música, aspecto este a tener en cuenta para relacionar la Recreación Física, en función de motivar inquietudes en la creación artística.
- El tiempo de duración de la actividad, se sugiere entre 45 minutos a una hora, donde sus organizadores deben prever los factores de riesgos, las medidas de seguridad y primeros auxilios.
- El trabajo en equipo, matizado por la labor de profesores de Educación Física, maestros guías de grupo, asistentes de trabajo educativo, auxiliares pedagógicas, Guía Base de Pioneros, directivos del centro y la colaboración de Profesores (as) de Recreación del combinado deportivo.
- Taller investigativo # 2.

Título: Organización y desarrollo de las actividades de Recreación Física en la Enseñanza Artística.

Objetivo: Determinar las consideraciones metodológicas a tener en cuenta en las actividades de Recreación Física, para la participación de estudiantes de nivel elemental de Ballet y Música, en el CPEA de Villa Clara.

Método: elaboración conjunta.

Técnicas participativas: lluvia de ideas y completamiento de frases inductivas.

Desarrollo: comienza con la descripción de una serie de actividades de Recreación Física que se efectúan en el CPEA de Villa Clara, tales como: Ludoteca escolar; Mi familia se divierte; Festival recreando tradiciones; Arte y Deporte se dan la mano; Loma Arriba, conociendo la historia; Ecofiesta Pioneril; Animando La Fogata; Entre juegos y canciones, dibujemos un paisaje y Ruta recreativa-cultural, conociendo Santa Clara.

Como hallazgos del taller, el grupo de discusión enfatiza en las siguientes consideraciones metodológicas:

- La planificación y desarrollo de las actividades parten de la confección del diseño y el guion en trabajo en equipo; así como tener en cuenta los gustos y preferencias recreativas y físico-recreativas de los estudiantes.



- El diseño debe tener una estructura donde se establezcan: nombre de la actividad; objetivos; motivación y fecha; la organización y desarrollo que incluye (selección y preparación de las áreas, propuesta de hora de comienzo y tiempo de duración, selección y ubicación de los medios, representación gráfica y explicación de juegos y actividades físico-recreativas, sus posibles variantes, propuesta y selección de los animadores, temas musicales que acompañan la actividad, establecer las medidas de seguridad, recoger los medios, las memorias escritas y fotográficas y dejar organizado el área).
- En el guion se tienen en cuenta aspectos tales como: seleccionar el responsable de su puesta en práctica, quien se desempeñará como director artístico; la elaboración de textos matizado por una redacción coherente, asequible a los estudiantes, se refleja las motivaciones por la cual se realiza la actividad; se establece el orden de participación de los animadores; la secuencia de juegos; actividades físico-recreativas; exhibiciones recreativas y presentaciones artísticas; se seleccionan y se ordenan los temas musicales; en su inicio se debe elegir actividades que motiven el interés por participar, lo mantengan en su desarrollo; y para el final se incluye una actividad novedosa e interesante a modo de cierre.
- Las actividades de Recreación Física con orientación educativa, deben responder a la promoción de la educación ambiental; al tratamiento de los valores; las relaciones interpersonales; todo en función de la formación integral del estudiante-artista.
- La selección de las áreas y los medios, deben estar en correspondencia con la actividad y las características de los estudiantes a los cuales está dirigida.
- Los responsables de cada actividad deben explicar y demostrar lo que se va hacer y caracterizarse por la capacidad de comunicación; comprensión y autorregulación; así como respetar el carácter de autocondicionamiento de los estudiantes durante las actividades.
- Contemplar la diversidad, desde la variedad de opciones de actividades físico-recreativas y los niveles de ayuda que se ofrecen a los estudiantes de Ballet y Música, así como aquellos que manifiestan limitaciones para realizar determinados juegos y actividades.
- Utilizar la animación en el desarrollo de juegos y actividades.
- Prever los factores de riesgos y establecer las medidas de seguridad para cada actividad.

Las características de las actividades y las consideraciones metodológicas que resultan como hallazgos de los talleres investigativo, permiten fundamentar cómo debe proyectarse la Orientación Educativa de la Recreación

Física en la Enseñanza Artística. Las valoraciones anteriores se sintetizan en la figura 1.



Figura 1. Aspectos asociados a la Orientación Educativa de la Recreación Física en la Enseñanza Artística en Villa Clara

Fuente: Elaboración propia

## DISCUSIÓN

El presente estudio pondera el papel de la Recreación Física en la escuela, que debe estar caracterizada por su intencionalidad educativa, que permite a los estudiantes la utilización plena del tiempo libre, generando su participación y la adquisición de experiencias y vivencias, que contribuyen en la formación de la personalidad; por lo que los autores de la investigación comparte las ideas de (Mateo, 2014), quien considera que las actividades recreativas desde la perspectiva educativa constituyen el medio principal del proceso de educación del tiempo libre para el desarrollo de los conocimientos, habilidades, motivos, actitudes, comportamientos y valores en relación con el empleo positivo del tiempo libre.

En este mismo orden y dirección Ortiz Fernández (2011) citado en Santillán Obregón, et al. (2021), expone cuatro criterios a tener en cuenta en las actividades físicas recreativas en el tiempo libre, cuando las mismas tienen que responder a un enfoque educativo y significa en el primero de ellos, es que son actividades motivantes que responden a los intereses y motivos de los participantes, que se expresa en la participación activa, consciente, de satisfacción por la misma y la propuesta de variantes o de nuevas actividades; el segundo está en correspondencia con los objetivos planteados, que significa que

las acciones a desarrollar traerán como consecuencia los cambios educativos esperados.

En el tercero existe una relación positiva entre la actuación individual y motivada con los intereses educativos de la actividad, que se basa en la concordancia motivación-educación, lo cual es un efecto combinado de los dos primeros criterios; el cuarto significa que existe correspondencia entre el sujeto, sus características físicas, el medio y sus condiciones cambiantes, que se manifiesta en la relación que debe existir entre las actividades que se desarrollan (exigencias físicas y condiciones individuales) y las condiciones en que se efectúan (condiciones materiales, higiénicas y ambientales).

Los autores de la investigación, coinciden con los criterios expuesto por Ortiz Fernández (2011) citado en Santillán Obregón, et al. (2021), al considerarse que pueden ser asociados con la Orientación Educativa de la Recreación Física en el contexto de la Enseñanza Artística, donde la motivación del estudiantes-artista constituye un elemento fundamental desde la organización y posterior desarrollo de las actividades, que se evidencia en el interés por participar en actividades que son de sus gustos y preferencias, en las cuales aporta sus iniciativas durante la animación y en el montaje de obras creadas por ellos, que se corresponden con su especialidad artística.

Respecto a los objetivos que se establecen para las actividades están orientados, para contribuir desde la organización y desarrollo de la Recreación Física que posibilite cambios educativos del estudiante artista, que parte desde su participación como protagonista de las actividades.

Significa también que se debe garantizar por parte de la escuela los aspectos asociados al diseño y guion de la actividad desde su organización y desarrollo, que incluyen los medios a utilizar, la preparación de las áreas donde se tengan en cuenta las condiciones higiénicas, ambientales y las medidas de seguridad en correspondencia con cada actividad.

Referente a los beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar, (Rodríguez Torres, et al. 2021) son del criterio que constituye un deber de los centros educativos crear ambientes donde utilicen su tiempo libre de manera productiva, a través de redes de apoyo y el establecimiento de vínculos e interacciones en ambientes positivos que potencian su bienestar y desarrollo integral.

En ese mismo sentido se comparte el criterio de Ortiz (2017, p. 42), respecto a la Recreación Física en la carrera Licenciatura en Turismo, como un espacio educativo y socializador, atemperado a las necesidades sociales y

formativas de los estudiantes, orientada a fomentar calidad de vida, al interactuar con el medio ambiente, la naturaleza, el medio sociocomunitario, desde donde el estudiante adquiere nuevos saberes y conocimientos, habilidades, valores, actitudes y comportamientos.

Este criterio se asocia y se tiene en cuenta en la presente investigación, al contextualizar la Recreación Física con orientación educativa en la Enseñanza Artística, en un proceso de interactividad en vínculo con la cultura artística y literaria, la historia local; el desarrollo de las actividades en el medio natural; la revitalización de tradicionales; la diversidad; la utilización de la animación físico-recreativa y el fomento de estilos de vida saludables.

Entre las actividades de la cultura artística y literaria, que se pueden integrar a la Recreación Física, se sugieren, la presentación de obras de teatro con títeres, payasos, mimos, magos, malabarista, presentación de proyectos de música y danza, juegos de expresión corporal, concurso de poesías y dibujos, encuentros con escritores, narración de cuentos y la visita a instituciones culturales y museos de la ciudad, en estas actividades los estudiantes pueden participar con la creación y presentación de obras en correspondencia con su especialidad artística.

Respecto al vínculo con la historia local, los investigadores consideran continuar sistematizando estos contenidos en las actividades físico-recreativas que se efectúan en el CPEA de Villa Clara, y sugieren incorporar visitas a lugares de interés histórico y cultural, como el Teatro La Caridad, la Biblioteca José Martí, el museo de Artes Decorativas, Museo Provincial de Villa Clara y el Complejo Escultórico Ernesto Che Guevara; así como lugares históricos asociados a la Batalla de Santa Clara en diciembre de 1958, con marcada significación el museo al Tren Blindado y la Loma del Capiro.

Los investigadores le conceden significativa importancia a las reflexiones de (Enrique Melián & Suárez Calderón, 2019), quienes significan que la Recreación Física se lleva a cabo por los proyectos comunitarios, como una forma de participación organizada, que responde a parámetros de organización y planificación consiente, donde los objetivos tienen una función educativa, lo cual puede contribuir, a través de la socialización del conocimiento científico mediante juegos y otras actividades, a la formación de una cultura ambiental en edades tempranas compatible con las necesidades del mundo actual.

Sobre la base de las consideraciones anteriores en relación con las actividades en el medio natural, es necesario tener en cuenta las valoraciones de (Aguilar & Incarbone, 2005), quienes plantean que la vida en la naturaleza comprende a toda actividad educativa de los grupos humanos

con el medio ambiente, con la realización de actividades físicas, deportivas y sociales, suscitadas por la interacción grupal, en relación con el medio, enmarcadas en un contexto educativo, dirigido al logro de una conciencia ecológica, que puede tener como espacio físico de realización de la actividad, en lugares poblado o despoblado, entre los lugares poblados declaran la escuela (el aula, el patio y lugares verdes), así como campos y plazas.

También (Aguilar & Incarbone, 2005) exponen que las actividades en el medio natural aportan muchos aspectos positivos en sus practicantes; sin embargo alertan que la actividad física y deportivas afectan el entorno en distintas formas y a medida que se masifiquen, el impacto será más significativo; tales reflexiones se asocian al proceso de participación de manera consiente del estudiante-artista en actividades de Recreación Física en vínculo con la naturaleza, que en el caso que ocupa se caracteriza por su realización en los espacios y áreas verdes de la escuela, así como promover el cuidado y protección de la flora y la fauna del entorno geográfico, donde está ubicado el CPEA de Villa Clara, en áreas del Monumento Nacional Loma del Capiro de la Ciudad de Santa Clara.

A criterio de los autores las actividades de Recreación Física constituyen también un espacio para la revitalización de tradiciones, al integrar juegos tradicionales, juegos de adivinanzas y trabalenguas, décimas, refranes, pregones, narración de leyendas de la ciudad de Santa Clara en correspondencia con los valores que se expresan a través de la cubanía; las actividades acompañadas por temas musicales para la niñez y la adolescencia, del pentagrama musical cubano y latinoamericano.

En cuanto a la diversidad se deben ofertar variedad de opciones recreativas y físico-recreativas en correspondencia con los gustos y preferencias para la ocupación del tiempo libre de los estudiantes; expresión de la diversidad lo constituyen los juegos cooperativos y compartidos que permitan la participación de todas y todos; se concede prioridad a los niveles de ayuda que se pueden prestar por parte de los profesionales, a los estudiantes que presentan mayor limitaciones en el conocimiento y dominio de juegos y actividades.

Respecto a la animación recreativa se coincide con (Batista, 2015) quien afirma que en manos del animador recreativo, se debe lograr que la actividad sea sana, y a su vez, exista la relación entre cultura y educación; tiene como propósito, un profesional capaz de desarrollar la animación, como una actividad estratégica de: comunicación, socialización, transformación e información, desarrollo cultural, educativo, equilibrio natural y social en el entorno deseado.

En tanto, para la presente investigación se asume una animación físico-recreativa como vía de dinamización y motivación para la participación, matizada por la alegría, el optimismo, en un ambiente donde prevalece la felicidad, para lo cual se debe utilizar un vocabulario acorde a las edades y en correspondencia con la terminología asociada a la actividad a realizar.

Respecto a las influencias de la actividad física y su contribución con los estilos de vida saludables, están las valoraciones de (Barbosa Granados & Urrea Cuéllar, 2018), al referir que la actividad física y el deporte son términos que constantemente son utilizados como sinónimos en el lenguaje coloquial, los cuales, están relacionados con expresiones correspondientes a la salud y el bienestar; por su parte (Rojas Rebollido, López Rodríguez del Rey & García Viera, 2020) significan que la actividad física se considera esencial para el desarrollo humano, la salud y el bienestar, sus ventajas, avaladas en múltiples estudios recoge su impacto en las diferentes edades; con su práctica se mejora el autoconcepto, autoestima, imagen corporal, disminución del stress, ansiedad, insomnio, disminuye el consumo de medicamentos y mejora de las funciones cognitivas y de la socialización.

En este mismo orden de ideas (García Velazco, 2020), refiere la importancia que tiene para todos los profesionales, incluyendo los de cultura física y deporte, el conocimiento referente a la promoción de salud y la calidad de vida de los individuos, lo cual permite la aplicación de actividades físico-recreativas con enfoque educativo para contribuir a la calidad de vida del estudiante atleta, al respecto considera que el bienestar físico es una tarea personal, su logro es el resultado del conocimiento de uno mismo, la autodisciplina y las habilidades internas mediante los cuales cada persona regula sus acciones.

Sobre la base de las consideraciones anteriores en el contexto de la Enseñanza Artística se debe favorecer la práctica sistemática de actividades físico-recreativas en el tiempo libre de los estudiantes; donde, desde el diseño se enfatice en los beneficios de este tipo de actividad para su salud física y mental, el cumplimiento de medidas higiénico-sanitarias y la labor preventiva, en respuesta al uso excesivo de las tecnologías, lo cual se traduce en acciones que favorecen y contribuyen con los estilos de vida saludables de los sujetos referidos en la investigación.

Complementa este análisis la significación que adquiere la orientación educativa de la Recreación Física en el campo artístico-pedagógico, que tiene sus influencia en aspectos tales como: mejorar la interacción del cuerpo en el espacio y el tiempo; la resistencia; la coordinación motriz; la captación; la expresión corporal; la imaginación

y motivación por la creación artística y la interpretación de obras; en general desarrollan el gusto estético de los estudiantes; cabe agregar, que conlleva a que los estudiantes sean protagonistas de su recreación, desde la selección de las actividades en que desean participar, así como su implicación con iniciativas y sugerencias en la organización de las mismas; y con su aporte en la creación de medios.

## CONCLUSIONES

Los hallazgos emanados de los talleres investigativos, permiten un proceso de reflexión colectiva de los investigadores y el grupo de discusión del cual afloran las características que deben tener las actividades de Recreación Física Educativa, para la participación de los estudiantes del nivel elemental de Ballet y Música, del CPEA de Villa Clara y las consideraciones metodológicas para la organización y desarrollo de las actividades de Recreación Física en este contexto.

Los presupuestos teóricos descritos, sumados a los criterios que afloran durante el proceso de construcción colectiva en los talleres investigativos, permiten concretar entre los principales aspectos que denotan la Orientación Educativa de la Recreación Física en la Enseñanza Artística, los siguientes:

Contribuir con la labor formativa de la escuela, en correspondencia con los objetivos profesionales de este tipo de enseñanza, desde lo extracurricular.

Contribuir con la cultura general integral y la formación del gusto estético en los estudiantes.

Formación de valores humanos y mejoramiento de las relaciones interpersonales.

La participación físico-recreativa en la ocupación del tiempo libre, desde el protagonismo de los estudiantes, en correspondencia con su especialidad.

La organización y desarrollo de las actividades desde el diseño y el guion, en trabajo en equipo.

La animación físico-recreativa como vía para la motivación y dinamización de la participación.

Vinculación de la Recreación Física con la cultura artística y literaria, la historia local, la revitalización de tradiciones; la diversidad en las actividades; la promoción de la educación ambiental y los estilos de vida saludables.

Las actividades en respuesta al uso excesivo de tecnologías.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, L., & Incarbone, O. (2005). *Recreación y Animación. De la teoría a la práctica*. Kinesis.
- Barbosa Granados, S. H & Urrea Cuéllar, A.M. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Revista Katharsis*, (25). <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>
- Batista, J. (2015). *La animación recreativa*. Efdportes. <http://www.efdeportes.com/>
- Enrique Melián, Y., & Suárez Calderón, A. (2019). Potencialidades de la recreación física para la formación de cultura ambiental mediante proyectos comunitarios. *Revista Conrado*, 15(70), <http://scielo.sld.cu/revistas/rc/eaboutj.htm>
- García Velazco, O. L. (2020). Recreación Física y Calidad de Vida en estudiantes atletas desde una perspectiva de la Extensión Universitaria. *Revista Edumecentro. Volumen* 12(2). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_serial&pid=2077-2874&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_serial&pid=2077-2874&lng=es&nrm=iso)
- Ginebra. Naciones Unidas. (2016). *Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Una oportunidad para América Latina y el Caribe*. [www.un.org/sustainabledevelopment/es](http://www.un.org/sustainabledevelopment/es)
- Mahecha Clavijo, G. R. (1999). *La Recreación. Un camino para la Educación Ambiental*. Universidad Santo Tomás, Colombia.
- Mateo Sánchez, J. L. (2014). Las actividades recreativas: sus características, clasificación y beneficios. *Revista EFDeportes*, (196). <http://www.efdeportes.com/>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). [comunicado de prensa]. Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura. <https://www.who.int/es/news-room/detail/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>.
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030. Más personas activas para un mundo sano. Washington, D.C.: Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/50904>

- Ortiz Fernández, Y. (2017). *Perspectiva Educativa de la Recreación Física en la Formación de los Estudiantes de Licenciatura en Turismo*. (Tesis Doctoral en Ciencias de la Cultura Física). Facultad de Cultura Física y Deporte. Universidad de Holguín.
- Pérez Sánchez, A. (2010). *Recreación: fundamentos teórico metodológicos*. Deportes.
- Rebollido, J. M., López Rodríguez del Rey, M. M., & García Viera, M. (2020). La actividad física y envejecimiento exitoso: consideraciones de una relación necesaria. *Revista Conrado*, 16(74), 231-239. <http://scielo.sld.cu/revistas/rc/eaboutj.htm>
- Rodríguez Torres, A.F., Rodríguez Alvear, J.C, Guerrero Gallardo, H, I., Arias Moreno, E.R, Paredes Alvear, A.E, & Chávez Vaca, V.A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2), e1535. <https://www.scopus.com/home.uriRojas>
- Salazar Salas, C. G. (2019). Documentación de vivencias recreativas de un grupo de mujeres de Los Cuadros mediante Fotovoz. *Actualidades Investigativas en Educación*. <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v19i2.36901>
- Santillán Obregón, R. R., Santillán Altamirano, H. R., Obregón Vite, G. A., & Fernández, D. O. (2021). Proyecto de programa de actividad física recreativa para el mejoramiento de la calidad de vida de los integrantes del club ESPOCH Inclusiva. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, IX(1). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i1.2866>
- Sosa Loy, D. A. (2000). *Hacia el necesario tránsito del consumismo al protagonismo como concepción de la Recreación*. (Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física). Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", La Habana, Cuba.
- UNICEF. Comité Español. Convención sobre los Derechos del Niño (2006). *Convención sobre los derechos del niño, 20 de noviembre de 1989*. <https://www.unicef.org/es/convencion-derechos-nino/texto-convencion>
- UNICEF. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2019). *La Actividad Física, en niños, niñas y adolescentes. Prácticas necesarias para la vida*. Oficina Regional para América Latina y el Caribe. <https://www.unicef.org/lac>
- Waichman, P. A. (2015); Recreación: ¿educación o pasatismo? De la alienación a la libertad. *Revista Quadernos d'animació i Educació social*, 21. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7574472>