



Trabajo Original

Estudio de las necesidades recreativas de los estudiantes en la Facultad de Ciencias Médicas y su tiempo libre.

“A study of recreational needs of students of a Medical Faculty and their leisure time”.

MsC. Gustavo Luna Pino¹, MsC. Emilio Cruz Valdés¹, MsC. Pedro Omar Piña León¹, Lic. Enrique Bravo Rojas², Lic. Caridad Dorta Martínez².

1. Profesor Asistente
2. Profesor Instructor

RESUMEN

Introducción: Los estudios acerca del empleo del tiempo libre ocupan un lugar significativo en las investigaciones que se realizan a nivel mundial. Se realizó un estudio con el objetivo de identificar las necesidades recreativas de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas de Sancti Spiritus para mejorar la oferta. La población fueron 545 que residen en la beca, la muestra escogida fue de 200 estudiantes a los que se aplicó una encuesta. Para la agrupación y recolección de los datos se diseñaron modelos adecuados que facilitaron el manejo de los resultados y se confeccionaron tablas donde el procesamiento estadístico se realizó utilizando porcentos. Conclusiones: Los estudiantes disponen de 1 a 2 horas en los diferentes días de la semana para realizar actividades recreativas y recreativo-físicas. Este tiempo libre es empleado en practicar deportes, descanso, conversar con amigos, estudiar, actividades bailables y ver TV. Las preferencias recreativas son: escuchar música, ver películas y videos musicales, actividades recreativas y culturales en la casa del estudiante, leer, practicar deportes, actividades culturales, el campismo y los juegos de mesas. Se diseñó un proyecto de programa de actividades recreativas y recreativo-físicas teniendo en cuenta las necesidades e intereses de los estudiantes.

DeCS: ACTIVIDADES RECREATIVAS, ESTUDIANTES DE MEDICINA.

ABSTRACT

Introduction: Studies about leisure time have a significant place in researches made all over the world. A study was made with the aim of identifying the recreational needs of students of Sancti Spíritus Medical Faculty to improve their choices. The population was made up of 545 who live in the residence. The sample chosen was 200 students to whom a survey was applied. For gathering and collecting data, adequate models were designed that facilitated the work with results, and tables were drawn in which the statistical processing was made using percentages. Conclusions: The students have 1-2 hours per week to carry out recreational and recreational-physical activities. This leisure time is spent in practicing sports, resting, talking with friends, studying, enjoying parties and watching TV. Their recreational preferences are listening to music, watching movies and musical videos, recreational and cultural activities in the House of Students, reading, practicing sports, cultural activities, camping and table games. A project was made of a program of recreational and recreational-physical activities taking into account the needs and interests of these students.

MeSH: LEISURE ACTIVITIES, STUDENTS MEDICAL.

INTRODUCCIÓN

Los estudios acerca del empleo del tiempo libre ocupan un lugar significativo en las investigaciones que se realizan a nivel mundial, debido a la ascendente importancia económica de productos y servicios consumibles dentro del tiempo libre en la satisfacción de las crecientes necesidades de la población y en un sentido más general, al relevante papel que desempeña el correcto empleo de éste como elemento importante en la formación de la personalidad del hombre nuevo.

En abril de 1971 fue creado en Cuba el Instituto Cubano de Investigaciones y Orientaciones de la Demanda Interna con el fin de estudiar las necesidades de la población y el consumo material y los servicios. A principios de 1972, se constituyó en el ICIODI un grupo de investigaciones dedicado específicamente al estudio del tiempo libre en la juventud cubana. Esto se hizo debido a la creciente importancia que en la sociedad socialista se le da a la satisfacción de las necesidades recreativas de la juventud mediante el consumo –tanto individual como social- de productos para el deporte, el turismo, entre otros y la participación en determinados servicios de índole cultural¹.

Según el colectivo de autores cubanos en su libro *Tiempo Libre y Personalidad* definen que: “para Marx y Engels, el tiempo libre se destina a la instrucción, al desarrollo intelectual, al cumplimiento de las obligaciones sociales y a la comunicación camaraderil, al libre desempeño de la fuerza física e intelectual, así como al disfrute de la recreación”².

Al capitalista sólo le interesa la utilización del tiempo de trabajo y cuando le interesa el tiempo libre es en detrimento de la salud, la deformación física y espiritual de los hombres, “pues convierte el tiempo libre en una empresa que también les da riquezas materiales, la industria del ocio”^{3, 4}.

Alrededor del 40 % de los jóvenes cubanos han cursado estudios universitarios, detectándose que los mismos dedican su tiempo libre al estudio y a la lectura, encontrándose que en los meses de vacaciones hay un predominio de las visitas a base de campismos populares, ríos y playas.

En la provincia de Sancti Spíritus los jóvenes en su tiempo libre no vacacionan prefieren las visitas a centros nocturnos, discotecas y paseos en bicicletas, predominando en los meses vacacionales los viajes a las playas y ríos^{5,6}. Muchas veces se confunde a la recreación con el juego, sin embargo, la primera es mucho más amplia que la segunda, muchos autores consideran que la introducción de una persona a una actividad recreativa de cualquier naturaleza, se encuadraría dentro de las formas de juego.

Pérez, A y colaboradores, consideran el término desde la perspectiva pedagógica de nuestros días, la cual tiene un significado más amplio y lo definen así: “Se le considera como una actitud o estado de ánimo para emprender nuevas actividades que impliquen experiencias enriquecidas, un sistema de vida para ocupar positivamente las horas libres y una fase importante del proceso educativo total”⁷.

En Argentina, durante una convención realizada en 1967, se realizó la definición aún vigente: “La recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre, le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas y organizadas, que le permitan volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorpora al mundo creador de la cultura que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio “yo”, y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad”⁸.

La recreación debe representar una fuerza activa mediante la cual lejos de ser una evasión del trabajo, sea una actividad para el desarrollo del individuo a plenitud. Esto quiere decir que se irá al cultivo óptimo de sus facultades, ya que por medio de ésta actividad el individuo se enriquece, profundiza su concepción del mundo y tiene como propósito utilizar las horas de descanso (tiempo libre), en el cual se puede aumentar el valor como ser humano y como miembro de la comunidad, ocupando este tiempo con actividades creadoras y motivándolo para que se enriquezca en los dominios profesional, cultural, artístico, deportivo y social.

No puede subestimarse el papel formativo del contenido del tiempo libre, pues se está subestimando la tendencia educativa que caracteriza a las sociedades contemporáneas en las condiciones de la revolución científico-técnica, la interpretación sociocultural y la enorme complejidad de conocimientos, valores y normas que deben asimilar el individuo actualmente para tener una participación social acorde a las exigencias actuales. La recreación no es sólo la agradable forma de pasar el tiempo libre sino el aprovechamiento de este tiempo de forma positiva en la sociedad, de manera tal que contribuya al desarrollo de la personalidad del hombre. Está ligada por tanto con la educación, autoeducación, higiene física y psíquica, la diversión y la cultura en general.

Identificar las necesidades recreativas de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas para mejorar la oferta, es el objetivo general, derivándose toda una serie de objetivos específicos, entre ellos la de definición de la magnitud de tiempo disponible luego de terminado el horario de clases, determinar en qué se emplea el tiempo libre, descubrir las motivaciones recreativas de los estudiantes y proponer un plan de actividades acorde con la demanda que reclaman los alumnos y en correspondencia con los intereses del trabajo educativo integral.

Generalmente las investigaciones relacionadas con el tiempo libre se limitan a conocer la magnitud de dicha categoría, sin llegar a hacer recomendaciones prácticas acerca de no solamente ampliar físicamente dicho volumen, sino también, y no es menos importante, cómo reorganizar su utilización de tal forma que se haga más efectivo y permita su vinculación a actividades propias del centro y muy específicamente el uso de la residencia estudiantil, lo que conlleva toda una serie de condiciones que propicien el uso racional de ésta. Para Joffre Dumuzidier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre “Recreación es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales”⁹. Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las 3D: Descanso, Diversión y Desarrollo. Otra definición bastante conocida es la del profesor norteamericano Harry Danfor, quien plantea: “La recreación es el desenvolvimiento espontáneo del hombre en el tiempo libre con tendencia a satisfacer ansias psicoespirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización”¹⁰. En esta definición el elemento socialización le imprime un sello particular que lo distingue, por cuanto es uno de los aspectos de más resonancia en las funciones sociales de la recreación. Sin embargo, en ella no queda preciso el hecho del desarrollo que propicia al individuo.

Elementos constituyentes del fenómeno recreativo como todo fenómeno la recreación tiene partes componentes, elementos que la forman y para analizarlas como fenómeno socio cultural se distinguen cuatro elementos constituyentes que la caracterizan, definen y dan forma.

- El tiempo de la recreación, tiempo libre.
- La actividad en una función recreativa.
- Necesidad recreativa.
- El espacio para la recreación.

Tiempo libre: Es una parte específica del tiempo de la sociedad. En general el tiempo humano podemos dividirlo en tiempo de producción y tiempo de reproducción. Mantenemos de hecho la unidad de estos tiempos, el hombre no se divide para una u otra función, producción y reproducción son miembros de una totalidad siendo predominante el primer factor.

El tiempo de reproducción está en dependencia del desarrollo de las fuerzas productivas y en la medida que estas aumenten de la misma forma lo hará el tiempo libre. Para llegar a la esencia del tiempo libre es necesario analizar las actividades de estos tiempos, especialmente las características de obligatoriedad y necesidad de ellas. A simple vista las actividades del tiempo de producción presentan un alto grado de obligatoriedad y necesidad que va decreciendo en las actividades del tiempo de reproducción que son denominadas utilitarias (comer, dormir, asearse, etc.) y que todavía tienen un grado de obligatoria ejecución, pero una cierta flexibilidad en la oportunidad, duración y forma de esa ejecución. A la interrelación entre las actividades recreativas, la posibilidad de la opción de estas y la disponibilidad de un tiempo para su realización, dada como una unidad es lo que llamamos recreación. El tiempo de la recreación y el tiempo libre es un problema de la existencia de condiciones socio-económicas que permita la realización o no, a la vez que permitan utilizar y disfrutar ese tiempo para sus actividades recreativas.

Por todo lo planteado el tiempo libre es una categoría sociológica compleja que siempre al estudiarla requiere un análisis de su esencia, contenido y correspondientemente de la manifestación específica de elementos interiores y formas concretas, coincidimos entonces con lo planteado por Cervantes J, "Es aquella parte del tiempo de reproducción en el cual el grado de obligatoriedad de las actividades no son de necesidad y en virtud de satisfacer las necesidades vitales humanas de un nivel básico que se puede optar por cualquiera de ellas"¹¹. Queda claro para los autores, que estudiar posee un sello de obligatoriedad en los estudiantes y por lo tanto no lo ubicamos dentro del tiempo libre, pero exploramos la prioridad que se le da entre el resto de las actividades. Otra definición interesante de tiempo libre la brinda, el destacado sociológico soviético en cuestiones del tiempo libre- B. Grushin, quien afirma: "Por tiempo libre se entiende pues, aquella parte del tiempo-que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.), es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones"¹².

La estructura y variedad de las actividades de tiempo libre- de un pueblo expresan, en última instancia, su nivel de desarrollo socio-cultural. Especial atención debe prestarse al-empleo del tiempo libre de los niños y los jóvenes, en tanto este incidirá de una forma u otra en la formación de la personalidad. La importancia de una adecuada utilización de este tiempo es más compleja aún, ya que puede constituir un elemento regulador en la prevención de conductas antisociales y delictivas.

La calidad de la vida y la creación de un estilo de vida en –la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas-físicas fortalecen la salud y lo prepara para el pleno disfrute de la vida, y por otro, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del tiempo libre en otras esferas de la recreación.

Por todo ello, la cultura del tiempo libre, la formación y educación para ese tiempo constituyen elementos que están presentes en esta investigación.

Las actividades en una función recreativa. Para que una actividad cumpla con una función recreativa debe ser realizada en su tiempo libre y aportar características positivas a la personalidad, así como por la actitud con la que se enfrenta, es decir que el tipo de actividad, su oportunidad y duración se define, según los intereses, las habilidades, capacidades, experiencia y nivel de información, ya que la opcionabilidad es una característica propia de la actividad recreativa.

Los sociólogos cubanos Zamora, R y García, M consideran que en todo el conjunto de las actividades recreativas se pueden distinguir tres tipos de ellas y la enuncian de la siguiente manera partiendo del enfoque de mercado en:

- Las actividades relacionadas con la cultura artística y literaria.
- El turismo.
- Actividades generales de esparcimiento ¹³.

Necesidad recreativa. La necesidad recreativa forma parte de la gran necesidad social de reproducción que tiene el hombre y se caracteriza porque se expresa individualmente, condicionada a través de intereses individuales y su especificidad radica en las actividades u objetos que satisfacen la necesidad, es el consumo de bienes culturales y que se realiza en determinadas condiciones socio-económicas y de disponibilidad de tiempo, que aseguran una opción y por lo tanto la expresión de la individualidad. Como necesidad humana y social, esta necesidad es histórica, dialéctica y dinámica.

En todo esto influyen factores socio-económicos, demográficos, psicológicos, médicos, biológicos y naturales. Se deriva de esto que la utilización del tiempo libre se define como una necesidad social de gran importancia.

La necesidad recreativa está dada por la obligación de recrearse, no sólo para reponer sus energías sino para afrontar los avances de la sociedad. A medida que avanza el desarrollo de esta se aceleran las necesidades recreativas y en ellas juega un papel fundamental las motivaciones individuales.

El espacio para la recreación. Los espacios donde se desarrolla la recreación podemos definirlo como espacio físico (donde se mueve el hombre –la vivienda, la ciudad-), cultural (donde el hombre se realiza espiritualmente, desarrolla hábitos de participación cultural, puede aparecer aquí la cultura física), social (donde el hombre se comunica socialmente).

Para la planificación de las actividades recreativas de todo proceso debe realizarse por etapas, las cuales tienen un marcado fin metodológico para poder posibilitar el desarrollo objetivo del proceso, según refieren Pérez A y colaboradores ¹⁴.

Etapas de diagnóstico:

Problemas o situaciones concretas u objetos de estudio. Nivel de desarrollo socio-económico, principales actividades socio-económicas, características socio-demográficas (edad, sexo, nivel educacional, etc.), nivel de integración social y características grupales entre los principales aspectos.

Magnitud, estructura y contenido del tiempo libre. Por sectores, estratos u otros grupos sociales, de edades o cualquier otra variable que se entienda importante.

Intereses y necesidades recreativas. Las actividades que más interesan, sus motivaciones, el por qué de esta situación, las causas que impiden la satisfacción de estas necesidades, otras actividades que le gustaría realizar y no realizan.

Infraestructura recreativa. Cantidad de instalaciones, conservación y cuidados de esta, medios materiales con que se cuenta.

Características del medio físico-geográfico, grado de utilización, principales aspectos del relieve, clima.

Ofertas recreativas (programa recreativo existente).

Etapas de oferta recreativa a realizar. Programa recreativo. Esta oferta es la condición de realización de la personalidad, no es una abstracción psicológica, sino que existe en condiciones históricas concretas. Un programa de recreación debe contener los siguientes enfoques, para ser considerado equilibrado e integral:

1- Enfoque tradicional: Se basa en las actividades o conjunto de ellas que se han realizado en el pasado, probando su éxito.

2- Enfoque de actualidad: Basado en el contexto, retomando aquellas actividades o servicios que están de moda. Es decir, por imitación se adoptan las actividades novedosas.

3- Enfoque de opinión y deseo: Se basa en el usuario a la población sobre aquellas actividades que se desean realizar.

4- Enfoque autoritario: Basado en el programador.

5- Enfoque socio-político: Basado en la institución, de quien se derivan líneas y normas para la formulación de programas.

Etapas de evaluación, control y ajuste del programa.

Constituye la parte final del proceso, se comprueba la efectividad del programa, se detectan las deficiencias y problemas que pueden presentar las actividades en su realización y el cumplimiento de los cronogramas de trabajo entre los aspectos principales.

A manera de conclusión se debe enfatizar que el proceso de programación recreativa puede ser aplicado siguiendo sus etapas fundamentales y con carácter dialéctico a las más diversas áreas de trabajo de la recreación en Cuba, bien sea en centros educacionales, empresas productivas o de servicios, áreas residenciales, comunidades agropecuarias, centros urbanos, y en cualquier lugar donde se pretende contribuir a la incorporación más plena del individuo a la sociedad.

Como primer aspecto en la creación de un programa para los jóvenes deben tenerse presente los aspectos psicopedagógicos más importantes que marcan esta etapa.

En el período final de la adolescencia hasta los 20 años aproximadamente las ansias recreacionales ya han tomado estado de plena madurez, los juegos y competencias que se proponen son serios en su mayoría, se busca la exaltación de cualidades o capacidades físicas (más en los varones) o estéticas (más en las niñas). El rendimiento es el elemento fundamental en la estructura diaria, aquí existe una gran inclinación por las formas rítmicas danzadas, pero siempre adecuadas a lo moderno, a lo de última moda, a "lo que se use". A veces se presentan dificultades entre la interrelación mujer. En esta etapa los juegos y actividades recreativas sociales

mezcladoras, formadoras de parejas o compartidos pueden ser muy efectivos. Al dejar atrás la adolescencia (20-30 años) se entra en la etapa de la vida humana en que la suma de incidencias socio-culturales, crean en el hombre la gama de ansias y expectativas que determinan las que se podrían denominar, en general, necesidades del ser humano y que constituyen las pautas imprescindibles a tener en cuenta en la realización de un programa recreativo para estas edades.

Teniendo en cuenta todo lo abordado se decide estudiar a fondo dicha situación en los estudiantes becados de la Facultad de Ciencias Médicas de Sancti-Spíritus con la finalidad de determinar las motivaciones recreativas sobre la base de su tiempo libre y proponer actividades en correspondencia con sus intereses para facilitar la vida en la residencia estudiantil y cumplir los objetivos planteados sobre la formación integral de la nueva generación.

MATERIAL Y MÉTODO

Para la realización de esta investigación se tuvo en cuenta la población de estudiantes de 545 residentes en la beca de la Facultad, incluyendo hembras y varones de todas las especialidades que estudian en el centro. La muestra escogida fue 200 estudiantes que representan el 36,5 % de estudiantes becados y fue escogida por muestreo aleatorio por conglomerado consistente en definir cuatro estudiantes por habitaciones donde habitan de diez a doce como máximo, seleccionando como muestra los números 1, 3, 5 y 7. A dicha muestra se le aplicó una encuesta que fue confeccionada teniendo en cuenta los requisitos de la metodología de la investigación, se revisaron otras encuestas aplicadas en investigaciones de este tipo ajustando las preguntas a nuestras características. Antes de aplicarse la encuesta se aplicó un pilotaje con 20 estudiantes para valorar si existe correspondencia entre los resultados de ésta y los objetivos.

Para la agrupación y recolección de los datos diseñamos modelos adecuados que nos facilitaron el manejo óptimo de los resultados de las encuestas, además se confeccionaron tablas donde el procesamiento estadístico se realizó utilizando porcentajes.

Se analizaron documentos relacionados con la gestión de la comisión de recreación del centro, así como se tuvo en cuenta los criterios que al respecto tienen los Departamentos de Extensión Universitaria, Educación Física, la FEU y la Residencia Estudiantil. Se analizaron también los horarios docentes de cada año y especialidad y el horario general del centro que determina el régimen de vida de éstos, se excluyó el domingo por considerar que la mayoría de los estudiantes se retira hacia sus casas y sólo permanecen en el centro aquellos que tienen guardia.

ENCUESTA PARA LA INVESTIGACIÓN DEL TIEMPO LIBRE DISPONIBLE. PREFERENCIAS RECREATIVAS.

INTRODUCCIÓN

Compañero estudiante.

El objetivo de esta encuesta es conocer toda una serie de elementos de carácter recreativo-social para darle una mejor planificación a tu tiempo libre de tal forma que éste contribuya a mejores resultados docentes, tu respuesta a cada una de las preguntas nos será muy valiosa en la conformación de la investigación por lo que te pedimos que seas cuidadoso y serio en este aspecto.

Sexo: Edad:..... Año que cursas:.....

Régimen de vida: -becado:..... Especialidad:.....

Encuesta

Durante mi estancia en la escuela después de terminadas las actividades docentes, productivas, utilitarias (aseo personal, necesidades fisiológicas, comer, dormir) y otras actividades necesarias dispongo de las siguientes horas libres:

Días De La Semana	Cantidad De Horas		
	1-2	2-3	3 O Más
Lunes			
Martes			
Miércoles			
Jueves			
Viernes			
Sábado			

Considera que el tiempo libre para realizar las actividades recreativas deseadas en nuestro centro es: (marque con una cruz "X", admite sólo una respuesta)

Mucho:.....

Suficiente:.....

Poco:..... ¿Por qué? Exponer los factores que limitan ese tiempo.

¿Conoce UD. El Plan de Actividades Recreativa-Físicas que se programan en el centro ?.

Sí..... No.....

A continuación expondremos una serie de actividades para que UD. sitúe su orden de preferencia acorde a sus intereses (Admite más de una respuesta. Orden 1, 2, 3, etc.) Hasta 10.

Las mismas se realizan después del horario docente y después de la comida.

Después del horario docente

Practicar deportes:

-Fútbol.....

-Ajedrez:

-Tenis de mesa:

-Ejercicios aeróbicos:

-Atletismo:

-Trotar:

-Fisiculturismo:

-Baloncesto:

-Natación:

-Voleibol:

Descansar pasivamente:

Asistir a la Biblioteca:

Conversar con amigos:

Retirarse hacia la casa:

Participar en actividades culturales o grupo de aficionados:

Estudiar:

Pasear:

Después de la comida

Ver TV:

Biblioteca:

Conversar con amigos:

Actividades bailables:

Estudiar:

Ver películas:

Visitar centros nocturnos:

Pasear:

Descansar pasivamente:

Sobre las actividades del campismo (turismo deportivo) podrías decirnos:

-Te gustaría que se programaran sistemáticamente. Sí..... No.....

-Te gustaría participar en ellas. Sí..... No.....

-Según tu opinión, ¿cómo quieres que se realicen estas actividades?.....

Si pudieras escoger entre todas las actividades que se realizan en el centro. ¿Cuál planificarías con más sistematización?

RESULTADOS

En cuanto al tiempo libre después de terminadas las actividades docentes la Tabla # 1 muestra que de medicina los lunes 64 estudiantes plantean tener entre 1 y 2 horas libres, el martes se destacan las variantes 1 y 2 (de 1 a 2 horas y de 2 a 3 horas), miércoles (1 a 2 horas), jueves (más de 3 horas) y el viernes (más de 3 horas).

En enfermería, el lunes como el más significativo, el martes de 2 a 3 horas, el miércoles más de 3 horas, jueves más de 3 horas y viernes más de 3 horas, esto demuestra a simple vista que la especialidad de enfermería dispone de una mayor cantidad de tiempo libre que medicina, aun cuando en ésta se observa en algunos días disponibilidad de hasta más de 3 horas.

En sentido general en las 3 especialidades, el lunes tienen la mayor disponibilidad de tiempo se agrupa en la variante # 1 (1 a 2 horas) sin despreciar las otras 2 variantes. El martes predominan las 2 primeras (1 a 2 y de 2 a 3 horas), el miércoles de (1 a 2 horas) con 70 estudiantes (35 % de la muestra) y más de 3 horas con 74 (37 %), el jueves 83 alumnos (41,5 %) con más de 3 horas y el viernes el volumen mayor con 155 respondiendo afirmativamente hacia las más de 3 horas (77,5 %).

Existen durante todos los días de la semana al menos de 1 a 2 horas libres para ser utilizadas por los estudiantes con el fin de reproducir las fuerzas gastadas en el proceso docente (Tabla n° 2), la cantidad de horas reflejadas es un número significativo, conociendo como se debe utilizar en función de llenar ese espacio con actividades sanas y placenteras que sean del absoluto gusto de los estudiantes, que permita la reproducción espiritual tanto colectiva como individual, donde deben aparecer una gama de actividades, las cuales dejan libremente escogerse sin que exista una obligatoriedad por parte del estudiante.

Sobre la cantidad del tiempo disponible en la Tabla n° 2, respondieron 136 estudiantes para un 68 % que es suficiente para realizar actividades recreativas y recreativo-físicas, por lo que podemos plantear que existe disponibilidad de tiempo el cual puede ser empleado en promover y ejecutar todo un programa que favorezca la estancia en la facultad de los estudiantes con el uso racional de ese tiempo. Los autores coinciden con lo planteado por otros, en que la existencia de ese tiempo se relaciona de forma muy estrecha con la recreación, expresando por sí mismo como uno de los elementos necesarios que constituyen la recreación.

Mediante el uso diversificado y culto del tiempo libre es posible lograr que los modelos de la sociedad actual se incorporen incesantemente a la conducta y al pensamiento del hombre contemporáneo, para eso es necesario crear y mantener, una cultura y una educación del tiempo libre en la población en general y especialmente en este sector, ante todo, en las funciones más importantes que debe cumplir el tiempo en este período histórico: El despliegue de las potencialidades y capacidades creadoras de los hombres y el logro de la más amplia participación popular en la cultura y la recreación.

El conocimiento de los estudiantes sobre la existencia de un programa recreativo mostró como resultado, en la Tabla n° 3, que 172 para un 86 % lo conocen al menos de forma primaria con algún tiempo de antelación y al estudiar los documentos que rigen ésta actividad en los diferentes departamentos que tienen la responsabilidad de desarrollar éstos, se conoció que no es estable la

oferta y que adolece en muchos casos de una correcta divulgación y propaganda faltando para ello medios específicos para estas funciones como son: la existencia de un mural informativo en un lugar permanente y la radio base con un noticiero informativo, además a esto podría ayudar el establecimiento específico de días en la semana para determinar las actividades lo cual lleva implícito la creación de hábitos en la masa de estudiantes que facilitaría la asistencia y refuerza la existencia de estas actividades. Evidentemente la promoción asegura el éxito de cualquier actividad y más cuando se trata de recreación, sin embargo se dejan a un lado recursos tan elementales como la edad de estos jóvenes, su proyección de futuro, la época en la que viven, sus características psicológicas, sus intereses y necesidades, aquí la música juega un papel determinante sobre todo aquella que está de moda, todo esto se debe tener en cuenta a la hora de divulgar determinada propuesta o sea un análisis exacto de cómo llegar a la audiencia de forma efectiva y real.

La tabla n° 4 permitió conocer el uso del tiempo libre disponible donde la práctica de deportes fue seleccionado por 99 encuestados para un 49,5 % destacándose la natación como uno de los deportes preferidos (45,5 %), la práctica de otros deportes como: voleibol, fútbol, baloncesto, trotar, ejercicios aeróbicos, etc. poseen un nivel de demanda aceptable. También las actividades pasivas como: Descansar pasivamente 99 (49,5 %), conversar con amigos 112 (56 %), estudiar 133 (66,5 %) y pasear 87 (43,5 %). Después de comida las actividades con mayor relevancia continúan siendo: Estudiar 148 (74 %), conversar con amigos 135 (67,5 %), ver TV 133 (66,5 %) y descansar pasivamente 109 (54,5 %), sin descartar el uso de la biblioteca, las actividades bailables, ver películas, visitar centros nocturnos y pasear, todas éstas con porcentajes significativos.

Los investigadores mantuvieron durante el estudio la interrogante: ¿Cuándo una actividad se considera que cumple una función recreativa? y en la revisión de textos realizada llegaron a la conclusión que cualquier actividad puede cumplir una función recreativa, siempre y cuando se reconozca que lo recreativo de una actividad no está en la actividad misma, sino en la actitud con la que el sujeto la enfrenta, esto define el tipo de actividad, su oportunidad y su duración, según sus intereses, habilidades, capacidades, experiencia y nivel de información, ya que la opcionabilidad es una característica propia de la actividad recreativa, aunque esta selección se realiza sobre la base de intereses individuales, es condicionada socialmente, con esto queremos enfatizar que las características propias de la actividad a realizar son determinadas por el interesado y no desde fuera de él, por lo que una misma actividad puede constituir una actividad recreativa o laboral a razón de cómo se enfrente. Teniendo como base la función de autodesarrollo que cumple la recreación (formación integral), cualquier actividad que se realice en el tiempo libre y aporte características positivas a la personalidad la consideramos de igual forma como recreativa.

La tabla n° 5 muestra que referente al campismo, en la que el 54 % desea que se planifique sistemáticamente con un 46 % en contra, sobre si le gustaría participar en ella los porcentajes se comportan iguales y plantean que desean que se realice por grupos, por año y los fines de semana, es importante tener en cuenta el nivel de aceptación que tiene esta actividad en contacto con la naturaleza, nuestra provincia cuenta con varias bases de campismos debidamente condicionadas y con una oferta importante durante prácticamente todo el año, donde puede vincular al estudiante a la naturaleza creando grupos de amigos de ésta para cuidar el medio ambiente y sobre todo visitar y conocer los múltiples lugares naturales, históricos y culturales que existen en estas propias bases o rodeándolas, esto implica llevar cultura a estos lugares y comunidades cercanas, se pudiera vincular las diferentes manifestaciones culturales del centro a éstos, ofrecer charlas educativas sobre infinidad de temas fundamentalmente los relacionados con la salud y a la vez retroalimentarse de los aspectos esenciales que circundan la zona, escuchado de los propios vecinos, se pudiera vincular las actividades a las distintas playas del sur trinitario y seguro estaríamos colaborando y transmitiendo sabiduría, cultura general y a la vez contribuyendo a masificar la cultura, sin descuidar la presencia en el centro de estudiantes extranjeros, los cuales solicitan preferentemente este tipo de actividad sana y placentera, como se puede ver son múltiples las opciones que ofrece el campismo siempre que sean organizados y respetando la participación que debe hacerse por grupos afines como bien se expresa en esta tabla.

El turismo se ha descrito como uno de los fenómenos del siglo, significativo y su importancia tanto nacional como internacional cobra cada vez mayor relevancia, no sólo para las personas desde el punto de vista individual, sino que también para las instituciones y organismos, cada vez se hace más importante el dominio de esta actividad.

Su importancia esencial radica entre otros aspectos en el hecho de que las mismas vienen a satisfacer el denominado tiempo libre largo de las personas, o sea, vacaciones; siendo uno de los momentos importante en la vida de cualquier persona.

Sus múltiples formas y su contenido propician el disfrute del sujeto que debe volver a sus funciones vacunado contra las enfermedades de la civilización y su monotonía, propias de la vida, sobre todo en la sociedad contemporánea el turismo ocupa un lugar de gran relevancia en la satisfacción de la vida que coadyuva al enriquecimiento de la categoría modo de vida representada en uno de los indicadores más importante *“la calidad de la vida”*.

De las actividades que se realizan en el centro en sentido general se les pidió a los encuestados que manifestaran cuáles planificarían con más sistematización y mayoritariamente todos coincidieron en el estudio, escuchar música (en horas de descanso, en las habitaciones y en las fiestas), ver películas y videos musicales, actividades recreativas y culturales en la casa del estudiante, leer un buen libro, practicar deportes (natación, voleibol, fútbol, baloncesto, béisbol, tenis de mesa, trotar, aeróbicos, etc.), actividades culturales (teatro, danza, humor, artes plásticas, etc.) como se puede apreciar estas opiniones reafirman la preferencia de los estudiantes por dichas actividades, reforzando la razón de ser de los estudiantes en el centro que es precisamente el estudio, es de destacar como las actividades culturales reclaman su presencia en el programa de actividades apoyando la gran movilización de artistas aficionados que tiene el centro alrededor de los festivales a nivel de base y provincia donde año tras año la facultad obtiene lugares muy destacados con presentaciones a nivel nacional, lo cual habla por sí sólo del arraigo y tradición así como del trabajo que se viene desarrollando por parte del Departamento de Extensión Universitaria en función de promover la cultura y sus artistas, sin embargo se pudiera ampliar a otros renglones como la danza con sus bailes típicos y contemporáneos donde estamos seguros surgirían grupos de bailes donde se interpreten diferentes músicas y se pudiera invitar a los extranjeros para que aprendieran y transmitieran a la vez sus bailes, el humor se reclama, aunque con alguna frecuencia aparecen mostrados por grupos invitados al centro se pudiera ampliar mucho más esta oferta, el resto de las actividades se han analizado en las tablas anteriores de forma elocuente y amplia (ver Tabla n° 6).

CONCLUSIONES

Luego de terminado el horario de clases los estudiantes disponen de 1 a 2 horas en los diferentes días de la semana para realizar actividades recreativas y recreativo-físicas.

Este tiempo libre es empleado en practicar deportes (natación, voleibol, fútbol, baloncesto), descanso, conversar con amigos, estudiar, actividades bailables y ver TV.

Las preferencias recreativas fundamentales de los estudiantes son: escuchar música, ver películas y videos musicales, actividades recreativas y culturales en la casa del estudiante, leer, practicar deportes, actividades culturales (teatro, danza, humor), el campismo y los juegos de mesas (ajedrez, dominó, damas, etc.).

Se diseñó un proyecto de programa de actividades recreativas y recreativo-físicas teniendo en cuenta las necesidades e intereses de los estudiantes.

PROPUESTAS DE SOLUCIÓN.

Generalidades del programa.

En el programa recreativo se centran una serie de actividades recreativas y deportivas que tienden a satisfacer la amplia diversidad de intereses de los estudiantes, utilizando para ello toda una serie de actividades que son del agrado de ellos y que a su vez existen las condiciones mínimas indispensables para poder llevar a cabo estas.

Fundamentación del programa.

Este programa tiene como objetivo erradicar todo un grupo de deficiencias que presentan las actividades recreativas y recreativo-físicas de la facultad de medicina para con ello poder lograr una mayor participación e incorporación de los estudiantes a las actividades que realizan en el centro, para lograr la confección de este programa se tuvo muy en cuenta sus principales motivos y preferencias, que aunque se tomó la muestra del 36,5 % de la matrícula de estudiantes becados esta es representativa y homogénea por año, sexo y especialidad.

Objetivos.

Contribuir al desarrollo sistemático de actividades recreativas y recreativo-físicas en los estudiantes y así lograr un uso adecuado del tiempo libre.

Facilitar a través de estas actividades la adquisición de conocimientos en los estudiantes.

Hacer más feliz la estancia de los estudiantes en el centro durante el curso.

Meta. Lograr la mayor participación de los estudiantes en las actividades programadas hasta llegar a la incorporación masiva de ellos en las mismas.

Estrategias.

Realizar una divulgación del mismo a través de anuncios, pancartas, radio base y la brigada de la FEU durante todo el curso.

Capacitar a los diferentes profesores para que puedan enfrentar con éxito el desarrollo del programa.

Desarrollar una estrecha coordinación con instituciones y organismos cercanos para poder hacer más amplia y variada la cantidad de actividades a desarrollar.

Utilizar con eficacia y eficiencia el conjunto de los recursos humanos y materiales que determinan la calidad de las actividades.

Llevar a cabo un estricto control sobre la efectividad y cumplimiento del programa de actividades para poder establecer los reajustes necesarios y conocer la efectividad y cumplimiento de los objetivos propuestos.

Recursos.

Para la incursión de las actividades del programa se tuvo en cuenta todos los recursos, tanto humanos como materiales existentes en el centro, tales como instalaciones deportivas, culturales, recreativas, recursos materiales, así como personal para que pueda utilizar con eficiencia todos estos recursos disponibles.

Recursos humanos	Recursos materiales
-Profesores.	- Implementos deportivos.
-Personal de apoyo administrativo.	- Instalaciones deportivas.
-Personal de dirección.	- Instalaciones culturales y recreativas.
-Consejo de la FEU.	-Áreas de juegos pasivos (ludoteca).
-Dirección de la UJC.	-Bases de campismos.
-Consejo de residencia estudiantil.	-Biblioteca.
-Dirección de Extensión Universitaria.	
-Personal de medios de propaganda.	

Análisis de factibilidad.

Dicho programa es factible de hacer ya que para el mismo no son necesarias grandes inversiones, sólo el uso adecuado y racional de los recursos de que se dispone, así como los medios tanto deportivos como culturales y el establecimiento de una coordinación por parte de la dirección de la UJC y la FEU del centro con Campismo Popular, para proponer como oferta sus diferentes bases

Calendario.

Este programa se pondrá en práctica en la Facultad de Ciencias Médicas de Sancti-Spíritus a partir del curso 2000-2001 durante todo su trayecto para de esta forma llevar a cabo la validez del mismo.

Programa de actividades.

Para la confección del programa se debe tener en cuenta la no utilización de un solo enfoque sino la combinación de éstos para que sea considerado un programa equilibrado e integral donde proponemos:

Enfoque tradicional:

Ofrecer los medios e instalaciones deportivas necesarias para la práctica de deportes como: Natación, voleibol, fútbol, baloncesto, trotar, ejercicios aeróbicos.

Organizar juegos deportivos intergrupos e interaños en varios deportes.

Festivales recreativo-físicos.

Actividades bailables.

Escuchar música mecánica.

Videos de películas musicales.

Crear grupos de artistas aficionados no sólo en música.

TV.

Juegos pasivos (damas, dominó, parchí).

Festivales de culturas.

Presentación de grupos humorísticos.

Actividades recreativo-culturales en la casa del estudiante.

Enfoque sociopolítico:

Ofrecer posibilidades para visitar los campismos de la provincia.

Crear un grupo de turismo deportivo o varios que se vinculen al medio ambiente y a la naturaleza para practicar el excursionismo.

Enfoque de opinión y deseo:

Crear grupos de aficionados a la danza, el teatro y otras manifestaciones de la cultura.

Enfoque autoritario:

Desarrollar festivales recreativo-físicos por lo menos una vez al mes donde la incorporación sea masiva y la oferta para participar siempre sea novedosa, en su ejecución deben estar representadas las brigadas y los años así como las especialidades y nacionalidades y no debe faltar en ellas los deportes como: La natación, el fútbol, el baloncesto, el voleibol, el béisbol, pero tampoco la música, el baile y el humor.

Enfoque de actualidad:

Se deben programar actividades o servicios que están de moda y que están siendo seguidas por los principales medios de difusión masiva (TV, radio) y que las personas por imitación las adoptan. En estas se pueden organizar torneos, competencias intergrupos o interaños, etc.

Ej: - ¿Quién sabe? Encuentro con Clío.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Zamora R. El tiempo libre de los jóvenes cubanos. La Habana: Editorial de Ciencias Sociales; 1994.
2. Colectivo de Autores. Tiempo libre y personalidad. La Habana: Editorial de Ciencias Sociales; 1997.
3. Ramón M. La recreación, un fenómeno sociocultural. La Habana: Inder; 1989.
4. Gianni T. El tiempo libre en la sociedad capitalista y en la socialista. Bol Científ-Téc. 1999 Abr; 9(4): 25-27.
5. Cuevas H, Santos G. Recreación turística. La Habana: Editorial Pueblo y Educación; 1995.
6. Luna G, Seijas E. La recreación y el tiempo libre en estudiantes y trabajadores de la provincia de Sancti Spíritus. Sancti Spíritus: [Trabajo investigativo]; 1995.
7. Pérez A. Recreación, fundamentos teóricos y metodológicos. La Habana: ISCF Manuel Fajardo; 1995.
8. Colectivos de autores nacionales. Aspectos metodológicos del estudio del tiempo libre en la estrategia del desarrollo económico y social hasta el año 2000. La Habana: Mincul; 1984.
9. Dumazidier J. Hacia una civilización del ocio. Barcelona: Editorial Estela; 1994.
10. Danfor H. Planes de recreación para la comunidad moderna. Buenos Aires: Editorial Gráfica Omeha; 1996.
11. Cervantes J. Programación de actividades recreativas. México: Editorial Hungría y Hnos; 1992.
12. Grushin B. Principios y métodos de recreación para la comunidad. Buenos Aires: Editorial Gráfica Omeha; 1998.
13. Zamora R, García M. Sociología del tiempo libre y consumo de la población. La Habana: Editorial Ciencias Sociales; 1990.
14. Pérez A. Recreación. La Habana: Ciencias Sociales; 1993.

ANEXOS

TABLA n° 1: Tiempo libre después de terminadas las actividades docentes.

DÍAS DE LA SEMANA	HORAS LIBRES	MEDICINA					ENFERMERÍA					Estomat.		tot		TOTAL Gral.		
		1º.	2º.	3º.	4º.	5º	tot	1º.	2º	3º	4º	5º	tot	4º.	5º.	nº.	nº.	%
LUNES	1-2	22	10	15	14	3	64	11	5		2		18				82	41
	2-3	7		7	2	7	22	11		5	13		29		2	2	53	26.5
	+ de 3	1		6	5	1	13	10	7	13	3	8	41	1	2	3	57	28.5
MARTES	1-2	17	4	8	5	4	38	10	5	7		4	26		1	1	65	32.5
	2-3	14	6	6	11	5	41	6	4	3	11	4	28	1	2	3	72	36
	+ de 3	4	7	3	5	2	21	9	3	7	7		26		1	1	48	24
MIÉRCOLES	1-2	24	5	12	4	5	50	11	4	1		3	19		1	1	70	35
	2-3		10	5	10		25	7	5	4	2	4	22				47	23.5
	+ de 3	1		8	9	6	24	13	3	12	17	1	46	1	3	4	74	37
JUEVES	1-2	18		3	1	2	24	10	4	3		3	20		1	1	45	22.5
	2-3	3	10	7	5	1	26	11		7	9		27				53	26.5
	+ de 3	3	6	8	15	8	40	10	8	7	9	5	39	1	3	4	83	41.5
VIERNES	1-2	10	2	3	1	1	17	1									17	8.5
	2-3		2				2		2				2				4	20
	+ de 3	22	8	14	15	12	71	23	20	14	11	11	79	1	4	5	155	77.5

TABLA n° 2: Consideraciones sobre el criterio que tienen los estudiantes de la cantidad de tiempo libre.

	CANTIDAD	%
Mucho	48	24
Suficiente	136	68
Poco	16	8

¿Por qué? R: "Hay que estudiar mucho".

TABLA n° 3: "Conocimientos sobre la existencia de un programa recreativo".

	CANTIDAD	%
Sí	172	86
No	28	14

TABLA n° 4: “Actividades que se realizan luego de concluir las actividades docentes y después del horario de comida”.

-Después del horario docente

Actividades	Cantidad	%
Practicar Deportes	99	49.5
Fútbol	36	18
Ajedrés	9	4.5
Tenis de Mesa	17	8.5
Ejercicios Aeróbicos	21	10.5
Atletismo	22	11
Trotar	35	17.5
Fisiculturismo	12	6
Baloncesto	27	13.5
Natación	91	45.5
Voleibol	37	18.5
Descansar Pasivamente	99	49.5
Asistir a la biblioteca	54	27
Conversar con amigos	112	56
Retirarse hacia la casa	55	27.5
Participar en algunas actividades culturales o grupos de aficionados del centro	66	33
Estudiar	133	66.5
Pasear	87	43.5
-Después de comida		
Ver TV	133	66.5
Biblioteca	58	29
Conversar con amigos	135	67.5
Actividades bailables en la casa del estudiante	99	49.5
Estudiar	148	74
Ver películas	87	43.5
Visitar centros nocturnos	47	33.5
Pasear	57	28.5
Descansar pasivamente	109	54.5

TABLA n° 5: “SOBRE ACTIVIDADES DE CAMPISMO”

Que se programaran sistemáticamente:

	CANTIDAD	%
Sí	108	54
n°	92	46

Gustarían de participar en ellas:

	CANTIDAD	%
Sí	108	54
n°	92	46

Forma de desarrollar estas actividades:

Por grupo.

Por año

Fines de semana.

TABLA n° 6: “Actividades que más debieran planificarse en el centro” (por orden de prioridad).

1. Estudiar.
2. Escuchar música (en horas de descanso, en las habitaciones y en las fiestas).
3. Ver películas y videos musicales.
4. Actividades recreativas y culturales en la casa del estudiante.
5. Leer un buen libro.
6. Juegos pasivos de mesa (dominó, damas, parchí).
7. Practicar deportes.
8. Actividades culturales (teatro, danza, humor).