

## **ALTERNATIVA DE ACTIVIDADES FÍSICAS RECREATIVAS PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL DE ADOLESCENTES CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES**

MSc. Alexis Hernández Aguila.

Máster en Ciencias de la Educación, Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física, Profesor Asistente orcid. 0000-0001-9377-8863, alexisha@uho.edu.cu Labor que realiza: Profesor de Educación Física. Holguín, Cuba.

MSc. Carlos Joaquín Montero Ramírez.

Máster en Ciencias. Profesor Auxiliar. Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física. Jefe de Departamento Educación Física. Email cmontero@uho.edu.cu Orcid 0000-0002-7385-4774. Holguín, Cuba.

### **RESUMEN**

Las diferentes opciones que brinda la recreación física se constituye así en una gran área de adaptación al permitir los programas especiales, la participación de los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales en actividades físicas recreativas adecuadas a sus posibilidades. Sin embargo en el consejo popular de Alcides Pino en la comunidad Los Guillenes existe deficiencias en el trabajo comunitario con la participación de los adolescentes con necesidad educativas especiales intelectuales a las actividades físicas recreativas programadas por el combinado deportivo. Se propone elaborar una alternativa de actividades físicas recreativas que posibilite la integración social de los adolescentes de 12 a 15 años con necesidades educativas especiales en el contexto de la comunidad. Para la misma se selecciono como muestra los 20 adolescentes que pertenecían a este grupo etéreo. Para ellos, se utilizaron métodos y técnicas científicas tanto del nivel teórico: análisis y critica de fuente, histórico-lógico, sistémico estructural funcional y del nivel empírico: la observación, encuesta, entrevista y técnica de consenso que permitieron demostrar la pertinencia de la propuesta. Los principales resultados estuvieron en la factibilidad de la concepción, elaboración y propuesta para la implementación de la alternativa recreativa, debido a que ofrece las posibilidades de su aplicación, donde su contenido tiene en cuenta las particularidades del contexto comunitario en que se desarrollan las actividades, donde la puesta en práctica de la alternativa favorece la preparación de los profesores de recreación del combinado deportivo y los familiares de los adolescentes.

Palabras claves: Actividad física, comunidad, integración social, necesidades educativas especiales, recreación.

### **INTRODUCCION**

En la sociedad cubana, constituye unas de las primeras medidas sociales implementadas con el triunfo de la Revolución, el camino para la plena integración social de todos sus ciudadanos, los logros sociales alcanzados, especialmente en el campo de la discapacidad mental, se deben a la aplicación sistemática de una política social para todos, con el estado, como fuente principal que garantiza su ejecución a través de la coordinación de las acciones de los diferentes organismos e instituciones, que destinaron importantes recursos para su materialización.

El trabajo conjunto entre el ministerio de educación, el instituto nacional de deporte, educación física y la recreación (INDER) y otras instituciones, abrió las puertas al derecho sobre la práctica

sistemática de actividades físicas, deportivas y recreativas para toda la población sin distinción de raza, credo o estatus social.

En este empeño se creó el departamento nacional de recreación para orientar, dirigir y desarrollar las actividades físicas recreativas en el seno de todas las comunidades, evidenciándose como una propuesta novedosa para dinamizar el desarrollo de nuestra sociedad, la cual responde a los objetivos de justicia social y cultura ciudadana dentro de los programas de la Revolución. El INDER ha establecido programas de actividades organizativas, técnicas metodológicas destinadas a perfeccionar la labor que, desde los barrios, asentamientos poblacionales y otros objetivos de la comunidad, desarrollan sus especialistas y activistas, en el afán de que las actividades físicas recreativas resulte una alternativa permanente y sistemática para la ocupación del tiempo libre de la población cubana.

Razo (2017) plantea que "La recreación son todas aquellas acciones voluntarias que realiza el individuo en su tiempo libre, actividades que permiten desarrollar la creatividad y expresión corporal promoviendo la participación activa individual o colectiva". (p.23)

La puesta en práctica de programas recreativos comunitarios las personas respaldan y se sienten respaldadas por sus vecinos, teniendo una dimensión apropiada para que nadie se sienta olvidado ni rechazado, pues los integrantes de cualquier conglomerado social tienen voz y oportunidades de participar personalmente en actividades que unen a la comunidad.

Las necesidades físico-recreativas de la población del municipio y los consejos populares son parte de la gestión estratégica para satisfacer las necesidades de movimiento de la población de los distintos grupos de edades, debido a que las actividades recreativas como fenómeno local difieren de un consejo a otro, de un municipio a otro pues dependen de un grupo de factores que hacen diferenciar la estructura del tiempo libre de una zona a otra.

En este sentido se propone fomentar una cultura de desarrollo integral y sostenible en el ámbito comunitario, para lo cual se trabaja en la capacitación de los profesores y activistas de recreación y ejecución de planes, actividades y programas comunitarios destacándose la relación entre la recreación y el desarrollo comunitario, vista como un factor de bienestar social coadyuvante del desarrollo humano, en donde el autoconocimiento, la interacción y la comunicación con el contexto social sirven como base fundamental para construir una mejor calidad de vida, dado a que promueve el desarrollo intelectual, psíquico y físico del individuo y de la comunidad.

Jimeno (2011) hace referencia a:

La recreación física en la comunidad tiene que integrar las diferentes formas de participación buscando el justo equilibrio en el uso educativo activo y creativo del tiempo libre de la población por lo que la elaboración de los programas juegan un importante papel sobre todo en la programación de la recreación pero para ello existe todo un conjunto de particularidades en los cuales si es preciso de tenerlos, dado que son el resultado de la acumulación de experiencia y resultado investigativo que permite trabajar con una metodología específica, este tipo de programación y a la vez que lo hace un fenómeno complejo y dinámico. (p.11)

Charro (2020) se refiere que "La Recreación Comunitaria tiene el tamaño justo para que nadie se sienta olvidado ni rechazado, pues cada persona y cada grupo social tiene voz y oportunidades de participar personalmente en actividades que unen a la comunidad".(p.31)

Sobre la base de tales ideas se considera una nueva opción para concebir a la recreación, como una de las vías favorables para la integración social de adolescentes con necesidades educativas especiales, ya que esto interviene en la formación de un ser humano integral, que a pesar de sus limitaciones intelectuales, sí se le presta el apoyo necesario desde el punto espiritual, educativo y formativo, el mismo es capaz de contribuir con el desarrollo social mediante la utilización positiva del tiempo libre, a partir de sus tres funciones fundamentales: descanso; que libera a las personas de la fatiga; diversión que libera al individuo del aburrimiento y desarrollo de la personalidad que libera de los automatismos del pensamiento y la acción cotidiana.

Sí algo distingue esta concepción en el sistema educativo cubano con las personas con necesidades educativas especiales es su valor para analizar y comprender los enfoques más universales sobre derechos e integración social, primero se revela en la Convención de los Derechos del Niño y cuyos principios fundamentales son: la no discriminación ( todos los derechos se aplican a todos los niños sin excepción, es obligación del Estado protegerlos ante cualquier forma de discriminación y promover activamente sus derechos).

Este proyecto social es un hecho histórico profundo que ofrece oportunidades de educación y desarrollo para todos. En el plano sociológico es imposible concebir la sociedad sin tener en cuenta el desarrollo humano, se convierte en el fundamento central y propósito último de la sociedad.

La integración social como principio ideológico y de convivencia, no sólo superaría el simple incluir o ubicar a un sujeto en la sociedad, sino que implicaría necesariamente formar parte de la sociedad a la que pertenece, exigiría por tanto la acomodación mutua entre todos los sujetos de la sociedad sin ningún tipo de discriminación y la transformación progresiva de las estructuras sociales, con el objetivo de dar respuesta a las necesidades reales de estos sujetos, una vez decidida su aceptación plena.

En este sentido promover la participación de los adolescentes con necesidades educativas especiales cognitivas estables leve en actividades físicas recreativas en el contexto comunitario son esenciales para el proceso de integración de las mismas en la sociedad, ejerce un profundo impacto en ellos, los ayuda a mejorar su salud, bienestar físico, desarrollar confianza social y les da voz como miembros activos y productivos de su familia y comunidad.

El trabajo comunitario dependerá entonces de la transformación de su estado vivencial, a partir de mejorar y reestructurar el entorno negativo de la sociedad, con apoyo, afectividad, así como experiencias sociales exitosas, logrando la construcción favorable en sus mecanismos de convivencia social y modos de enfrentar la vida, haciéndoles comprender sus posibilidades y recursos para lograr una integración exitosa.

Para la elaboración de la alternativa se tuvo en cuenta los criterios de Sierra Salcedo (2003) la define como "Opción entre dos o más variantes con que cuenta el subsistema dirigente (educador) para trabajar con el subsistema dirigido (educando), partiendo de las características, posibilidades de estos y de su contexto de actuación". (p. 168)

El autor de la investigación asume que estos referentes sustentan la alternativa de naturaleza recreativa que se aspira, entre ellos, el carácter sistémico que presupone acciones y procedimientos concatenados entre sí. Considerando que está dirigida a resolver problemas de la práctica comunitaria y permite proyectar cambios en este sentido.

Los estudios realizados, la revisión documental y los resultados en el sistema de visitas de los metodólogos a la comunidad de Alcides Pino y reuniones con los técnicos especializados, ha permitido determinar un grupo de deficiencias en el trabajo comunitario relacionado con la participación de los adolescentes que presentan necesidades educativas especiales intelectuales, razón que obliga estudiar el caso para tratar de revertir esta situación.

Estos criterios permite declarar como problema científico: ¿Cómo favorecer la integración social de adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales a través de las actividades físicas recreativas en la comunidad Alcides Pino?

Por lo que el objetivo de la investigación es elaborar una alternativa de actividades físicas recreativas para favorecer la integración social de los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales en la comunidad "Alcides Pino".

## **DESARROLLO**

La aplicación práctica de esta investigación se realizó en el barrio Los Guillenes del Reparto "Alcides Pino" del municipio de Holguín. La muestra fue seleccionada siguiendo el criterio de muestra intencional donde fueron escogidos 20 adolescentes de 12 a 15 años de edad, de ellos 15 del sexo masculino y 5 del sexo femenino con necesidades educativas especiales intelectuales. La selección de los mismos se tuvo en cuenta que al encontrarse en un período del desarrollo humano, que por su propia naturaleza está inmerso en profundos cambios y transformaciones en el orden biopsicosocial que requieren de una mayor atención dirigida al futuro desarrollo de su personalidad que permita su preparación para la vida adulta independiente, las condiciones físicas y clínicas favorables para la práctica de actividades físicas recreativas, la no existencia de contraindicaciones médicas para la práctica de las actividades físicas y por constituir un grupo etéreo vulnerable hacer proclive a desajustes sociales.

Para su realización se emplearon métodos y técnicas de la investigación científica entre los que se encuentran en los teóricos el análisis y críticas de fuentes, se utilizó en el proceso de revisión bibliográfica para analizar los criterios científicos y poder sintetizar los mismos. El histórico-lógico nos permitió profundizar en el decursar histórico del objeto de estudio y conocer las regularidades del proceso de integración. El sistémico estructural funcional en la elaboración de la alternativa estructurando la misma, pero existiendo una estrecha relación entre sus partes.

Como principales métodos empíricos se utilizaron la observación para comprobar el estado real de la participación de personas con necesidades educativas especiales en actividades físicas recreativas en el contexto. La entrevista se realizó para conocer el nivel de conocimiento que tienen sobre el desarrollo de las actividades físicas recreativas. La encuesta para conocer el nivel de preferencia hacia las actividades físicas recreativas en el contexto comunitario así como la participación a estas actividades. La técnica de consenso a través del fórum comunitario para conocer el criterio de los diferentes grupos nominales acerca de la alternativa de actividades físicas recreativas propuesta.

El propósito de la alternativa está dirigido a lograr la integración social de los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales a través de las actividades físicas recreativas comunitarias a partir de una adecuada preparación de los técnicos de recreación y de la familia.

La alternativa se sustenta en cuatro etapas fundamentales y ofrece acciones para mejorar el desarrollo de actividades físicas recreativas en el contexto comunitario:

Primera Etapa: Diagnóstico

Se caracteriza el estado real de la práctica de las actividades físico recreativas en la comunidad por parte de los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales, la preparación de los técnicos de recreación del Combinado Deportivo Alcides Pino para desarrollar el trabajo con estos adolescentes, así como el nivel de conocimiento y aceptación de la familia para enfrentar los cambios en el camino hacia la integración social de estos adolescentes.

Acciones:

- Determinar el objetivo del diagnóstico.
- Determinación del contenido del diagnóstico.
- Elegir los métodos y confección de los instrumentos.
- Determinar la muestra de acuerdo a su caracterización.
- Aplicación de los instrumentos.
- Procesar y evaluar la información del resultado de los instrumentos.
- Socializar los resultados.

Segunda etapa: Planificación de la alternativa recreativa.

Para la elaboración de la alternativa recreativa se tuvo en consideración los resultados de los instrumentos aplicados y las visitas realizadas por especialistas para el desarrollo de las acciones.

Se propusieron diferentes actividades recreativas que constan de juegos pre-deportivo, juegos de participación y juegos de mesas, teniendo en cuenta su metodología para su realización, sugerencias metodológicas y valoración de los mismos.

A continuación se ejemplifica algunas actividades físicas recreativas a desarrollar:

Juegos Predeportivos

Nombre: Pelota a la mano.

Organización: Dos equipos con igual número de participantes, cada equipo debe tener la misma cantidad de integrantes con intelecto normal y con necesidades educativas especiales intelectuales leve, se procede al sorteo con una moneda para determinar cual equipo comenzará como visitador y se determina la cantidad de bases a correr.

Materiales: Pelotas de diferentes tamaños.

Desarrollo: Al comenzar el juego, el jugador al bate tiene el derecho de seleccionar la pelota para ejecutar la acción (grande, Mediana o pequeña) luego de esta corre hacia la primera base.

Reglas:

Hay que ejecutar la acción hacia el área determinada.

Ganará el equipo que más carreras anote.

Hay que hacer contacto con las bases para que las carreras sean válidas.

Hay que tocar al jugador para decretar out.

Observaciones: Esta posibilidad de elección de la pelota, está dada por qué los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales leve tienen dificultades en la orientación espacial

y sí la pelota es muy pequeña no siempre logran hacer el contacto con la misma de forma eficiente y esto provoca actitudes de rechazo al ejercicio.

Sugerencias Metodológicas:

- El vocabulario utilizado debe ser con términos asequibles que permitan la comprensión por parte de los adolescentes con necesidades educativas especiales.
- Las explicaciones de la actividad deben hacerse de forma lenta y pausada.
- Utilizar ilustraciones del ejercicio durante las explicaciones que permitan una mayor comprensión de lo que se quiere lograr.
- Delimitar el área de juego con medios auxiliares para lograr una mejor representación de la misma por parte de los adolescentes con necesidades educativas especiales.
- Hacer valoraciones e intercambios sobre la influencia del juego que se desarrolla, en su preparación para la vida en la sociedad.

Juego de participación

Nombre: El Pulpo.

Materiales: Aro de material fuerte. Sogas

Organización: Se amarran las sogas al aro en diferentes direcciones. En cada soga se colocan varios jugadores distribuidos en la misma cantidad de adolescentes con necesidades educativas especiales y de intelecto normal. Al final de cada grupo se coloca un objeto para ser agarrado por el último jugador del equipo que logre llegar hasta el mismo.

Desarrollo: A la señal del profesor todos los equipos comienzan a realizar la tracción de su soga tratando de llegar al objeto que tienen al final de su último jugador.

Reglas:

Ganará el equipo que logre llegar primero al objeto

Sugerencias metodológicas:

- Los equipos deben estar lo más equilibrados posibles para evitar ventajas.
- Al terminar cada juego se le debe dar un tiempo prudencial para su total recuperación.
- Se debe pedir el criterio a los adolescentes con necesidades educativas especiales de cómo se sienten para la próxima repetición.
- Preguntar criterio sobre posibles variantes a desarrollar.
- Observar el grado de compromiso con el equipo expresado en su esfuerzo durante el desarrollo de la actividad.
- Reconocer y estimular los esfuerzos por insignificantes que parezcan.

Juegos de Mesa

Nombre: Defender en Parejas.

Materiales: Juego de Dominó.

Organización: 4 parejas con 7 fichas cada una. Cada pareja está formada por un adolescente de intelecto normal con un adolescente con necesidades educativas especiales.

Desarrollo: El desarrollo del juego tradicional. Se comienza con el doble seis. Cada pareja analiza su jugada en conjunto y procede a efectuarla.

Reglas:

Ganará el equipo que termine primero de poner todas las fichas.

Sugerencias metodológicas:

- Se deben intercambiar los jugadores al terminar cada ronda para que esto posibilite el mayor intercambio de formas de pensar durante el juego.
- Se deben proponer variantes de juego a criterios de los jugadores.
- Estimular los éxitos en cada juego, y reconocer los esfuerzos de los demás por obtener la victoria
- Las parejas deben estar conformado previo acuerdo para evitar confrontaciones durante el juego.

Posibles variantes de juego.

- 4 jugadores con 7 fichas cada uno. (Juego Normal), con las parejas formadas por un jugador de intelecto normal y uno con necesidades educativas especiales intelectuales.

- 7 Jugadores con 4 fichas cada uno en forma circular.

Tercera etapa: Implementación de la alternativa recreativa

Los objetivos de esta etapa son:

- Lograr en la práctica la preparación de los técnicos de recreación y la familia en el dominio de la alternativa de ejercicios físicos recreativa que permita intercambiar de forma sistemática y coherente los conocimientos sobre la integración social y su desenvolvimiento en la práctica sistemática de las acciones propuestas.
- Aplicar y enriquecer el conjunto de actividades físico recreativas propuestas en la alternativa.

Esta etapa tiene gran importancia debido que el adolescente con necesidades educativas especiales en el área intelectual se ubica en el centro del objetivo fundamental, con énfasis en el conocimiento y dominio de las principales características psicopedagógicas de los mismos, así como en el desarrollo de las actividades teniendo en cuenta sus potencialidades reales, esencialmente en el desarrollo de actividades donde se trabaje desde lo personal hacia el colectivo como forma esencial de acercamiento a la integración social.

Acciones para la Implementación

Acción I. Preparación para los profesores de recreación

Desarrollo de temas sobre las principales características del desarrollo motor de las personas con necesidades educativas especiales en el área intelectual, con énfasis en la adolescencia y las principales orientaciones metodológicas para el trabajo con estas personas.

Temas a desarrollar con los profesores de recreación:

Tema #1: La conceptualización y caracterización de las personas con necesidades educativas especiales en el área intelectual será desarrollado por los especialistas de la Educación Especial en el mismo contexto donde se desenvuelven estos adolescentes la mayor parte de su tiempo, es decir en las escuelas especiales. Aquí se utilizarán como medios auxiliares los expedientes

clínicos psicopedagógicos de los adolescentes en el cuál se recogen todo el historial de su tránsito por la escuela.

Después de desarrollado el tema, se efectuará un taller de reflexión crítica, donde cada participante expondrá sus criterios acerca de lo aprendido.

Tema # 2: El desarrollo de actividades físicas recreativas con los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales será expuesto por los profesores de Educación Física con experiencia en el trabajo en la Educación Especial y posteriormente se procederá a la observación de actividades prácticas con estos adolescentes.

Después de desarrolladas las actividades teóricas y prácticas se procederá a exponer el taller de reflexión crítica donde cada participante explicará sus opiniones del tema debatido y de las actividades prácticas observadas.

Tema # 3: El proceso de integración social y su importancia, será desarrollado por un psicólogo especialista del Centro de Diagnóstico y Orientación donde se abordará esta temática.

Se observarán actividades comunes donde se encuentren adolescentes con diferentes características intelectuales.

Se desarrollará el taller de reflexión crítica acerca de esta temática, se escucharán las diferentes opiniones acerca del tema y se harán las valoraciones y reflexiones por cada uno de los participantes.

Las actividades físicas recreativas que se proponen responden a las expectativas de los adolescentes con necesidades educativas especiales, pues todas tiene un enfoque competitivo y grupal según los gustos y preferencias de los mismos, además pueden alternarse paulatinamente con las que el profesor desarrolla de forma habitual según se observen avances en este sentido, lo que permitirá ampliar el universo de participación de estos adolescentes en las actividades comunitarias. Los profesores podrán aplicar tantas variantes como consideren oportuno a partir de los criterios de los participantes y se desarrollarán en el mismo horario de las actividades comunes.

Cada tema se desarrollará con una frecuencia mensual hasta haber vencido todos los temas propuestos, al final de esta preparación se desarrollará un taller donde se debatan todos los temas recibidos, en el mismo se harán reflexiones acerca de lo aprendido y se analizarán los posibles nuevos aportes.

#### Acción #2 Preparación de la Familia.

Para preparar a la familia del adolescente con necesidades educativas especiales en el área intelectual, se desarrollarán temas relacionados al conocimiento de las características fundamentales de estos adolescentes, la importancia de las actividades físicas recreativas, así como del apoyo familiar para su integración social entre otros, además de las consultas familiares con los diferentes especialistas

Cada tema se desarrollará con una frecuencia mensual.

Tema # 1: Las características fundamentales de la etapa de la adolescencia en las personas con necesidades educativas especiales serán desarrolladas por los especialistas del Centro de Diagnóstico y Orientación en coordinación con la casa de orientación a la familia. Se efectuarán observaciones a las actividades de estos adolescentes en el contexto escolar y se harán reflexiones al respecto comparándolo con los modos de actuación en el hogar.

Se desarrollará un taller de reflexión crítica para hacer las reflexiones por parte de los especialistas y la familia.

Tema # 2: La importancia del apoyo familiar para la integración social de los adolescentes con necesidades educativas especiales, será desarrollada por los especialistas del Centro de Diagnóstico y Orientación con la presencia de los profesores de recreación que trabajarán de forma directa.

Se efectuará el taller de reflexión crítica para escuchar y debatir las reflexiones de los participantes.

#### Las consultas de Familia

Este servicio se organiza con la cooperación del médico de la familia y con la presencia de los docentes que van a interactuar directamente con los adolescentes. La misma consiste en una conversación orientadora, o donde la familia pueda reflexionar sobre sus preocupaciones o problemas en torno a sus hijos, abordando contenidos que preocupe a cualquiera de los implicados.

#### Cuarta etapa: Análisis y evaluación de la aplicación de la alternativa recreativa

Con el objetivo de valorar, enriquecer y/o perfeccionar la alternativa recreativa propuesta para su aplicación en este contexto fueron sometidos a criterio de los especialistas y familia, mediante la técnica de consenso a través del fórum comunitario como método empírico, en el mismo se organizó en grupos nominales formados por:

Grupo nominal # 1: Profesores de recreación y de educación física con experiencia en la actividad.

Grupo nominal # 2: La Familia de los adolescentes con necesidades educativas especiales y especialistas del Centro de Diagnóstico y Orientación.

Grupo nominal # 3: Especialistas de la Educación Especial.

Para el desarrollo del taller se confeccionó la guía en correspondencia con los elementos de la alternativa recreativa sometidos a juicio de los participantes. Los elementos valorados en el taller fueron los siguientes:

- Exposición de la pregunta dirigida a la efectividad de la alternativa de las actividades físicas recreativas en la comunidad para la integración social de los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales.
- Reunión de reflexión y registro individual de los criterios y las ideas expuestas por cada uno de los miembros de cada grupo nominal sobre la pregunta a debatir.
- Exposición de las ideas por parte de los grupos nominales sobre el tema de la interrogante.
- Debate sobre las ideas expuestas con cada grupo nominal por separado a cerca de la interrogante, caracterizándose por el respeto a las consideraciones dadas por cada uno de los miembros.
- Selección por votación de las ideas principales a través de una asamblea abierta en cada grupo nominal, donde se efectuó el debate y selección de las principales ideas expuestas a cerca del tema.

Desarrollo del fórum comunitario.

Se realizó con la participación de los diferentes grupos nominales, donde después del debate de las principales ideas aportadas por cada uno de los participantes se llegó al consenso de que la alternativa de actividades físicas recreativas para la integración social de los adolescentes con necesidades educativas especiales intelectuales es pertinente en el contexto comunitario, debido a que ofrece posibilidades de lograr la participación protagónica de los principales actores, responde a los elementos de la teoría con un alto grado de actualización, donde se garantiza la preparación de los profesores y familia para el mejoramiento de la calidad de las actividades recreativas y las acciones para su implementación ayudan a desarrollar el trabajo con una concepción flexible y participativa que favorece la alternativa recreativa.

Existen estudios relacionado con la recreación física comunitaria donde Pambj, B. M. (2017) en la investigación dirigida a la "Propuesta de actividades físicas recreativas comunitarias en la parroquia Octavio Cordero Palacios del Cantón Cuenca, Ecuador" hace referencias que las actividades recreativas deben utilizar métodos basados en la pedagogía activa, participativa y no directiva, tomando a los grupos como objeto de intervención educativa, sin olvidar la educación personalizada.

Valarezo E. V. (2017) en el " Programa de actividades físico-recreativas para desarrollar habilidades motrices en personas con discapacidad intelectual" realizada en en la parroquia de Conocoto, en Quito, Ecuador plantea que la aplicación del programa de actividades físico recreativas en las personas con discapacidad intelectual leve y moderada, se pudo comprobar un desarrollo en sus habilidades motrices comprobado con el test MABC.

Al comparar estos resultados podemos plantear que la recreación física comunitaria debe tener en cuenta la participación activa de la sociedad, el impacto en el bienestar de la comunidad, así como las actividades recreativas debe ir encaminada a la formación y desarrollo del pensamiento, la formación de valores y el fortalecimiento de la solidaridad comunitaria

## **CONCLUSIONES**

Como resultado de los diferentes momentos del estudio de la alternativa recreativa se arribó a las siguientes conclusiones:

Los resultados obtenidos con la puesta en práctica de la alternativa recreativa favorece la preparación de los profesores de recreación del combinado deportivo y los familiares de los adolescentes.

Demuestra la factibilidad de la misma para dar solución al problema de investigación.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Caballero M.T. y Yordi M. J. (2004). El trabajo comunitario: alternativa cubana para el desarrollo social. Editorial Ácana. ISBN 952-267-072-2 Camagüey Cuba.

Charro, S. K. (2020). Recreación comunitaria en el uso del tiempo libre con niños de 10 a 12 años del Conjunto Altos del Norte de la ciudad de Quito. (Tesis de Maestría) Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Ecuador.

Jimeno G. L. (2011). Actividades deportivo-recreativas para los adolescentes del Consejo Popular Cuba Libre del Municipio de Pedro Betancourt. (Tesis de maestría) Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", Matanzas, Cuba.

- Razo A. A. (2017). Las actividades recreativas y el tiempo libre de los adolescentes de 14 a 17 años del Caserío San Luis, Cantón Tisaleo. (Trabajo de Graduación o Titulación) Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Sierra, R. A. (2003). Modelación y estrategia: Algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica. En: Compendio de pedagogía. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, Cuba.
- Guerra, Sonia. (2005). Educación de alumnos con diagnóstico de retraso mental. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana
- Pambi B. M. (2017). Propuesta de actividades físicas recreativas comunitarias en la parroquia Octavio Cordero Palacios del Cantón Cuenca. (Trabajo de Graduación o Titulación) Universidad de Cuenca, Ecuador. Recuperado de
- López Machín, Ramón. (2000). Actualidad en educación de alumnos con necesidades educativas especiales. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- Valarezo E. V., Bayas, A.G., Aguilar, W. G., Paredes, L. R., Paucar, E. N. y Romero, E. (2017). Programa de actividades físico-recreativas para desarrollar habilidades motrices en personas con discapacidad intelectual. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas, 36(1). Descargado de <http://scielo.sld.cu>
- Vázquez, E., Cabrera, J. (2017). Proyecto físico-recreativo para jóvenes desde una perspectiva medio ambiental comunitaria. Revista Mikarimin, 3 (2), 9-11. ISSN 2528-7842.