

Universidad Ana G. Méndez
Recinto de Cupey
Escuela de Educación
Programa Graduado

Beneficios de la Recreación en el Desarrollo Social de los Ciudadanos

Arnaldo R. Ñeco Huertas

2019

DEDICATORIA

Para comenzar me gustaría dar gracias a Dios por permitirme gozar del privilegio de estar vivo. Este logro quiero dedicárselo a mi familia completa. Para mi forman una parte muy importante en todo lo que me propongo en mi vida. A mis padres Luis y Minerva por apoyarme y estar a mi lado desde que nací. A mi esposa Mirelis por darme ánimos y ganas cuando más lo necesité. A mi hermano Leonardo por enseñarme a amar, conocer y disfrutar de la vida junto a todos sus atributos. A mi hermana, Minnelly por demostrarme que todo lo que te propongas en la vida lo puedes lograr con fe, amor, entrega y dedicación. A mi amado hijo Mikael gracias por existir en mi vida, este logro es para servirles de ejemplo, al igual que a mi sobrino Alejandro. A mis cuñados yo también voy a ustedes. Por último y no menos importante a mi familia extendida y amistades por entenderme y apoyarme siempre durante este proceso, a todos gracias por confiar en mí. ¡Infinitas gracias!

AGRADECIMIENTOS

Agradecer es un acto de generosidad para con todos los que hacen posible el sueño ajeno. Quedo eternamente agradecido de todas las personas que, de alguna manera u otra, han colaborado en mi formación profesional. El logro de esta meta en mi carrera profesional tiene un significado personal muy importante y fue gracias al apoyo y a la ayuda de muchas personas a lo largo de mi vida. Quiero agradecer a todos los profesores que tuve el placer de ser su alumno durante este tiempo. Gracias al Dr. Mariano Santini, Dr. Ponce, Dr. Samalot y en especial a la Dra. Marta Amaral por ser mi mentora y guía en este trabajo de investigación. Quiero agradecer también a la Sra. Carmen Rebeca Navarro por siempre estar dispuesta y sacar de su tiempo para atenderme y orientarme cuando lo necesitaba. En fin, gracias a Dios y a todos los que colaboraron con su granito de arena para completar este largo camino. ¡Muchas gracias!

SUMARIO

El propósito de este estudio analítico es identificar y aportar conocimientos sobre los beneficios que representa la participación en programas recreativos estructurados ofrecidos en distintos escenarios y como impactan el desarrollo social de los ciudadanos. Este trabajo está guiado por algunas preguntas de investigación sobre cuáles son los beneficios que se obtienen al participar de dichos programas recreativos y como estos aportan efectivamente en las distintas necesidades que presentan los seres humanos. La muestra utilizada para la investigación se compone de información obtenida de libros, publicaciones, disertaciones, investigaciones entre otras fuentes. Los datos que presentan todas estas fuentes son utilizados para el análisis y para contestar las preguntas de investigación. Se escogieron diez investigaciones específicas en el tema de la recreación, el buen uso del tiempo de ocio y sus beneficios. Al concluir el análisis de estos estudios se encontró evidencia suficiente para confirmar que las personas que participan activamente de programas recreativos especializados en las preferencias y necesidades particulares de cada grupo de personas presentan una mejor calidad de vida y los beneficios que se obtienen se pueden observar en el aspecto social, físico, mental y emocional de un participante. El investigador recomendó futuras investigaciones específicas en nuestro país para conocer con mejor detalle nuestras necesidades sociales y así poder impactar progresivamente en el desarrollo social de toda la población desde los niños hasta los adultos.

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTOS	ii
SUMARIO.....	iii
TABLA DE CONTENIDO	iv-vi
Capítulo I.....	1
Introducción	1
Planteamiento del Problema.....	2
Propósito del Estudio	2
Justificación	3
Preguntas de Investigación	3
Definición de Términos	3
Limitaciones	4
Delimitaciones.....	5

Capítulo II	6
Marco Conceptual.....	6
Recreación	6
El Ocio.....	7
Desarrollo Social	9
Cómo la Recreación Impacta Positivamente el Desarrollo Social.....	10
Resumen	11
Capítulo III.....	12
Metodología	12
Introducción	12
Diseño.....	12
Participantes.....	13
Variables y Cómo se Midieron	13
Intervenciones	16

Análisis Estadístico	17
Capítulo IV.....	18
Resultados.....	18
Resumen	23
Capítulo V	24
Conclusiones y Recomendaciones	24
Conclusión	24
Recomendaciones	25
Referencias	26

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La recreación es definida como la realización de actividades agradables, en las cuales se participa durante el tiempo libre y que fomentan el uso positivo del mismo. La participación en estas actividades promueve y contribuyen con el desarrollo integral de las personas, lo cual se alcanza por medio de experiencias significativas de educación informal, que producen disfrute o gozo y cuya selección y participación es de forma voluntaria (Cass, 2014). La recreación debe formar parte de las herramientas o planes de trabajo en todas las áreas o lugares donde se promueva el desarrollo social, tales como: hogares, escuelas, universidades, trabajos, comunidades entre otros. El investigador Brown (2016) ha encontrado que la variación de oportunidades en recreación, en las facilidades comunales inmediatas de la población generalmente promueve una vida activa que incluye la participación en otras actividades sociales. Las actividades recreativas benefician al participante tanto como a la comunidad en donde reside, estudia o trabaja. El ser humano necesita interactuar en la comunidad para convivir en un ambiente positivo y progresivo. La conducta social es un comportamiento dirigido hacia la sociedad entre miembros de una misma especie, influenciado por el entorno que rodea el sujeto, donde puede influir positivamente la asociación lúdica (Calero, 2016).

El interés en dicho tema se debe a diferentes razones: desde vivencias personales, preocupación por la sociedad en general, hasta ideas sobre la implementación de proyectos relacionados en instituciones rehabilitadoras de nuestro país. Los ciudadanos tienen el derecho y deber de formar parte de una sociedad completamente responsable en cualquiera sea su

entorno, clase social, sexo, religión, color, raza o condición especial que pueda presentar cada individuo.

Planteamiento del Problema

Actualmente la sociedad presenta una carencia de programas recreativos dirigidos al desarrollo integral de los participantes que estén enfocados en recrear los ciudadanos e impactar positivamente el ambiente comunitario. La enseñanza se enfoca en el deporte olvidando que en muchos residenciales y comunidades la cancha de baloncesto es el punto de droga; que para jugar béisbol se necesitan 18 niños y que muy pocas comunidades tienen asociaciones recreativas que organizan actividades para esta población (Ponce, 2006). En los hogares comienza el máximo ejemplo donde los padres inculquen en sus hijos la necesidad de compartir y recrearse al aire libre sanamente, dejando a un lado los dispositivos para uso de internet ilimitado, juegos de videos, juegos del azar y otros vicios que no permiten el desarrollo social sistemático y positivo de una comunidad. Pérez (2002) nos revela que practicar un estilo de vida sedentario desencadena en problemas físicos, mentales y sociales. Por lo que se deben practicar estilos de vida saludables que promuevan la actividad física y recreativa.

Propósito

El propósito de este trabajo es identificar los beneficios que representa la participación en programas recreativos específicos y como beneficia socialmente a los ciudadanos. De esta manera poder utilizarlos como referencia en la implementación de proyectos relacionados en instituciones que rehabiliten participantes de cualquier edad en Puerto Rico.

Justificación

El investigador (Brown, 2016) informó que se obtienen efectos positivos en los jóvenes que pasan tiempo recreándose y ejercitándose en facilidades o instalaciones al aire libre, reduciendo la posibilidad de padecer condiciones mentales, físicas y de salud. El rendimiento conductual es superior en comparación a quienes no lo experimentan. En diferentes análisis y estudios se ha demostrado que la participación física en actividades recreativas influencia positivamente en la prevención de enfermedades y padecimientos generales del cuerpo humano (Calero 2016). Fomentar la recreación y el uso constructivo del tiempo libre en estos tiempos es esencial para el desarrollo social adecuado y progresivo de los seres humanos en las comunidades inmediatas de cada nación o país.

Preguntas de Investigación

Este trabajo se guiará a base de varias preguntas que se mencionan a continuación.

1. ¿Cuáles son los beneficios sociales que se obtienen al participar en programas recreativos?
2. Cómo se puede impactar efectivamente las necesidades de los ciudadanos por medio de las actividades recreativas?

Definición de Términos

Para entender mejor esta investigación se recomienda conocer una serie de términos que se definen a continuación:

1. Recreación - Según (James, 2009) la recreación es una experiencia integradora para el individuo por que capta, fortalece y proyecta su propio ritmo es un instrumento para mejorar la mente, desarrollar el carácter, adquirir habilidades, mejorar la salud o aptitud física, aumentar la productividad o moral de los trabajadores, contribuye también al desarrollo personal y de la comunidad.

2. Desarrollo Social – El proceso de la evolución y el mejoramiento en las condiciones de vida de los individuos de una sociedad y en las relaciones que estos mantienen entre sí, abarca aspectos como la salud, la educación, la seguridad ciudadana y el empleo (King, 2012).

3. Actividades Recreativas – Son todas las actividades realizadas por las personas en su tiempo libre escogidas libremente que le proporcionen placer y desarrollo de la personalidad (Mateo, 2014, p.1)

4. Comunidad – El grupo humano enmarcado en un espacio geográfico determinado que comparte, en lo fundamental, comunión de actitudes, sentimientos, tradiciones y unos patrones lingüísticos comunes correspondientes a una lengua histórica o idioma: con las características propias que le permiten identificarse como tal (Causse, 2009).

Limitaciones

Este estudio se limita a auscultar artículos de investigación, tesis y disertaciones doctorales realizadas a distintos grupos sociales, niños, jóvenes y adultos en Puerto Rico, Latinoamérica, Estados Unidos y Canadá. La fecha de los artículos fluctúa desde el año 2005 hasta el presente. La búsqueda de información enfatizó en programas recreativos en las comunidades fuera del horario escolar y laboral de los participantes.

Delimitaciones

Este estudio puede delimitarse por la posible ausencia de información sobre datos concretos relacionados a la recreación, falta de estudios de investigación, tesis y disertaciones doctorales enfocados en los ciudadanos de Puerto Rico.

CAPÍTULO II

REVISION DE LITERATURA

El propósito de este proyecto de investigación es identificar y describir los beneficios de la recreación en el desarrollo social de los ciudadanos. En este capítulo expondremos el marco conceptual para la investigación y profundizaremos sobre el impacto de la recreación en el desarrollo social de los ciudadanos.

Recreación

La recreación es el desarrollo placentero y espontáneo del individuo en su tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización (Cutrera, 1985). La mayoría de los investigadores coinciden en definir la recreación como el comportamiento humano que se desarrolla específicamente durante el tiempo libre por elección voluntaria del ciudadano, la cual ocasiona gratificación, impulsa la creatividad e impacta positivamente el bienestar social (Aguilar, 2005). El ser humano feliz es quien une a las satisfacciones diarias de su rendimiento en el trabajo, sus gustos individuales, compartido o colectivo que le permite disfrutar con integridad de su presencia en la comunidad donde pertenece. La recreación para los ciudadanos implica un proceso de participación permanente, las actividades no se pueden catalogar recreativas si la persona no se desenvuelve totalmente en este proceso. La participación debe ser pasiva, moderada, activa o dinámica. El sujeto de la recreación es el ciudadano o participante cuando de manera libre y voluntaria escoge cualquier actividad recreativa las cuales producen agrado, placer y no tienen significado laboral o lucro económico (Aguilar et al. 2005). Participar en actividades recreativas promueve en el

ciudadano valores personales, sociales y tiene como efecto el desarrollo y la promoción integral individual y colectivo (Bolaño Mercado, 2006).

Para catalogar como recreación, cualquier actividad debe poseer varias características: debe ser realizada durante el tiempo libre, debe ser escogida libremente, sin fines de lucro o beneficio, agradable al participante, no cause daño a la comunidad, no cause daño al ciudadano y que tenga algún contenido en uno o varios de los siguientes componentes: científico, artístico, político, artesanal, social, ambiental, terapéutico, técnico, educativo, turístico, cultural o deportivo (Jensen y Guthrie, 2006). Cuando la recreación se ofrece como parte de programas comunitarios organizados, de agencias voluntarias o privadas, debe ser socialmente constructiva y moralmente aceptable en términos de los estándares y valores prevalecientes de la comunidad Mc Lean et al. (2015). Dentro de los distintos tipos de actividades recreativas se encuentran las dinámicas o las físicas, que colaboran en forma directa en el crecimiento y desarrollo social del individuo. Ejemplos de estas actividades se encuentran los deportes, juegos y actividades físicas, pasatiempos, música, artes y manualidades, danza, drama y la recreación al aire libre, mental y social.

El Ocio

El sociólogo francés Joffre Dumazedier uno de los primeros especialistas en el campo de las ciencias humanas, definió el concepto del ocio como el conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente, ya sea para descansar, para divertirse, para desarrollar su información formal o informal, sea voluntaria su participación social o su libre capacidad creadora cuando se ha liberado de sus ocupaciones profesionales, familiares o

sociales. A esta definición se le añaden tres funciones principales: descanso, diversión y desarrollo de la personalidad (Ortí, 2004).

Sánchez (2014) nos reveló que el ocio es una inversión en nosotros mismos, en nuestra sensibilidad, en nuestro afán y conocimiento, en nuestra capacidad de disfrutar con lo que nos conmueve, nos cautiva o favorece nuestra realización. En este sentido, no se debe relacionar el concepto del ocio con no hacer nada o perder el tiempo, queda evidenciado en la literatura que es justamente todo lo contrario y que tiene alcances más relevantes en la vida de las personas. A lo largo de la evolución del concepto se ha hecho referencia a diferentes componentes del ocio. Nos podemos encontrar con tres formas de entenderlo, encontramos conceptos que lo relacionan con el tiempo libre, la actividad que se realiza y la vivencia. Entendemos el ocio como una percepción personal, un modo de ser y estar, factor influenciado por diversos factores como la edad, el contexto socioeducativo, cultural, económico y familiar (McLean y Hurd, 2015). La práctica de este concepto dirige al ciudadano hacia una actitud de búsqueda de valores, relaciones sociales y distintos tipos de vivencias en un espacio formativo básico para el desarrollo personal. Además, promueve beneficios propios tales como: autonomía, libertad de elección y realización, creatividad, satisfacción, disfrute y motivación intrínseca en el desarrollo humano.

El ocio promueve varias opciones que le permiten a los ciudadanos y a los grupos comunitarios seleccionar actividades y prácticas que se adaptan a sus propias necesidades las cuales impacten de manera positiva al desarrollo humano. El ocio incluye una cierta predisposición conveniente para desarrollar algún tipo ocupación relacionada con hábitos y actitudes gratificantes que se pueden realizar durante el tiempo libre ya que para que una actividad se considere relacionada al ocio debe tener presente tres características básicas:

autonomía de la persona, un fin en si misma y una vivencia satisfactoria Aguilar, et al. (2005). El filósofo Sócrates hace más de 3,000 años afirmaba que “El ocio es el más grande de todos los regalos” formando parte esencial en la creatividad que pueda mostrar cualquier ciudadano mientras hace buen uso del tiempo libre. Además, se caracteriza por que permite establecer tiempo para recrearse, disfrutar de la naturaleza junto a las personas, realización de actividades que nos enriquecen como seres humanos y crean cierta satisfacción en los objetivos de cada ciudadano aportando efectivamente en el desarrollo social (Jensen, et al. 2006).

Desarrollo Social

El concepto de desarrollo social se define como la transformación y el progreso de las condiciones de vida de los ciudadanos que conviven en una misma sociedad, las relaciones que estos seres humanos mantienen entre sí y con otras personas o instituciones que conforman el tejido social de una nación (Rodrigo, 1994). Se fundamenta como tal en el progreso del capital humano y social de un país, el cual incluye aspectos como la educación, salud, seguridad, recreación y empleos sostenibles. Solo se puede alcanzar un nivel de desarrollo social sistemático y adecuado solo si se puntualiza en la reducción en los niveles de pobreza, desigualdad, exclusión, aislamiento y vulnerabilidad de los sectores más necesitados “desarrollo social” (2017). Se necesita vivir en sana convivencia siguiendo los principios y valores más importantes que puntualicen la comunicación, el buen tacto, amor al prójimo, la empatía y el respeto por las diferentes maneras de pensar que pueda tener cada ciudadano en cada lugar que se encuentre. Debemos observar el desarrollo social adecuado cuando se logra convivir dentro de un marco de tranquilidad, libertad, justicia, democracia, igualdad de derechos, tolerancia y

seguridad. Aspectos que podemos encontrar en la realización de actividades recreativas dentro de las comunidades inmediatas impactando progresivamente el desarrollo social de un país.

Como la Recreación Impacta Positivamente el Desarrollo Social

Informó Barnett, (2008) que uno de los beneficios más importantes que se obtiene al participar de cualquier programa recreativo es el aumento en destrezas sociales como la autoestima y en el trato personal hacia los demás ciudadanos. El alejamiento del uso de las drogas y alcohol es otro de los beneficios en el desarrollo social que se puede observar al participar de los diferentes programas recreativos que existen en la comunidad. Las actividades recreativas impactan positivamente las necesidades sociales, psicológicas y algunas de tipo biológico en el ser humano que, al ser proporcionados por dependencias y organismos gubernamentales o entidades privadas, comerciales o de voluntariado se convierten en servicios esenciales para la sociedad, por ejemplo: el turismo. Estas características resaltan los componentes de la oferta recreativa de un país o de una comunidad que responden a las demandas de actividades, espacios y programas recreativos de una sociedad (Aguilar, et al. 2005). Al llevarse a cabo actividades recreativas programadas dirigidas por conocedores y expertos en el manejo del ocio y el tiempo libre se impacta la sociedad de las siguientes maneras: se enriquece la calidad de vida de los ciudadanos, contribuyen al desarrollo personal, hacen de la comunidad un lugar más atractivo para visitar y para vivir, provee oportunidades positivas para la crianza de los jóvenes, mejora las relaciones entre diferentes géneros y grupos sociales, se fortalece los lazos en la comunidad, se revelan o se dan a conocer las distintas necesidades de las comunidades especiales, la estabilidad comunitaria y la salud pública se mantiene en altos niveles, se enriquece la vida cultural y se promueve el buen estado de salud, la sana convivencia y la tranquilidad emocional de todos los ciudadanos (McLean, et al. 2015).

La participación social que promueve la recreación como estrategia del trabajo social, parte de los niveles inferiores desde problemas de conductas y de autodestrucción, procurando en sus objetivos aproximar a los individuos hacia niveles superiores de participación, distracción, emoción, activación y creación (Bolaño, 2005). Varios escritores coinciden en que la recreación promueve en el ciudadano valores personales, sociales y tiene como efecto el desarrollo y la educación integral de las personas contribuyendo al mejoramiento total de la calidad de vida en las comunidades (Mc Lean et al. 2015)

Resumen

La recreación permite al ser humano involucrarse en actividades grupales de libre selección donde el mismo se desarrolle progresivamente en distintas áreas sociales y personales. La realización de dichas actividades se lleva a cabo durante el tiempo de ocio que posee o crea cada individuo buscando satisfacción, enriquecimiento y placer. Los beneficios positivos que brinda el participar de actividades recreativas estructuradas durante el tiempo libre impactan positivamente el desarrollo social individual y grupal de cualquier comunidad, promoviendo la participación de todos los miembros.

CAPÍTULO III

METODOLOGIA

Introducción

En este capítulo se presenta el diseño del estudio. El propósito de esta investigación es describir y analizar los beneficios de la recreación en el desarrollo social de los ciudadanos. A continuación, se describe los participantes, las variables de interés, su medición y las intervenciones realizadas por los diferentes investigadores escogidos.

Diseño

El diseño de esta investigación se refiere a una documental descriptiva, proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis crítico e interpretación de datos secundarios, es decir, los datos registrados y obtenidos por otros investigadores en fuentes documentales, impresas, audiovisuales y/o electrónicas.

La búsqueda de investigaciones publicadas arrojó 25 estudios investigativos los cuales fueron extraídos de revistas profesionales, documentos oficiales y/o recursos en línea. El investigador seleccionó 10 estudios publicados para ser analizados y contestar las preguntas de investigación. Esta investigación documental se realizó con la búsqueda de información en la base de datos de la Universidad Metropolitana de Puerto Rico en las siguientes bases: Academic Search Complete, EFDeportes, Redreacion, ERIC, ProQuest, EBSCO HOST y la biblioteca de

la Universidad Metropolitana, Recinto de Cupey. Los descriptores que se utilizaron para la búsqueda fueron las siguientes palabras en inglés y español: “Recreación”, “Ocio”, “Tiempo Libre”, “Beneficios de la Recreación”, “Actividad Recreativa”, “Actividad Física”, “Individuos” y “Desarrollo Social”. Los criterios de inclusión para seleccionar los artículos fueron los siguientes: que fueran programas recreativos para cualquier edad, que fueran realizadas desde el año 2000 hasta el presente, además que el tema principal fuera sobre los beneficios en el desarrollo social a base de la recreación. Los criterios de exclusión fueron: publicaciones antes del año 2000 o investigaciones informales. Finalmente, se incluyeron 10 investigaciones para el análisis.

Participantes

En las investigaciones incluidas para el análisis, contó con la participación de 9,443 personas. Las edades de los participantes fluctúan entre los 9 y 40 años de edad. En los estudios hubo una participación de 15% femenina (n=1,416), 15% masculina (n=1,416) y 70% (n=6,822) que no se especificó el género de los participantes.

Variables y Cómo se Midieron

La variable actitud se midió en 3 de las 10 investigaciones incluidas para el análisis (Merga y Moon 2016; Calero, Fernández, & Lenora 2016; Lower, Turner, & Patersen, 2013). Esta variable se midió de diferentes maneras expuestas a continuación: una encuesta (Merga, & Moon 2016), una observación (Calero et al. 2016) y la última un cuestionario (Lower, Turner, & Patersen, 2013). Merga utilizó una encuesta, WASABR, la cual contenía 41 premisas que podían

ser contestadas escrito en papel o digitalmente en una página web, la misma buscaba investigar como las influencias sociales pueden moldear las actitudes y el compromiso de los participantes hacia la lectura recreacional. Además, midió como los maestros, padres, compañeros y amigos pueden influenciar positivamente en las actividades y en la frecuencia de participación de estas. Calero et al. 2016, estudiaron el efecto de quince actividades recreativas alternas en la conducta social de los participantes de un lugar específico en Ecuador dejándose llevar por una bitácora de aspectos observables que eran evaluados y anotados si se observaban durante las actividades. Por ejemplo, si los participantes se comunicaban en forma correcta con tonos adecuados, si los participantes respetaban las personas adultas, evaluaban si pintaban o marcaban las paredes de los edificios o baños, si tiraban la basura en los lugares indicados y otras conductas relacionadas. Lower y sus colegas 2013, utilizaron un cuestionario de 44 premisas diseñadas a base de un escogido entre dos encuestas ya existentes (TEOSQ & QIRS) enfocadas en tres secciones primarias: datos demográficos, orientación recreo deportiva y en la observación directa completando un registro de conductas observadas según la participación activa de los participantes en diferentes programas recreativos desarrollados durante todo el año escolar.

La autoestima figuró dentro de las variables más destacadas ya que se midió en 3 de las 10 investigaciones escogidas para el análisis (Barnett & Weber 2008; Morgan & Wells 2014, Morgan; Sibthorp & Wells, 2014). Barnett & Webber (2008) midieron dicha variable desarrollando un doble cuestionario dirigido hacia los padres o encargados de 849 niños. El primero fue diseñado para obtener información sobre cuales actividades recreativas había participado su niño, donde en cada actividad había que especificar a qué edad comenzó y cuando culminó, cuanto tiempo duró la participación y que beneficios si alguno el encargado observó que el participante había experimentado como resultado de la participación en las actividades

recreativas. Morgan y Wells (2014) realizaron una investigación de revisión literaria enfocada en varios recursos referentes a la recreación, incluyendo libros, disertaciones doctorales e investigaciones profesionales buscando distintas respuestas emocionales hacia la participación activa en programas recreativos sugiriéndole a los profesionales encargados de desarrollar programas recreativos maneras efectivas de cómo trabajar el desarrollo social de los jóvenes a través de la recreación y la diversión. Morgan et al. (2014) midieron autoestima examinando la literatura enfocada en la autoestima, desarrollo juvenil y programas recreativos para recomendar sugerencias a los profesionales que trabajan con los programas recreativos en la población juvenil de algún lugar en específico donde se lleve la práctica.

La variable de conducta social se observó en 3 de las 10 investigaciones analizadas en este trabajo (Jirasek, Roberson y Jiraskova 2017, Miller 2011, Duerden y Mitt 2009). Los investigadores Jirasek et al. (2017) realizaron un cuestionario a 28 personas quienes practican la actividad recreativa de acampar en el bosque para conocer qué beneficios o influencias sociales positivas se obtienen al participar de un campamento recreativo en un lugar específico. Este cuestionario buscaba conocer profundamente los beneficios obtenidos luego de acampar en un bosque junto a otras familias con los mismos intereses. Miller (2011) realizó otro cuestionario para medir la misma variable que consistía de 20 premisas enfocadas en la importancia de la práctica de actividades recreativas y la correlación con el logro de metas y objetivos a corto y largo plazo a estudiantes de distintas universidades en la parte suroeste de los Estados Unidos. Duerden y Witt, 2010 midieron la variable de conducta social diseñando un programa basado en un modelo existente de desarrollo social (SDM) el cual les permitió entender el impacto de la socialización y la conducta social a través de la participación en actividades recreativas, evaluando 108 estudiantes de distintos países llevándolos a explorar destinos como Perú, Costa

Rica y Tanzania.

Intervenciones

Merga y Moon (2016) midieron actitud llevando a cabo 60 talleres de lectura recreacional luego de horas escolares durante todo el año escolar donde participaban estudiantes maestros, padres y personas de la comunidad. Mas allá de la cuantificación de medir la actitud, la implementación de los talleres buscó desarrollar una comprensión sobre los mecanismos más efectivos para que los padres y maestros influenciaran positivamente a los participantes en la práctica recreacional.

Por otro lado, Calero et al. (2016), analizó la misma variable implantando programas cortos de 15 diferentes actividades recreativas fuera del tiempo escolar donde los participantes mostraron un gran sentido de pertenencia haciendo uso adecuado de los materiales y equipos utilizados. Las actividades se desarrollaron por un periodo de 10 meses durante el año escolar en las cuales incluían juegos como “corre y busca la letra correspondiente” en el cual se practicaba el ejercicio junto a la concentración la atención y la memoria. Otro ejemplo de actividad realizada cabe mencionar “Se cae, no se cae” donde se aplicó el conocimiento del juego de ajedrez para ayudar a otros participantes a fomentar y establecer relaciones personales.

Duerden y Witt (2009) midieron la conducta social implementando el programa GEX el cual provee experiencias de inmersión internacional para estudiantes y maestros de distintas escuelas secundarias. Este programa se enfoca en cuatro disciplinas: ciencia, cultura, aprendizaje y servicio comunitario con el objetivo general de ayudar a convertir a los participantes del

programa en ciudadanos globalmente responsables mostrando conductas adecuadas sin importar el lugar donde se encuentren. El programa se llevó a cabo por 14 días luego de los horarios escolares en cada región.

Análisis Estadístico

El análisis de datos que se utilizará en este proyecto será respaldado por el método cualitativo. En el mismo se estará buscando analizar diferentes investigaciones realizadas por profesionales en el campo de la recreación para contestar las preguntas de investigación respaldando los beneficios de la recreación en el desarrollo social de los ciudadanos.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

En este capítulo se presentarán de manera organizada los resultados sobre las investigaciones escogidas para el análisis de literatura. La narrativa incluirá y explicará las variables medidas en las investigaciones y los resultados observados. Toda la información incluida a continuación fue recopilada de la revisión literaria expuesta anteriormente en el capítulo dos y tres.

Merga (2016), realizó una encuesta anual titulada WASABR en 20 escuelas de Estados Unidos, donde participaron 182 estudiantes entre 12 a 16 años de escuela intermedia y superior. El propósito de la investigación fue descubrir los niveles de atracción hacia la lectura recreacional donde las variables medidas fueron las actitudes y los niveles de atracción. En los resultados se pudo observar una actitud positiva hacia la lectura recreacional en comparación con años anteriores cuando se realizaba la misma encuesta. Uno de los criterios analizados fue la relación entre pares donde se pudo observar un aumento positivo en relaciones sociales saludables entre los jóvenes que participaron en la investigación.

Los investigadores Heywood y Murdock (2002) realizaron una encuesta a 275 personas mayores de 18 años usuarios frecuentes de áreas recreativas en Estados Unidos para descubrir la razón de mostrar una conducta social negativa como lo es tirar basura en parques recreativos de

la comunidad. Las variables medidas durante esta investigación fueron los valores y la conducta social. Los investigadores encontraron que existe una gran relación entre las condiciones que se encuentre el área recreativa y la conducta que toman los usuarios que la utilizan. En las áreas recreativas que presentaban buen manejo de desperdicios como lo son zafacones específicos, letreros de precaución y reciclaje, la conducta tomada por el usuario fue positiva siguiendo las normas y reglas establecidas sobre el uso y manejo de los desperdicios en las facilidades recreativas de sus comunidades.

Kenichi y Sean (2012) investigaron el impacto político de la interacción social humana mediante la recreación y otras interacciones recreacionales. Realizaron una encuesta donde participaron 200 personas mayores de 18 años en 7 países asiáticos. Encontraron que existe un impacto positivo en el crecimiento de la interacción social y la autoconfianza. La recreación y las participaciones en actividades informales promueven una mejor participación y desenvolvimiento político en cualquier rama que se practique.

Los investigadores Calero, Fernández y Lenora (2016) investigaron el efecto que tiene la recreación en la conducta social utilizando como muestra 25 niños de 9 a 14 años que presentaban problemas conductuales evaluando 12 indicadores de aspecto social en Ecuador. Las variables que se tomaron en consideración para este análisis fueron la conducta social y la actitud. Se observó luego de la investigación que hubo un impacto eficaz en los procesos sociales y prevención de conductas negativas demostrando que la recreación es un recurso esencial para mejorar los lazos sociales y el buen uso y manejo del tiempo libre.

Morgan, Sibthorp y Wells (2014) realizaron un proyecto de revisión de literatura en recreación y sus beneficios para examinar varios factores: la autorregulación de los jóvenes, el desarrollo juvenil y el impacto de los programas recreativos utilizando las variables de

autoestima y autoconfianza. Luego de analizar toda la literatura los investigadores concluyeron que existe una respuesta emocional efectiva y divertida en la participación de programas recreativos donde existe un aumento de autoestima y autoconfianza de los participantes. Se concluyó además que existen lazos emocionales afectivos entre pares y que las relaciones sociales satisfactorias promueven la autorregulación, autoestima y la autoconfianza.

El investigador Brown (2016) realizó una investigación para evaluar los beneficios de los programas recreativos y de ocio en la comunidad midiendo las variables de toma de decisiones y vínculos sociales. Se realizó una evaluación a base de observación en la participación de diferentes actividades recreativas en distintos lugares de Estados Unidos y Canadá. El artículo establece que los programas recreativos plasma efectos motivacionales eficaces en la planificación y ejecución en decisiones de la vida diaria. Fomentando la salud física, emocional y mental de los participantes. Aumentando la capacidad individual para el desarrollo social.

Barnett y Weber (2008) llevaron a cabo una investigación para establecer los beneficios que obtienen los niños menores de 14 años participantes de distintas actividades recreativas que se llevaron a cabo en una comunidad específica de Illinois, Estados Unidos. La herramienta que se utilizó para la investigación fue una encuesta realizada a 298 padres y madres de los niños que participaron de todas las actividades recreativas durante 12 meses. El cuestionario midió las variables de autoestima, destrezas sociales y aprovechamiento académico que presentaron sus chicos comparándolo con el año anterior en el cual no habían participado de las actividades. Luego de analizar la data obtenida se observaron incrementos en el desarrollo del carácter y la autoestima, mejoramiento general en el aprovechamiento y calificaciones en distintas materias escolares. El desarrollo progresivo en la interacción social se marcó reflejado significativamente.

Los investigadores Richardson, Loomis, y Weiler (2008) buscaron establecer en su investigación si la distancia recorrida para llegar a un lugar recreativo impacta los beneficios que promueve la visita a un parque recreativo en específico en Colorado, Estados Unidos. Se realizó una encuesta a 967 visitantes mayores de 18 años buscando analizar la perspectiva de los beneficios obtenidos versus la distancia recorrida que tuvieron que completar para llegar al área recreativa. El análisis reflejó que la distancia no influye en el disfrute y beneficios obtenidos luego de visitar el parque recreativo por primera vez. Todos los encuestados reflejaron un disfrute total de la experiencia ya que obtenían el enfoque deseado que estaban buscando en contacto con la naturaleza, sus familiares y con todas las personas que interactuaron durante su visita al parque recreativo.

Bocarro, Greenwood y Henderson (2008) analizaron un total de 1,913 artículos enfocados en la recreación y sus beneficios. Las investigaciones revisadas fueron desarrolladas entre el año 1995 hasta el 2005. Todos los estudios estuvieron enfocados en niños y niñas jóvenes de 10 a 18 años en distintos en lugares de Estados Unidos. Los temas específicos evaluados en la investigación literaria variaron entre la cultura del ocio, programas recreativos enfocados en el tiempo de ocio, tratamiento y manejo de emociones en la recreación, lugares recreativos de impacto significativo en mantener los jóvenes fuera del riesgo de delincuencia o problemas con la justicia, el desarrollo humano influenciado por la recreación y la conducta social de los participantes de distintos programas recreativos. El 98% de las investigaciones analizadas reflejaron apoyo, seguridad emocional, desarrollo sistemático de la conducta social en todos sus aspectos y relaciones interpersonales satisfactorias entre los participantes de todas las distintas actividades recreativas evaluadas.

Los investigadores Tuñon, Laiño y Castro (2014) estudiaron y analizaron la

implementación de las políticas públicas enfocadas en la recreación y sus beneficios en el desarrollo humano social. Realizaron entrevistas e interpretación de dibujos libres enfocados en la visión de su comunidad inmediata a 25 jóvenes de 12 a 18 años en Argentina. El artículo busca interpretar el enfoque recreacional de las políticas públicas que existen en el barrio específico La Matanza en Buenos Aires, Argentina. La organización comunitaria y la implementación sistemática de las políticas públicas enfocadas en la recreación reflejaron que los programas recreativos en las comunidades es una herramienta vital que promueve el desarrollo humano, social y cultural de los ciudadanos formando lazos positivos de afecto y unión comunitaria entre los participantes de los programas recreativos.

Kovacs y Larson (2007) llevaron a cabo la implementación de un cuestionario a 1,000 personas mayores de 18 años en Estados Unidos para establecer las influencias sociales que generan los espacios públicos recreativos en distintas comunidades de diferentes ingresos y clases sociales incluyendo proyectos de vivienda del gobierno federal. Las variables estudiadas estuvieron enfocadas en el interés hacia las facilidades recreativas y el nivel de participación que ejercían en las mismas. Al comparar la data obtenido se pudo concluir en el estudio según los investigadores que existe un crecimiento ascendente en el interés por el uso de los espacios recreativos cerca de sus hogares. El criterio de más relevancia fueron las relaciones interpersonales positivas que se obtienen al participar en conjunto familiar o de amistad de cualquier actividad recreativo en un entorno comunitario.

Los investigadores Lower, Turner y Patersen (2013) examinaron los deportes recreaciones, sus beneficios sociales, intelectuales y físicos por medio de un cuestionario realizado a 6,467 estudiantes universitarios mayores de 18 años en Estados Unidos. Las variables analizadas durante esta investigación fueron las actitudes y los beneficios sociales e intelectuales

que se perciben al participar de cualquier actividad recreativa fuera del tiempo escolar. Los resultados de esta investigación arrojaron evidencia de intensificación en la retención escolar comparado con años anteriores cuando no estaban implantados los programas recreativos existentes. El trabajo en equipo aumentó entre los estudiantes significativamente en comparación con data obtenida en años anteriores.

Resumen

Al finalizar el análisis las investigaciones anteriores son notable los resultados positivos que obtienen los ciudadanos por medio de la participación en programas recreativos estructurados que se ofrecen en las escuelas, trabajos y comunidades. Los beneficios se pueden observar en distintos escenarios de las diferentes etapas en la vida de un ser humano, impactando la autoconfianza, la autoestima, la tolerancia, las relaciones interpersonales, el trabajo en equipo, el desarrollo humano, el sentido de valor y respeto por la naturaleza y la unión familiar.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El propósito de esta investigación documental fue identificar los beneficios que refleja la participación en programas recreativos específicos estructurados y como impacta el desarrollo social y humano de todos los ciudadanos. Buscando específicamente la efectividad y la importancia de las actividades recreativas para las necesidades comunitarias de todas las edades. Este tipo de análisis y documentos que fueron investigados son de suma importancia por los conocimientos y aportaciones positivas que pueden revelar. En el caso de los programas recreativos queda demostrado la importancia de auscultar las necesidades específicas de los participantes que serán impactados, examinar sus preferencias y recomendaciones para entonces crear y diseñar un programa estructurado acorde a sus necesidades. El enfoque de todos los programas y servicios deben estar alineado con estrategias que promuevan la actividad lúdica y física durante el tiempo libre en todas las comunidades, contribuyendo en el desarrollo humano y en la salud física y mental del participante, aumentando los aspectos sociales que se necesitan para lograr lazos sociales adecuados fomentando el trabajo en equipo la unión comunitaria y la unión familiar.

Conclusión

Luego de analizar los datos en las 10 investigaciones escogidas, estas fueron las conclusiones:

- 1- Los programas recreativos que toman en consideración las necesidades específicas y preferencias de cada participante muestran una mayor inclinación a que los ciudadanos se interesen por participar y motiven así mismo a otras personas, amigos o familiares. Demostrando la importancia de la existencia de estas actividades para la ocupación y buen uso del tiempo libre en toda la población.
- 2- La importancia de conocer cual proceso de intervención se debe llevar a cabo para realizar una investigación efectiva y que cumpla con todos los objetivos establecidos.
- 3- La validez de ofrecer distintas opciones de actividades efectivas para la utilización productiva del tiempo de ocio buscando desarrollar ciudadanos productivos y saludables logrando una mejor calidad de vida en todas las comunidades.

Recomendaciones

En nuestro país se debería contemplar este tema con mayor importancia y urgencia. Primeramente, se debe trabajar con la educación sobre la importancia del buen uso y manejo del tiempo libre, enfatizando las distintas maneras efectivas que existen para el uso productivo mismo en las distintas áreas sociales que se presente el ser humano incluyendo el trabajo, la comunidad y la familia. Todos los expertos y profesionales incluyendo maestros, psicólogos, padres, dirigentes, etc. se deben unir para trabajar en conjunto impactando todas las comunidades enfocados en el estudio, implantación y seguimiento de todas las actividades, físicas, recreativas y deportivas que se realicen. Impactando la conciencia, la salud física y el uso adecuado del tiempo de ocio en los ciudadanos con el fin de mejorar la calidad de vida y el desarrollo social en nuestro país. En equipo se pueden realizar investigaciones, estudios y análisis con el propósito de crear y establecer un plan de ejecución acorde con los intereses y necesidades de la población a

impactar. El enfoque debe ser en todos los ciudadanos desde los niños hasta los adultos mayores ya que todos forman parte medular en el desarrollo humano y social de un país.

REFERENCIAS

- Antonio, S. (2014). "UN PARQUE PARA CADA PUEBLO": JULIO ENRIQUE MONAGAS AND THE POLITICS OF SPORT AND RECREATION IN PUERTO RICO DURING THE 1940s. *Caribbean Studies*, (2), 3.
- Aguilar, L., y Incarbone, O. (2005). *Recreación y Animación* (1). Colombia: Kinesis
- Barnett, L. A., & Weber, J. J. (2008). Perceived Benefits to Children from Participating in Different Types of Recreational Activities. *Journal Of Park & Recreation Administration*, 26(3), 1-20.
- Bocarro, J., Greenwood, P. B., & Henderson, K. A. (2008). An Integrative Review of Youth Development Research in Selected United States Recreation Journals. *Journal Of Park & Recreation Administration*, 26(2), 4-27.
- Bolaño, T. E. (2005). *Que Hacer del Ocio* (Vol. 1). Colombia: Kinesis.
- Brown, P. (2016). The Benefits of Leisure and Recreation. *Journal Of Park & Recreation Administration*, 34(4), 103-105.
- Cause Cathart, M. (2009). El Concepto de Comunidad Desde el Punto De Vista Socio-Histórico-Cultural y Lingüístico. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo>
- “Desarrollo Social” (s. f.). En: *Significados.com*. Disponible en:
<https://www.significados.com/flor-de-loto/> Consultado: 13 de febrero de 2019, 12:01 am.
- Duerden, M., & Witt, P. (2010). The Impact of Socialization on Youth Program Outcomes: A Social Development Model Perspective. *LEISURE SCIENCES*, (4). 299.

- Fernández, E. (1999). *Fundamentos teóricos de la recreación*. Caracas
- Fisher, E. E., Sharp, R. L., & Bradley, M. J. (2017). Perceived Benefits of Service Learning: A Comparison of Collegiate Recreation Concentrations. *Journal Of Experiential Education*, 40(2), 187-201. doi:10.1177/1053825917700922
- Heywood, J. L., & Murdock, W. E. (2002). Social Norms in Outdoor Recreation: Searching for the Behavior-Condition Link. *Leisure Sciences*, 24(3/4), 283-295. doi:10.1080/01490400290050745
- Ianina, T., Fernando, L., & Hernán, C. (2014). Recreational game and social sport as law policy. Its relationship with childhood in socially and economically deprived communities. *Educación Física Y Ciencia*, Vol 16, Iss 1 (2014), (1),
- Ikeda, K., Kobayashi, T., & Richey, S. (2012). Recreation and Participation: Testing the Political Impact of Social Interaction*. *Social Science Quarterly* (Wiley-Blackwell), 93(2), 464-481. doi:10.1111/j.1540-6237.2012. 00849.x
- Jacob J., B., & David L., A. (2017). Policing the Void: Recreation, Social Inclusion and the Baltimore Police Athletic League. *Social Inclusion*, Vol 5, Iss, Pp 241-249 (2017), (2), 241. doi:10.17645/si. V5i2.904
- Jensen, C. R., & Guthrie, S. P. (2005). *Outdoor Recreation in America* (6th ed., Vol. 1). IL, USA: Human Kinetics.
- Jirásek, I., Roberson, D. N., & Jirásková, M. (2017). The Impact of Families Camping Together: Opportunities for Personal and Social Development. *Leisure Sciences*, (1), 79.
- Kent F., K., & Douglas M., L. (2007). The Influence of Recreation and Amenity Benefits of Open Space on Residential Development Patterns. *Land Economics*, (4), 475
- King, G., Curran, C. J., & McPherson, A. (2013). A four-part ecological model of community-focused therapeutic recreation and life skills services for children and youth with disabilities. *CHILD CARE HEALTH AND DEVELOPMENT*, (3). 325.
- Louise, B., Lucie, F., & Nathalie, S. (2011). The Benefits and Economic Value of Community Recreation: Proposal for an Analytical Framework Based on an Exploratory Study.

Canadian Journal Of Nonprofit And Social Economy Research, Vol 2, Iss 1, Pp 24-44 (2011), (1), 24.

Lower, L. M., Turner, B. A., & Petersen, J. C. (2013). A Comparative Analysis of Perceived Benefits of Participation Between Recreational Sport Programs. *Recreational Sports Journal*, 37(1), 66

Mateo, Sánchez, J.L. (2014). El Tiempo Libre, El Ocio, La Recreación y sus Perspectivas epistemológicas. *EFDeportes.com*, revista digital 193, 1-1

Mclean, D. D., & Hurd, A. R. (2015). *Recreation and Leisure* (Vol. 1). MA, USA: Jones & Bartlett Learning.

McChesney, J., Gerken, M., & McDonald, K. (2005). Reaching Out to Hispanics in Recreation Learning about cultural and social differences in the Hispanic culture can help include Them in your programs. *PARKS AND RECREATION- WEST VIRGINIA-*, (3). 74.

Merga, M. K., & Moon, B. (2016). The Impact of Social Influences on High School Students' Recreational Reading. *High School Journal*, 99(2), 122-140.

Miller, J. J. (2011). Impact of a University Recreation Center on Social Belonging and Student Retention. *Recreational Sports Journal*, 35(2), 117.

Morales, S. C., Lorenzo, A. F., & de la Rosa, F. C. (2016). Recreation activities to improve social behavior. Study in children and adolescents aged 9-14. *Revista Cubana De Medicina General Integral*, 32(3), 1-16.

Morales Córdova Jesús, (1990). *Manual de la recreación física*. Balderas 95, México, D.F. Limusa, S.A. de C.V.

Morgan, C., Sibthorp, J., & Wells, M. S. (2014). Fun, Activities, and Social Context: Leveraging Key Elements of Recreation Programs to Foster Self-Regulation in Youth. *Journal Of Park & Recreation Administration*, 32(3), 74-91.

Pérez, A. (1997). *Fundamentos teóricos y metodológicos de la recreación*. México: Ciudad histórica.

Pérez, Sánchez, A. (2002). *Tiempo, Tiempo Libre, Recreación y su relación con la Calidad de*

Vida y el Desarrollo Individual. www.redcreacion.org/documentos

- Ponce, O. (2006). Educación física pedagógica, tiempo libre y calidad de vida: En busca de la efectividad profesional. (1 ed., pp. 94-102). Vega Baja, Puerto Rico: Ponce & Sons Publications.
- Richardson, R. B., Loomis, J., & Weiler, S. (2006). Recreation as a Spatial Good: Distance Effects on Changes in Recreation Visitation and Benefits. *Review Of Regional Studies*, 36(3), 362-380.
- Rodríguez, A., Larsen, D., Látková, P., & Mertel, S. J. (2012). Development of Latino Youth: Implications for Park and Recreation Programs and Services. *Journal Of Park & Recreation Administration*, 30(1), 85-106.
- Ruiz, L. M., & Martinek, T. (2005). Promoting Positive Youth Development through a Values-based Sport Program. Desarrollo de una juventud positiva a través de un programa deportivo basado en valores. *Revista Internacional De Ciencias Del Deporte*, Vol 1, Iss 1, Pp 1-13 (2005), (1), 1.
- Sefton, J. M., & Mummery, W. K. (1995). Benefits of recreation research update. State College, PA : Venture, c1995.
- Tuñón, I., Laiño, F., & Castro, H. (2014). El juego recreativo y el deporte social como política de derecho. Su relación con la infancia en condiciones de vulnerabilidad social. / Recreational game and social sport as law policy. Its relationship with childhood in socially and economically deprived communities. *Educación Física Y Ciencia*, 16(1), 1-16.
- Vázquez Negrón, Eduardo J. (2011) Beneficios que obtienen las personas de edad avanzada al participar en actividades recreativas
- Vera Guardia, Carlos, (1998). Programa de especialización y maestría en recreación y deportes para todos. Maracaibo, Venezuela.