**Descripción de la asignatura Recreación Básica**

**La asignatura se ubica en el I Semestre del II Año, articulándose con las asignaturas: Ciencias Sociales, Psicología, Computación, Preparación para la Defensa, Metodología de la Investigación, Psicología y todas las asignaturas de la maya curricular del 1er año, sirviendo de base para el complemento de la maya curricular de la carrera.**

**El Tema # 1 tendrá la función de hacer un análisis teórico metodológico en relación con la importancia que tiene el enfoque de los problemas actuales de las Ciencias Sociales en el estudio del fenómeno recreativo.**

**Igualmente tendrá la función de abordar concretamente los aspectos relacionados con el tiempo libre y su estudio, analizándose bajo la óptica contemporánea los diferentes enfoques que existen. Además se trata el sistema recreativo, así como la necesaria planificación de la Recreación y las vías y métodos para lograrlo.**

**El Tema # 2 se adentra en los problemas de la Recreación Física, partiendo de su estudio teórico metodológico.**

**Hace un análisis de la necesidad de la Recreación Física en el mundo contemporáneo y da soluciones concretas al estudio y aplicación de los programas físico – recreativas en la comunidad refiriéndose en detalle a la organización y ejecución.**

**El tema # 3 se desarrolla sobre la importancia de conocer y aplicar algunos aspectos importantes en la vida diaria de los Adultos Mayores, con vistas a ocupar el tiempo libre de los mismos de una forma creativa y conducente aportando al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor. Así como la utilización de métodos de trabajo que ayudan a mantener o mejorar la salud del Adulto Mayor. Desarrollando habilidades fundamentales que permitan alargar la longevidad de estas personas.**

**Objetivos y contenidos por temas.**

**Tema # I: La Recreación un fenómeno sociocultural.**

**Objetivos:**

1. **Caracterizar a la Recreación y el Tiempo Libre para su estudio dentro de los problemas actuales de las Ciencias Sociales.**
2. **Determinar el presupuesto de Tiempo de un grupo social, aplicando la técnica investigación así como el programa computacional para su procesamiento.**
3. **Aplicar la metodología de planificación de la Recreación y dominar el sistema organizativo de esta.**

**Contenido del Tema:**

* **Valoración del concepto de Recreación.**
* **Interacción dialéctica de los elementos producción – reproducción y fenómeno recreativo.**
* **Relación base económica – superestructura y fenómeno recreativo.**
* **La Recreación un fenómeno sociocultural.**
* **Funciones. Características.**
* **Elementos constituyentes del fenómeno recreativo.**
* **Valor social y cultural del Tiempo Libre.**
* **Investigaciones del Tiempo Libre y la Recreación. Presupuesto de tiempo.**
* **Sistema de la Recreación.**
* **Organización de la Recreación en Cuba.**

**Tema # II: Las Actividades físico – recreativas.**

**Objetivos:**

1. **Caracterizar los problemas y aspectos que incluye la Recreación Física en su esfera de acción social.**
2. **Dominar metodológicamente la dirección y ejecución de los planes y programas de la Recreación Física.**

**Contenido del Tema:**

* **Las actividades físico – recreativas como una dirección de la Cultura Física.**
* **Influencia de la Recreación Física para la salud del hombre.**
* **Concepto. Objetivo. Principios.**
* **Formas de participación en la Recreación Física.**
* **Planificación de la Recreación.**
* **Principales características de los programas en relación a la edad.**
* **Manifestaciones de la Recreación Física.**
* **Técnicas de conducción recreacional.**
* **Juegos recreativos.**

**Tema III. TIEMPO LIBRE Y ANCIANIDAD.**

**Objetivos.**

**Destacar la importancia de conocer y aplicar algunos aspectos importantes en la vida diaria de los Adultos Mayores con vistas a ocupar el tiempo libre.**

**Aplicar métodos de trabajo que ayuden a mantener o mejorar la salud del Adulto Mayor.**

**Contenido del Tema:**

* **Característica. Historia de la tercera edad en Cuba.**
* **Orientaciones generales de la salud del adulto mayor.**
* **Ocupación del tiempo libre en la tercera edad.**
* **Juegos para el adulto mayor en su tiempo libre**

**Sistema de Evaluación de la asignatura.**

**La asignatura presenta examen final en su sistema de evaluación. Entendemos que esta situación se complementa con la aplicación de evaluaciones frecuentes, tales como: preguntas en clase, trabajos extraclses, participación en clases prácticas.**

**Las diferentes evaluaciones se han previsto de modo tal que se refieran a los diferentes temas de modo integral, dando cumplimiento a los objetivos generales de la asignatura.**

**Literatura Docente:**

**Texto Básico:**

1. **Recreación. Fundamentos teórico - metodológicos. Pérez A. La Habana. . Edición, 2010.**

**Texto Complementario:**

1. **La Recreación un fenómeno socio - cultural. M. R. INDER, La Habana, 1977.**
2. **Juegos menores, Dobler, E. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, 1986.**
3. **Sociología del tiempo libre y el consumo de la población. Zamora, R y García, M. Editorial Ciencias Sociales, La Habana, 1988.**
4. **Tiempo Libre y personalidad, Colectivo de autores. Ciencias Sociales. La Habana, 1982.**
5. **Guerrero Gutiérrez Santos y Cuevas O’ Gabán, Hermes. Recreación Turística. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, 1981, 137 Pág.**
6. **León Lamer, Gonzalo. Lo que usted debe saber de pesca. Editorial Oriente, 1986, 200 Pág.**
7. **León Lamer, Gonzalo y Martí Céspedes, Antonio. La Caza Submarina en Cuba. Editorial Pueblo y Educación, 1977, 96 Pág.**
8. **Fulleda Bandera Pedro (2004) Recreación física: El modelo cubano. Dirección Nacional de recreación, INDER. Cuba.**
9. **Colectivo de autores. Técnicas Participativas de Educadores Cubanos. Tomo I,II y III-- La Habana: Ed. C.I.E. "Graciela Bustillos", 1994, 1996 y 1998.**
10. **Coutier Dense, Yves Camus y Ajit, Sarkar. Tercera Edad actividad Física y Recreación. Madrid. Editorial Gymons (1990)**