

Tipo de artículo: Artículo original
Recibido: 26/02/2017
Aceptado: 10/05/2017

Voleibol de playa, opción recreativa para jóvenes de 16-18 años en comunidades rurales

Volleyball of beach, recreational option for young of 16-18 years in rural communities

Orestes Griego Cairo^{1*}, Edelsio Griego Cairo¹, Lazara Griego Cairo¹, Armando Iznaga Muñoz¹

¹ Universidad Central "Martha Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física.

* Autor para correspondencia: ogriego@uclv.cu

Resumen

La presente investigación muestra el resultado de un estudio desarrollado en la comunidad rural "Quintín Banderas" del municipio Corralillo en la provincia Villa Clara. Su objetivo fue utilizar el Voleibol de Playa como opción recreativa en jóvenes de 16 - 18 años residentes en este poblado. Se trazaron acciones de diagnóstico, elaboración de actividades deportivo-recreativas relacionadas con el Voleibol de Playa como opción recreativa de estos jóvenes y se valoró, si el resultado de la utilización de este deporte mejora su participación protagónica en las actividades deportivo-recreativas organizadas para el disfrute de la población. Se materializa la utilización del Voleibol de Playa de forma recreativa, en el marco de la Recreación Física, propiciando un mejor uso del tiempo libre de los jóvenes de las comunidades rurales, carentes, y ávidas de actividades con estas características.

Palabras clave: voleibol de playa, opción recreativa, participación protagónica, actividades deportivo-recreativas, jóvenes, comunidades rurales

Abstract

The present investigation shows the result of a study carried out in the rural community "Quintín Banderas" of Corralillo municipality term in Villa Clara. The main objective was to use the Volleyball of Beach as recreational option for young of 16 - 18 years, residing in this village. To do it, diagnosis actions, elaboration of sport-recreational activities related with the Beach Volleyball as youths' recreational option were traced and to value, if the result of the use of this sport improves the incorporation these young people to the sport-recreational organized activities for the population's enjoyment. The use of Beach Volleyball is materialized as recreational, within the

physical healthy recreation, propitiating a better use of the free time in the youths of the rural, lacking and avid communities, of activity with these characteristics.

Keywords: *beach volleyball, recreational option, sport-recreational, participation protagonist, young activities, rural communities*

Introducción

El Voleibol de Playa desde su inicio ha ganado en popularidad y practicantes, convirtiéndose en un suceso mundial, como espectáculo deportivo y como opción recreativa. La dinámica de su competición y su ambiente natural -de playa- le han proporcionado un vertiginoso auge en cuanto a espectáculo y colorido (Griego, 2016). Para muchos autores es una modalidad deportiva que proviene del Voleibol y aun cuando tienen similitudes, ambas presentan importantes diferencias en cuanto a estructura del juego, contexto y reglamentación. Sin embargo, en nuestro país no se explota al máximo las posibilidades que puede ofrecer esta modalidad deportiva para ser utilizada en actividades de sano esparcimiento y recreación participativa (Griego, 2014).

La práctica de actividades recreativas logra entre otros beneficios, alcanzar y consolidar altos niveles de socialización entre las personas o grupos poblacionales. Según plantea Sosa Loy (1999) permiten una expresión concreta del desarrollo humano, lo cual significa principalmente desarrollar hábitos de vida saludables, elevar la autoestima, el sentido de pertenencia, la capacidad de razonamiento y toma de decisión entre otros valores y aportaciones individuales y sociales. Todo ello es posible gracias a la utilización y ocupación placentera del tiempo libre que significa además la elevación de la calidad de vida de las personas.

Según plantea Ynufio (2011) una vida saludable requiere de hábitos de vida saludable, por lo que promover la práctica deportiva con un fin recreativo permite mejorar no solo las condiciones físicas de los individuos que en ellas se involucran, también las relaciones humanas entre ellos, lo cual garantiza condiciones de vida con efectos positivos para la salud, ajustándose a las posibilidades de los sujetos participantes, donde se varían las reglas de juego y se asegura la participación activa y consiente de personas de diferentes grupos de edades, extendiéndose incluso al deporte para todo.

Afirma Loscher, (1991) que las actividades físico-recreativas deben mostrarse como una actividad lúdica divertida y aunque pueden plantearse de forma sistemática y rigurosa, normalmente son flexibles, libremente aceptada, donde el placer de jugar y el disfrute del propio proceso de juego son fundamentales en el desarrollo de la actividad. A este importante aspecto puede aportar en gran medida la utilización de actividades relativas al Voleibol de Playa. La manera en que se realiza la actividad deportivo-recreativa es mucho más importante que su resultado mismo, aun cuando exista competición, ya que este no es el fin de la Recreación.

Para Ynufio (2011) la demanda de actividad física recreativa se hace más imperiosa en la actualidad ante estas condiciones, bien como forma libre y voluntaria de participar activamente, ocupando el tiempo libre y transformándolo en tiempo de ocio personal o como forma de escapar de hábitos consumistas y sedentarios que por lo general imperan en nuestra sociedad. En este sentido también puede ser utilizada de manera muy efectiva, actividades relativas al Voleibol de Playa, ya que de una parte satisfacen la demanda de actividad física, pero de otra contribuyen a elevar la cultura deportiva de la población.

La Recreación Física según expresa Sosa Loy (1999), es el conjunto de actividades físicas definidas por los motivos físicos recreativos que constituyen un subsistema de la Recreación y forma parte de la cultura física de la población con énfasis hacia el descanso activo, la salud, la creación de hábitos motores, la diversión y el desarrollo individual creativo. Tal tipo de Recreación está caracterizada por cierto nivel de motricidad, lo cual genera un alto nivel de protagonismo físico de carácter recreativo. En su tesis doctoral, este mismo autor (citando a Bolaño Mercado), señala que "...la Recreación constituye un derecho fundamental del ser humano y según la Organización de Naciones Unidas (ONU) es la sexta necesidad básica del hombre después de la nutrición, la salud, la educación, la vivienda, el trabajo y la seguridad social".

Entre los valores que genera se destaca que, contribuye a la dicha humana y al bienestar físico y mental del individuo, tiene un valor preventivo al ayudar a las personas a obtener una vida sana y feliz. Contribuye a la estabilidad emocional al permitir el descanso, relajación y la participación en actividades recreativas y es un agente potente de la prevención del crimen y la delincuencia. Además, despierta y realiza las potencialidades del ser humano (Zamora y García, 1988).

El tiempo libre recomienda no solamente el descanso sedentario, sino el aumento de la actividad social y la elevación del nivel cultural de las personas, garantizando así un aseguramiento mayor del contenido de la vida de los ciudadanos. Los estudios acerca del empleo del tiempo libre ocupan un lugar significativo en las investigaciones realizadas, por autores como Sosa Loy (1999) el cual plantea que los modelos recreativos pasivos presentan una profunda crisis, generada principalmente por escasas actividades y de poca motricidad, en las cuales apenas se observa la presencia de los motivos físico-recreativos.

Este mismo autor considera, que es preciso transitar hacia modelos que estimulen la diversificación de las actividades deportivo-recreativas y dar pasos en el sentido de alcanzar el protagonismo de la población que se recrea. Se pretende alcanzar modelos físico-recreativos más activos y anchos, sobre todo en jóvenes de los poblados rurales donde las opciones recreativas, por lo general, son más escasas que en las grandes urbes, lo cual conduce a la dependencia de esta de conductas nocivas como el sedentarismo, el tabaquismo, el alcoholismo y otras. En este empeño, por sus potencialidades, puede influir con gran éxito, la inserción de actividades recreativas vinculadas al Voleibol de Playa, deporte que sin dudas es para muchos, la modalidad deportiva que más rápido ha logrado su entrada al programa olímpico. Esto no es obra de la casualidad, está dado por su belleza, colorido, amplias posibilidades de recreo y medio en que se desenvuelve. No podemos olvidar que la playa es la opción recreativa número uno de la población cubana.

En el sector poblacional juvenil de la comunidad "Quintín Banderas" perteneciente al municipio Corralillo en la provincia Villa Clara, como población rural que es, no escapa de las necesidades sociales y recreativas. Tampoco está exenta de vicios perjudiciales a la salud ya mencionados con anterioridad, presente entre sus pobladores en especial los jóvenes, sector de gran vulnerabilidad a este tipo de prácticas sociales. Por lo tanto, crear las ofertas recreativas vinculadas a la práctica deportiva y tomando en consideración las tradiciones deportivas del territorio son fundamentales para ocupar el tiempo libre de este sector poblacional en actividades que propician el desarrollo físico y cultural.

El deporte en la sociedad actual reúne las condiciones ideales para ocupar un lugar privilegiado a la hora de ofrecerse como alternativa de ocio para todos los sectores de la población y en especial los

jóvenes. Algo que nos reafirma, identifica y define de alguna manera el camino que debe afrontar, la práctica deportiva en estos momentos en que se desenvuelve como filosofía de vida, para posibilitar el acceso a todos los propósitos deportivos y de carácter recreativo. La práctica deportiva se ha propagado a nivel mundial y no solo con el fin del alto rendimiento, sino con fines estéticos y recreativos. Tiene una gran aceptación por parte de los jóvenes, pues propicia a través de sus múltiples exigencias, las condiciones favorables para la formación y el desarrollo de habilidades, así como el perfeccionamiento de capacidades físicas (Griego, 2014). Esto actualmente es una necesidad y condición indispensable para el desarrollo multifacético de la personalidad de los jóvenes que viven en comunidades rurales.

En este sentido Sosa Loy (1999) considera que es conveniente citar a Cor Vestland cuando expresa: *la ausencia de un sistema comprensivo de valores en el acto recreativo y la necesidad de que se entienda a la Recreación como valor unificador, sobre todo para condicionar a las instituciones sociales para que asuman la posición de que: "...el enfoque de desarrollo de los pueblos, centrado sobre la calidad de la vida es más conveniente que el enfoque centrado en el nivel de vida (...) ser más, tiene más sentido humano que tener más (...) crear es más valioso que consumir"*.

La interrelación entre la Recreación Física y el deporte le da un alto significado a la utilización del tiempo libre, de ahí la importancia manifiesta en la combinación de ambas (Ynufio, 2011). No solo por las características propias del lugar, sino también por la tradición e identificación de los pobladores del lugar con la práctica del Voleibol y Voleibol de Playa. La presente investigación coloca al Voleibol de Playa en el ámbito recreativo, ya que el dinamismo de las actividades basadas en las acciones de juego, se presenta como una excelente alternativa recreativa para satisfacer los intereses, gustos y necesidades de los miembros de la comunidad.

Dentro de la estrategia de trabajo del Departamento de Recreación del municipio Corralillo se ha desarrollado una labor encaminada a lograr nuevas alternativas de ocupación del tiempo libre de los jóvenes en comunidades rurales. Se ha prestado especial atención a los gustos y preferencias por las actividades deportivas y recreativas que generan mayor aceptación en la población, a partir de las tradiciones, facilitando una mejor aceptación de las opciones recreativas. De ahí que el Voleibol de Playa se presenta como una atractiva opción de Recreación, alternativa para los jóvenes de 16 - 18

años de edad en la comunidad antes mencionada, en función de ocupar su tiempo libre realizando actividades físico-recreativas.

Materiales y métodos

El análisis de todo lo antes expuesto y al valorar la tradición del poblado, se perciben las potencialidades del Voleibol de Playa para ser utilizado como opción recreativa de la comunidad rural "Quintín Banderas". Esta se caracteriza por tener una población juvenil que gusta del deporte, de este mismo poblado han salido buenos jugadores de Voleibol y Voleibol de Playa que han representado a la provincia en competencias provinciales y nacionales. Esto constituye una fortaleza importante en su acervo cultural físico-recreativo.

La comunidad presenta una densidad poblacional de jóvenes de 16 - 18 años de unos 150 individuos. Sin embargo en las estadísticas de participación de los profesores de recreación del Combinado Deportivo se evidencia que el promedio de participación de los jóvenes en las actividades deportivo-recreativas que se organizan oscila entre 19 y 25 individuos por actividad, lo que representa una participación de entre el 12 y 16 por ciento de la población comprendida en estas edades. Brindarles opciones que contengan actividades deportivo-recreativas asociadas al Voleibol de Playa, pudiera garantizar mayor vínculo a la práctica y un papel más protagónico en la comunidad.

Ante esta problemática se hizo necesario asumir la búsqueda de una solución a las dificultades planteadas, que permitiera lograr mayor incorporación de jóvenes de edades entre 16 - 18 años a este tipo de actividades. Para ello nos trazamos como objetivo: utilizar el Voleibol de Playa como opción recreativa para jóvenes de 16 - 18 años en comunidades rurales, específicamente la del poblado "Quintín Banderas". Se conciben a tal efecto las siguientes acciones:

- Determinar el nivel de aceptación de actividades deportivo-recreativas relacionadas con el Voleibol de Playa por parte de los jóvenes de la comunidad
- Diseñar actividades deportivo-recreativas relacionadas con el Voleibol de Playa para ser utilizadas como opción recreativa de los jóvenes entre 16 - 18 años de este poblado
- Valorar si el resultado de la aplicación de las actividades deportivo-recreativas relacionadas con el Voleibol de Playa como opción recreativa para los jóvenes entre 16 - 18 años mejora la incorporación estos a las actividades recreativas concebidas en dicho Consejo Popular

En el proceso de investigación se realizó un estudio exploratorio para conocer las dificultades en la realización de actividades deportivo-recreativas y crear otras motivaciones deportivas que fueran del gusto y preferencia de los jóvenes, que les resultara atractiva y mediante ellas lograr incorporar más jóvenes a la práctica de este tipo de actividades. Se toma como muestra a 70 jóvenes comprendidos en la edad motivo de estudio, lo que representa el 46.6% de esta población. Estos jóvenes cursan estudios en el centro mixto "Delfín Sen Cedré" del Consejo Popular y fueron sometidos a una entrevista la cual fue realizada por los investigadores de conjunto con dos profesores de Recreación del Combinado Deportivo "Nueva Paz", para tener un diagnóstico acerca de las características de las actividades recreativas que se desarrollan y el nivel de aceptación que pudieran tener actividades recreativas de Voleibol de Playa. Las preguntas realizadas fueron las siguientes:

- 1- Te motiva participar en las actividades recreativas que se organizan en la comunidad.
Sí___ No___ ¿Por qué?
- 2- ¿Qué características consideras deben tener estas actividades recreativas para que más personas se motiven por participar en ellas?
- 3- El Voleibol de Playa es un deporte que gusta en este poblado ¿Te gustaría conocer más sobre él y las posibilidades de jugarlo? Sí___ No___ ¿Por qué?
- 4- Te gustaría que se realizaran actividades recreativas relacionadas con el juego de Voleibol de Playa para los jóvenes en la comunidad. Sí___ No___ ¿Por qué?
- 5- Te gustaría participar en actividades recreativas relacionadas con el juego de Voleibol de Playa en la comunidad. Sí___ No___ ¿Por qué?
- 6- Dónde te gustaría que se desarrollaran estas actividades recreativas relacionadas con el juego de Voleibol de Playa. ¿Por qué?
- 7- Cómo te gustaría que se organizaran estas actividades recreativas relacionadas con el juego de Voleibol de Playa.

Posteriormente se desarrolla un análisis de la bibliografía especializada sobre el Voleibol de Playa en su connotación teórica metodológica valorando los resultados de las investigaciones realizadas por diversos autores tales como Gea García y Molina (2013), Giatsis, López Martínez y Gea García (2015), Jiménez Olmedo (2015 y 2014), López Martínez (2012), Luis Rodríguez, Jiménez Jiménez y Hernández Sánchez (2012), López Martínez y Palao (2009 y 2010). Además de otros autores como

Palao y Valades (2014) y Manzanares, Ortega y Palao (2015). Todas estas investigaciones se dirigen al Voleibol de Playa como deporte de Alto Rendimiento. Es motivo de revisión también los trabajos de Griego (2014 y 2016), este autor dirige sus estudios al Voleibol de Playa escolar, no encontrándose otras investigaciones que estuvieran dirigidas al ámbito de la recreación con la excepción de la tesis de maestría de Ynufio (2011), la cual constituye un antecedente de nuestra investigación.

En el proceder investigativo también se realiza una revisión de los documentos de los promotores de Recreación del Combinado Deportivo que recogen las estadísticas de participación de los pobladores. En esta comunidad se desarrollan un total de ocho actividades deportivo-recreativas mensuales, una correspondiente a cada sábado y domingo del mes. Se selecciona además un grupo de 8 especialistas para evaluar la calidad de las actividades físico-recreativas de Voleibol de Playa a utilizar con los jóvenes. Estos tenían las siguientes características:

- Ser graduados de la carrera de Cultura Física
- Tener al menos 5 años de experiencia como profesores de Recreación Física o en actividades masivas de la comunidad
- Tener conocimiento del Voleibol de Playa
- Ostentar el grado de máster en Actividad Física Comunitaria

Resultados

Como resultado de la entrevista aplicada a los jóvenes motivo de estudio se obtienen las siguientes valoraciones.

Tabla 1: Respuestas a las preguntas 1 y 2 de la encuesta realizada a la muestra de jóvenes de 16 – 18 años.

Preguntas	Respuestas de				Principales respuestas ofrecidas al ¿Por qué?
	Sí	%	No	%	
1ra pregunta	9	12.8	61	87.2	Son muy monótonas
					La mayoría son actividades pasivas
					Generalmente son las mismas
					Pocas posibilidades de participación femenina
2da pregunta	Principales respuestas				
	Que sean del gusto de los jóvenes				
	Que haya participación femenina, ya que así son más divertidas				
	Que sean asequibles a todos				
	Que sean más duraderas en tiempo				

Las respuestas ofrecidas en las dos primeras preguntas permitieron determinar a modo de diagnóstico, que las opciones recreativas, con vínculo a la práctica deportiva en el poblado de "Quintín Banderas", constituido alrededor del Complejo Agroindustrial del mismo nombre, no motivan la participación de los jóvenes y se caracterizan por ser repetitivas, fundamentalmente pasivas y monótonas. Consideran además que estas deben ser del gusto de los jóvenes y buscarles más motivación a la participación femenina.

El resto de las preguntas como se muestra en la tabla # 2 permitieron estar al tanto del conocimiento que poseen los jóvenes sobre el Voleibol de Playa y establecer sus gustos y preferencias. Estos aspectos luego fueron tomados en consideración para elaborar actividades deportivo-recreativas relacionadas con este deporte.

Tabla 2: Respuestas a las preguntas de la 3 a la 7 de la encuesta realizada a la muestra de jóvenes de 16 – 18 años.

Preguntas	Respuestas				Por qué de las respuestas negativas
	Si	%	No	%	
3ra pregunta	70	100			
4ta pregunta	65	92.8	5	7.2	No me gusta, hay mucho sol, no hay arena
5ta pregunta	59	84.2	11	15.8	No se jugar, cansa mucho
6ta pregunta	Principales respuestas				
	A orillas del río porque es más divertido				
	En áreas del denominado Boulevard parque asisten más personas				
7ma pregunta	Jugadores de un solo sexo y también mixto				
	Durante los fines de semana				
	Jugando en parejas y también con más de dos jugadores				

En trabajo de mesa desarrollado por los investigadores, finalmente se llegan a diseñar cinco actividades deportivo-recreativas que se muestran a continuación, las cuales tienen su fundamento y eje central en el juego de Voleibol de Playa.

Actividad # 1

Nombre: “El rey de la cancha”

Objetivo: demostrar las habilidades individuales de cada individuo para adaptarse en juego a otros compañeros en la incorporación masiva de los jóvenes de la comunidad a las actividades deportivo-recreativa.

Organización: en parejas.

Materiales: net o sogá, silbato y balón.

Desarrollo: consiste en un campeonato de larga duración donde se juega los fines de semana en cada jornada con un compañero distinto al de su dupla, donde se acumula puntos por el lugar alcanzado y al cambiar de pareja se divide la puntuación a la mitad, la cual se suma a la que trae el nuevo compañero para jugar la jornada siguiente. Gana el jugador que más puntos acumule durante el torneo.

Reglas: se juega un solo set a 21 puntos con la reglamentación del deporte. La escala de puntuación la establece el organizador y se utilizará el sistema eliminación sencilla o todos contra todos en dependencia a la cantidad de jugadores.

Actividad # 2

Nombre: "Líder rematador"

Objetivo: competir ejecutando remates que piquen lo más cerca posible de la net.

Organización: individual.

Materiales: net o sogá, silbato balón y cinta métrica.

Desarrollo: un jugador realizará remates sobre un balón lanzado o en voleo pase, tratando de que pique lo más cerca posible de la net.

Reglas: ganará el jugador que más se acerque a la net con sus remates. Cada jugador tendrá 3 oportunidades de ejecutar el remate.

Actividad # 3

Nombre: "Elimina y ocupa su lugar"

Objetivo: jugar para lograr permanencia jugando en la cancha de privilegio y evitar ser sacado de la misma.

Organización: duplas o Tríos.

Materiales: net o sogá, silbato, balón y marcadores para delimitar el terreno.

Desarrollo: en duplas o tríos (masculino, femenino o mixto) representando al equipo. Se inicia la actividad sorteando a los equipos para determinar cuál comienza en la cancha de privilegio y cual en la cancha de oposición, los cuales se ubicarán en sus respectivas conchas. El resto de los equipos estarán fuera detrás de la línea final de la cancha de oposición y establecen el orden de intervención en la actividad. Uno de los jugadores del equipo que está afuera, comenzará realizando un saque a los jugadores de la cancha de privilegio tratando de ganar la acción marcando el punto directo.

Si el jugador que saca consigue su objetivo, él con su compañero de equipo entran en la cancha de oposición y los que estaban en ella pasan a la de privilegio desplazando y dejando fuera a sus

ocupantes. Estos entran al orden de los equipos que están fuera para volver a intentar ganar la cancha de privilegio. De no conseguir el punto directo el sacador, quedan jugando los dos equipos que están en sus respectivas canchas, si ganara el equipo de la cancha de privilegio salen los que están en la cancha de oposición y entran en ella el equipo del jugador que sacó, teniendo los desplazados, que entrar al orden de los equipos que están fuera de esta y esperar la oportunidad de volver a conseguir cancha.

Si ganara el equipo de la cancha de oposición pasan a la cancha de privilegio, quedan fuera los anteriores ocupantes y el equipo del sacador entra a la cancha de oposición y continua el juego con otro sacador de los equipos que están fuera. De esta forma se le da continuidad al ciclo de juego.

Reglas: Ganará el equipo que imponga el record de permanencia en la cancha de privilegio.

Actividad # 4

Nombre: "Elimina y ocupa su lugar (4 vs 4 mixto)"

Objetivo: ídem al anterior.

Organización: en cuartetos mixto de dos varones y dos hembras.

Materiales: net o soga, silbato, balón y marcadores para delimitar el terreno.

Desarrollo: ídem al anterior.

Reglas: ídem al anterior.

Actividad # 5

Nombre: "Torneos abiertos de larga duración de Voleibol de Playa (2 vs 2)"

Objetivo: desarrollar un torneo de Voleibol de Playa.

Organización: se jugará en duplas. (Masculino, femenino o mixto).

Materiales: net o soga, silbato, balón y marcadores para delimitar el terreno.

Desarrollo:

Estos torneos pueden tener cualquiera de las siguientes variantes u otras.

a) Variante 1: En saludo a una fecha histórica.

b) Variante 2: Por una Copa. (Alegórica a un hecho histórico o personalidad del territorio)

c) Variante 3: Festival de verano.

Reglas: Las reglas oficiales del juego o adaptadas según las características de los participantes.

Luego de diseñadas las actividades anteriormente señaladas fueron valoradas de manera informal e independiente con los 8 especialistas, todo ello con el objetivo de conocer su valoración personal sobre las mismas y así determinar sus criterios sobre el nivel de aplicabilidad, la necesidad de su utilización, la originalidad que estas poseen y las sugerencias que pudieran ofrecer. El 100% coinciden en señalar que:

La propuesta planteada posee aplicabilidad por la importancia de utilizar el Voleibol de Playa transformado en actividades deportivas de masificación en la comunidad. Consideran que es una necesidad su aplicación, pues constituye una importante vía para ocupar el tiempo libre de los jóvenes de comunidades rurales en actividades deportivas de Voleibol de Playa, además que es fruto de las preferencias de los jóvenes. La consideran original, porque sirve de modelo para futuras investigaciones en la elevación del interés de los jóvenes por la práctica deportiva como vía para utilizar de manera más eficaz el tiempo libre. Dejan como sugerencias las siguientes:

- 1- Valorar la posibilidad de que la investigación pueda ampliar el rango de edad.
- 2- Implicar en la investigación estructuras de dirección de gobierno en el territorio por la importancia social de la temática.

Posteriormente se procede a la aplicación de las actividades propuestas por un período de 4 meses, para valorar los resultados que se obtienen a partir de su utilización. Se procuró no realizarlas en los meses de vacaciones (julio - agosto) ya que estos son meses, que por lo general, suelen tener más participación los jóvenes en las actividades que se organizan en la comunidad. La intención fue evaluar la influencia de la aplicación de las actividades deportivo-recreativas del Voleibol de Playa en el incremento de la participación de jóvenes de 16 - 18 años de la Comunidad rural "Quintín Banderas" del municipio de Corralillo.

Se comenzó la aplicación de las actividades anteriormente señaladas desde el mes de febrero hasta mayo de 2016, desarrollándose cada fin de semana con la misma frecuencia que de costumbre y por los mismos profesores. Antes de la aplicación de estas actividades, según las estadísticas de los

profesores de Recreación del Combinado Deportivo, el promedio de participación de jóvenes de 16 – 18 años en las actividades recreativas organizadas en la comunidad por los promotores de Recreación, al valorarse la participación obtenida durante los meses de febrero a mayo del año 2015, resulto ser de 21 individuos por actividad y 152 participaciones al mes.

Se toma como referente las estadísticas de estos meses durante el año 2015 para su posterior comparación con iguales meses del año 2016 después de aplicadas las actividades deportivo-recreativas de Voleibol de Playa diseñadas para lograr una influencia positiva en el incremento de la participación de los jóvenes.

Tabla 3: Resultados estadísticos del promedio de participación de jóvenes de 16 – 18 años en actividades deportivo-recreativas en la comunidad en el año 2015.

Año 2015			
Meses	Actividades desarrolladas al mes	Promedio de jóvenes que participan en cada actividad desarrollada	Promedio mensual de participación de los jóvenes
Febrero	8	19	152
Marzo	8	21	168
Abril	8	23	184
Mayo	8	20	160
Promedio de participación durante los 4 meses		21	166
Total de participaciones durante los 4 meses		83	664

Los resultados que se obtienen después de la aplicación de las actividades deportivo-recreativas durante los mismos meses del año 2016 se muestran en la siguiente tabla.

Tabla 4: Resultados estadísticos del promedio de participación de jóvenes de 16 – 18 años en actividades deportivo-recreativas en la comunidad en el año 2016.

Año 2016			
Mes	Actividades desarrolladas al mes	Promedio de jóvenes que participan en cada actividad desarrollada	Promedio mensual de participación de los jóvenes
Febrero	8	27	216
Marzo	8	38	304
Abril	8	45	360
Mayo	8	52	416
Promedio de participación durante los 4 meses		40	324
Total de participaciones durante los 4 meses		162	1296

Discusión

Este estudio que tiene como novedad la utilización del Voleibol de Playa en el contexto de una Recreación adecuada a jóvenes de 16 – 18 años en una comunidad rural, constituye un punto de partida para profesionales de la recreación física en aras de incrementar la participación los jóvenes a este tipo de actividad. En este caso de manera particular se puede apreciar, a partir de los resultados obtenidos, que con la utilización de actividades deportivo-recreativas relacionadas con el Voleibol de Playa se incrementa el promedio de participación de los jóvenes en cada actividad.

Durante un lapso de 4 meses, tiempo de duración de nuestra investigación, el promedio de jóvenes que participaron en las actividades desarrolladas aumentó, de 21 individuos a 40. Fueron comparados los datos estadísticos obtenidos en igual periodo durante los años 2015 y 2016.

Durante los meses de febrero a mayo del año 2015 en 8 actividades planificadas, se alcanzó un promedio en la participación de los jóvenes de 83 individuos. Tras la utilización de las actividades de Voleibol de Playa en igual período del año 2016, también en un total de 8 actividades, se eleva el promedio de participación a 162 individuos, lo que demuestra la influencia de este deporte en el incremento de participación, lográndose una diferencia positiva de 79 participaciones más.

En relación al promedio mensual de participación general de jóvenes, también se aprecia un incremento de 664 participaciones a 1296, al ser comparados los resultados de igual período en los

años 2015 y 2016. Se obtiene una diferencia de 632 participaciones más, lo cual evidencia la factibilidad de la utilización de este deporte como opción recreativa en la comunidad rural objeto de estudio.

Conclusiones

La utilización del Voleibol de Playa como opción recreativa para jóvenes de 16 - 18 años en la comunidad del poblado "Quintín Banderas", evidenció la existencia de un alto nivel de aceptación por parte de los jóvenes, de las actividades deportivo-recreativas relacionadas con este deporte, ya que más del 98% de ellos las prefiere.

Las actividades deportivo-recreativas, que fueron diseñadas para ser utilizadas como opción recreativa de los jóvenes entre 16 - 18 años de esta comunidad, tienen como características que toman en cuenta los gustos y preferencias de los jóvenes, y guardan relación con este deporte, además de permitirles ganar en conocimiento del mismo.

Se pudo comprobar, al valorar el resultado de la aplicación de las actividades deportivo-recreativas antes mencionadas, que se mejoró la incorporación de los jóvenes de 16 - 18 años a las actividades recreativas concebidas en la comunidad en casi un 50% más.

Los resultados obtenidos de la valoración realizada por los especialistas consultados acerca de la calidad de las actividades deportivo-recreativas relacionadas con el Voleibol de Playa como opción recreativa para los jóvenes entre 16 - 18 años hablan a favor de su calidad y creatividad. Así como de su pertinencia para ser utilizadas en los programas recreativos concebidos en esta Comunidad Rural.

Referencias

- Gea García, G. M. y Molina, J. J. (2013). Análisis del sistema defensivo en primera línea en vóley-playa femenino. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 33(9), 282-297. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2013.03306>
- Giatsis, G., Lopez Martínez, A.B. y Gea García, G.M. (2015). The efficacy of the attack and block in game phases on male FIVB and CEV beach volleyball. A review. *Journal of Human sport y Exercise*, 10(2), 537-549.

- Griego Cairo, O. (2016). *Metodología para la preparación técnico-táctica en el Voleibol de Playa escolar sustentada en la modelación de las fases típicas del juego*. (Tesis de Doctorado). UCLV. Villa Clara.
- Griego Cairo, O. (2014). *Pruebas específicas para el control del desarrollo técnico-táctico en el Voleibol de Playa en la etapa de iniciación deportiva*. (Tesis de Maestría). UCCFD. Villa Clara.
- Jiménez Olmedo, J. M. (2015). *Análisis de la táctica defensiva en jugadores de vóley playa masculinos durante el Campeonato de Europa Universitario EUSA GAMES 2013*. (Tesis de Doctorado). Universidad de Alicante. Alicante.
- Jiménez Olmedo, J. M., Penichet Tomás, A., Martínez Carbonell, J. A., Andreu Cabrera, E. y Pérez Turpin, J. A. (2014). Análisis del saque en jugadoras femeninas profesionales de vóley playa. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (25), 76-79.
- Loscher, A. (1991). *Juegos predeportivos en grupo*. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- López Martínez, A. B. (2012). *Indicadores técnicos-tácticos del rendimiento de voley-playa en categoría femenina*. (Tesis de Doctorado). Universidad Católica de San Antonio. Murcia.
- López Martínez, A. B. y Palao, J. M. (2009). Effect of serve execution on serve efficacy in men's and women's beach volleyball. *International Journal of Applied Sport Sciences*, 21(1), 1-16.
- López Martínez, A. B. y Palao, J. M. (2010). Incidencia de la forma de ejecución del remate sobre el rendimiento en voley playa. *Kronos*, IX (18), 61-70.
- Luis Rodríguez, J. G., Jiménez Jiménez, F. y Hernández Sánchez, J. (2012). Análisis estructural y funcional del vóley-playa: Orientaciones para la interpretación de la acción de juego. *Acción Motriz*, (9), 16-36.
- Manzanares, P., Ortega, E. y Palao, J. M. (2015). Specificity of technical and tactical training. A case study in volleyball. *European Journal of Human Movement*, 34, 139-155.
- Palao, J. M., Manzanares López, P. y Ortega, E. (2015). Design and validation of an observational instrument for technical and tactical actions in beach volleyball. *Motriz, Rio Claro*, 21(2), 137-147. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-65742015000200004>

- Palao, J. y Valades. D. (2014). Serve speed peaks in FIVB World Tour Beach Volleyball (2005-2012). *Acta Kinesiologica* 8(2), 7-10.
- Sosa Loy, D. (1999). *Hacia el necesario tránsito del consumismo al protagonismo como concepción de la recreación*. (Tesis de Doctorado). ISCF. Facultad Villa Clara.
- Ynufio, M. (2011). *El Voleibol de Playa una alternativa de actividades deportivas-recreativas para la incorporación de los jóvenes entre 16-23 años de edad en la comunidad 10 de Octubre municipio de Ranchuelo*. (Tesis de Maestría). UCCFD. Villa Clara.
- Zamora, R y García, M. (1988). *Sociología del Tiempo Libre y Consumo de la Población*. La Habana. Editorial Ciencias Sociales.