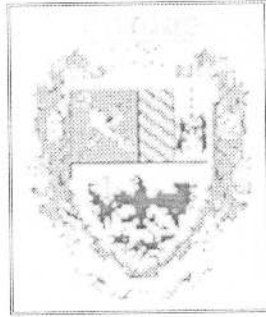


47 (siete) 173



Universidad del Salvador

Facultad de Medicina

Lic. en Actividades Físicas y Deportivas



Recreación Laboral

USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR
Lucila Balzarini

Lic. Nicolás Rasetti

Año 2008

Agradecimiento y Dedicatoria

Quería agradecer a nuestra directora de carrera Blanca Tobías por estar siempre que la necesitamos y alentarnos durante estos 4 años para que estudiemos y nos dediquemos a lo que más nos gusta, nuestra carrera, y nuestro futuro.

Agradecer a nuestra profesora de metodología de la investigación Blanca Rizzo por guiarme en la tesis. Estar cuando la necesite, explicarme paso por paso para realizar la tesis.

A mis compañeros por poder contar con ellos cuando necesitaba.



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Índice

Introducción (Área, tema, título, justificación Y antecedentes)	Pág. 6
Introducción (Preguntas de investigación y Objetivos)	Pág. 7
Introducción (Población y muestra, materiales Y métodos, Lugar y tiempo, Tipo de investigación)	Pág. 8
Mapa conceptual del marco teórico	Pág. 9
Recreación	
La recreación como actividad	Pág. 10
Tendencias actuales de la recreación	Pág. 12
Actividad recreativa	Pág. 16
Características de la recreación	Pág. 17
Beneficios de la recreación	Pág. 18
La recreación como programa	Pág. 20
La recreación como servicio	Pág. 21
La recreación como factor sinérgico	Pág. 24
Recreación laboral	
Introducción	Pág. 29
Objetivo	Pág. 31



UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Modalidad	Pág. 31
Vivencias: retos al aire libre	Pág. 32
Reto por opción	Pág. 36
Relación ganar-ganar	Pág. 37
Una atmosfera de propiedad	Pág. 37
Respeto por la intimidad	Pág. 37
Manejo del tiempo	Pág. 37
El esfuerzo en cadena	Pág. 38
Modelo de facilitación de recreación	
Laboral	Pág. 39
Planear	Pág. 40
Preparar	Pág. 42
Liderar	Pág. 43
Evaluar	Pág. 43
Principios básicos para elaborar un plan	
Recreativo en medios laborales	Pág. 45
Importancia de planificar	Pág. 46
Profesional de educación física	
Elementos para efectuar un buen programa de	
Recreación laboral (confianza, comunicación,	
Cooperación, diversión)	Pág. 47



Puede cualquier persona ser un buen profesor	
En las actividades de recreación laboral	Pág. 50
Perfil de un profesional de Educación	
Física	Pág. 53
Juegos	
Introducción	Pág. 54
Teorías del juego	Pág. 55
Concepto y características del juego	Pág. 56
El juego y su potencial educativo	Pág. 58
Juegos cooperativos	Pág. 59
Juegos tradicionales	Pág. 61
Juegos sensoriales	Pág. 62
La experiencia del juego	Pág. 64
Deportes	
Introducción	Pág. 65
Programa deportivo	Pág. 67
Integrantes de empresas	
Emoción	Pág. 68
Estrés: el exceso laboral, un peligro para	
La salud	Pág. 70
Liderazgo	



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Quién es líder	Pág. 73
Que hace el líder	Pág. 74
El líder y su grupo	Pág. 76
Efectos del liderazgo sobre la	
Productividad	Pág. 79
El grupo del líder frente a otros grupos	Pág. 81
El liderazgo carismático	Pág. 84
Aproximaciones empíricas al liderazgo	
Carismático	Pág. 86
Hipótesis	Pág. 90
Tabulación de la encuesta	Pág. 91
Resultados de la encuesta	Pág. 91
Análisis de la encuesta	Pág. 93
Conclusión	Pág. 94
Anexo (encuesta)	Pág. 95
Bibliografía	Pág. 98



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Introducción

Área de investigación: Recreación y deporte

Tema de investigación: Recreación en las empresas

Título: Recreación Laboral

Problema: ¿La recreación ejerce una influencia significativa para el desarrollo integral, la mejor calidad de vida y el bienestar individual y colectivo para fortalecer la actividad productiva?

Justificación: Me parece importante investigar sobre la recreación laboral porque creo que es necesaria para las personas de cada empresa, ya que existen varios beneficios para el individuo y el trabajo en equipo. Si una persona se siente bien con uno mismo puede aportar más cualidades para que una empresa pueda crecer. Mediante la recreación se pueden conocer las capacidades de cada persona ante la resolución de diferentes situaciones a la que es expuesta, ya sea frente a una situación de juego o actividades al aire libre o campamentos, etc. También la recreación puede ser un medio para evitar situaciones de stress en la persona.

Antecedentes: La recreación laboral ha sido investigada desde distintos puntos de vista y con diferentes objetivos, mayormente en América. Por ejemplo, la Fundación latinoamericana de Tiempo libre y Recreación de Colombia investigo acerca de la vivencia del ocio y la recreación de los docentes del CEFET/RN y su influencia en su práctica pedagógica. El estudio se limita a investigar el ocio y la recreación vivenciado en el tiempo libre de los docentes del CEFET/RN y la influencia en su actuación profesional. Los resultados obtenidos señalan

que el ocio y la recreación son una actividad no relacionada con el trabajo y vivenciadas a través de prácticas deportivas y en ambientes acuáticos, aunque no son muy frecuentes. Sin embargo, influyen directa e indirectamente en su práctica pedagógica y profesional, pues, los mismos fijan disponibilidades y capacidades dentro del aula con más calidad.

Preguntas de Investigación:

- ✓ ¿Qué es la recreación?
- ✓ ¿Qué es la recreación laboral?
- ✓ ¿De qué manera influye la recreación en las empresas?
- ✓ ¿En qué aspectos influye la recreación en los integrantes de la empresa?
- ✓ ¿Es beneficioso para la evolución de la empresa la recreación?
- ✓ ¿Qué tipo de planificación y que contenidos son los utilizados en la recreación laboral?
- ✓ ¿En qué área laboral es recomendable utilizar la recreación?
- ✓ ¿Cuáles son los roles que debe tener el profesor de educación física durante un periodo de recreación en las empresas? ¿Cuáles son las pautas de conducción?
- ✓ ¿Cuáles son las actividades recomendadas o correctas?
- ✓ ¿Se deben incluir juegos en la planificación? ¿Qué tipos de juegos?
- ✓ ¿Se deben incluir los deportes? ¿que deportes y por qué?
- ✓ ¿Cuáles son los objetivos de la recreación laboral?
- ✓ ¿Cuál debería ser el perfil del profesional que trabaja para la recreación en las empresas?

Objetivo:

1. Demostrar los beneficios de la práctica de la actividad recreativa como medio para el desarrollo integral, la mejor calidad de vida y el bienestar individual y colectivo, que fortalezcan la actividad productiva.

Población y muestra

- ✓ Empresa Extremo Sur Turismo & Recreación

Supruido

Materiales y métodos:

- ✓ Encuesta tanto para profesionales de la educación física como para los integrantes de la empresa

¿modulos?

Lugar y tiempo:

Lugar: Buenos Aires, Argentina

Tiempo: Años 2007-2008

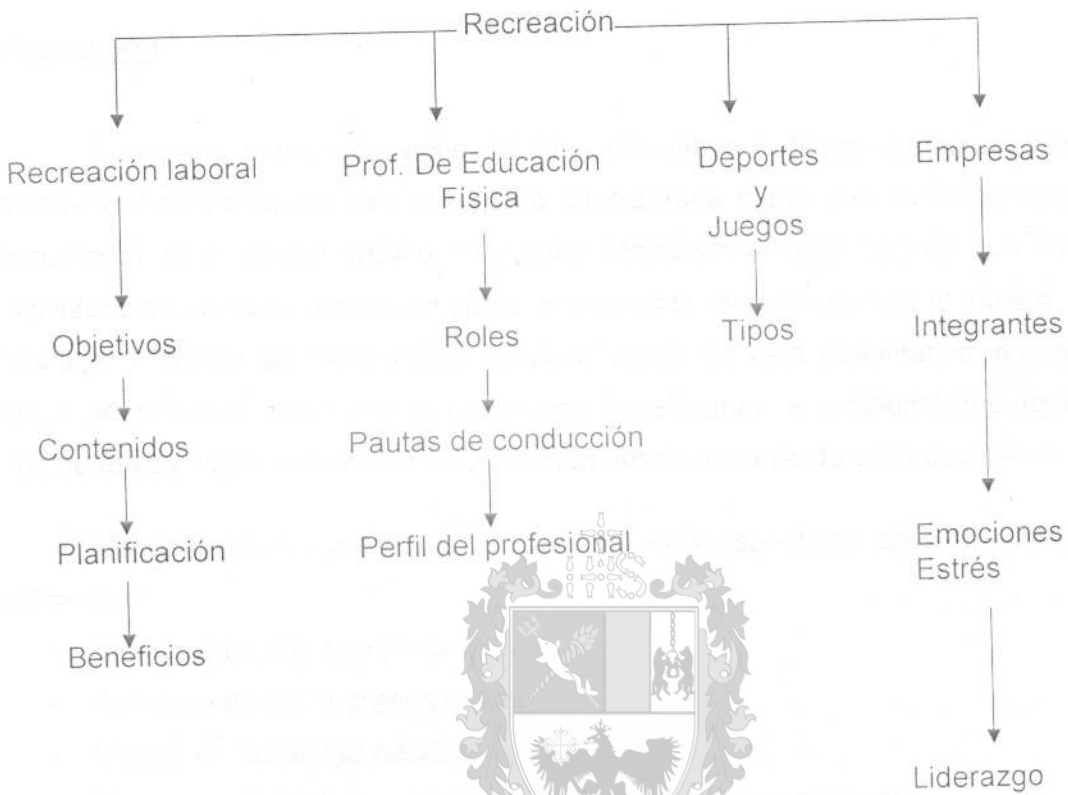
Tipo de investigación: Descriptiva y Experimental



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

no por encuesta

Mapa conceptual del marco teórico



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR