



**Instituto Superior**

**NUEVA PREPARACIÓN FÍSICA**

**A-1531 INSTITUTO INCORPORADO A LA ENSEÑANZA OFICIAL**

**Unidad 1 Clase 1**

**Prof. Gustavo Zunino**



## Historia de la Recreación

Bibliografía:

Marcel Villalobos M., Alvarado Machado A. Neder M. E. Urango, J. (2022)  
*Antecedentes de la recreación, ocio y tiempo libre.*

### INICIOS DE LA RECREACIÓN

El termino de recreación proviene del termino recreatio que significa restaurar y refrescar a la persona de ahí se considera que la recreación es buena para mantener la salud La Civilización Egipcia contribuyo mucho a la recreación, ya que ellos vivían muy cómodamente en las orillas del rio Nilo su vida era muy colorida y llena de alegría contribuyendo a la recreación con la creación de las danzas, deportes de lucha, gimnasia y pinturas entre otras.

La recreación en la historia y la pictografía. Los primitivos utilizaban los ríos, montañas y campos como medio de recreación. Casi no había tiempo libre ya que debía estar en la búsqueda constante de cómo subsistir. Empleaban las actividades cotidianas como forma de recreación como la caza, la pesca, el fuego, la reproducción y la pictografía.

**CIVILIZACIONES ANTIGUAS** Cuando el hombre se vuelve sedentario, el hombre incluye actividades como el juego que era visto más como una forma mágico religiosa. Antiguos mayas, aztecas, incas, samurái (Japón) En Egipto las riberas del Nilo se percibía una vida muy colorida por lo que se entiende que le daban importancia a la Recreación. Gimnasia, lucha, halterofilia, La caza, la arquería, la música, la pintura y la danza.

**GRECIA** Florece plenamente el ocio, se da el concepto de hombre integral, de igual forma sus actividades eran deportivas y culturales (Poesía, teatro), pero todo iba encaminado al honor a los dioses. Su forma de recreación la basaron en las competencias y batallas en las que se exaltaba la figura humana.

### ROMA

Fue importante la recreación ya que realizaban juegos, festivales en honor a los dioses, conmemoraban los triunfos militares en honor al Dios Júpiter. Construyeron lugares en donde recrearse como circos donde se ofrecían espectáculos además de las carreras y gladiadores.

### TIPOS DE RECREACION

- Recreación cultura • Recreación social • Recreación motriz



En el valle de Mesopotamia Debido a los avances tecnológicos las personas han tenido un declive en el aspecto de recrearse ya que las actividades han trascendido al largo del tiempo en actividades más de clase sedentaria por este motivo en os países sea da do inicio a organizaciones de carácter social para ayudar a la problemática. Asiria y babilonia contemplaban dentro de sus actividades recreativas el boxeo, la lucha, la escultura, los jardines zoológicos y botánicos

### **Edad Media Época del Renacimiento**

La recreación tomo un papel muy importante en esta época ya que la humanidad empezó a practicar actividades recreativas como: Los Deportes La Danza El Teatro La Escultura La Opera Estas actividades no solo para la recreación sino también para el crecimiento del hombre como persona.

El descubrimiento de américa, relaciona dos culturas diferentes Estas se entrelazaron en actividades como bailes, carreras de caballos y rondas. Los primitivos utilizaban los ríos, montañas y campos como medio de recreación. Casi no había tiempo libre ya que debía estar en la búsqueda constante de cómo subsistir. Empleaban las actividades cotidianas como forma de recreación como la caza, la pesca, el fuego, la reproducción y la pictografía.

### **EPOCA COLONIAL**

Se empiezan a hacer actividades recreativas como, las danzas, carreras de caballos, fiestas, rondas, y diferentes tipos de juegos, no solo para la recreación de la gente, sino que la gente utilizaba el tiempo libre en estas actividades aportándole muchas cosas a la recreación y nuevas actividades para realizarse. Se realizaban torneos y justas en las que se peleaba con arcos y flechas además existían bufones para la entretención de los reyes.

### **EDAD MEDIA siglo v hasta xv**

En esta época comienza a surgir el cristianismo el cual le da más importancia a contemplar a Dios en lugar de hacer otro tipo de cosas.

En la Edad Media, el ocio toma otro sentido transformándose en pecado por lo tanto a partir de esto, las personas debían dedicar su tiempo libre a contemplar a Dios

### **REVOLUCIÓN INDUSTRIAL siglo XVIII y principios del XIX**

En esta época se hereda el concepto de que el ocio es pecado por lo cual no se podía perder el tiempo en otras actividades que no fueran productivas



- La jornada de trabajo se incrementa
- El tiempo de trabajo diario aumenta para hombres, mujeres y niños hasta llegar al extremo.
- A partir de esto surgen:

### **MOVIMIENTOS OBREROS LUDITAS:**

Consideraban que su vida se volvió dependiente a las máquinas, por lo tanto, protestaron destruyéndolas.

### **SINDICATOS**

Debido a las protestas se crean los sindicatos, quienes utilizan la estrategia de detener sus actividades productivas para presionar a los empresarios y con esto exigir una reivindicación, en donde exigían:

- Reducción de la jornada laboral, de 15 horas a 8 horas.
- Vacaciones remuneradas, 15 días por año
- Fines de semana libres

### **POST MODERNIDAD Siglo XX**

- El ocio se masifica, los avances tecnológicos, científicos y sociales han hecho posible la racionalización del tiempo libre, el cual es un sector en permanente transformación e innovación.
- El tiempo de ocio se convierte en una necesidad más que se debe satisfacer. Por lo tanto, surge el tiempo libre para la recreación
- Actualmente existe una gran oferta de actividades para todo tipo de personas y edades, las cuales en su mayoría permiten el desarrollo humano.

### **EDAD MODERNA**

Se caracteriza por el renacimiento y aportación del pensamiento humano. Tomás Moro propone 4 horas de jornada y lo demás del tiempo dedicarlo a escritura, lectura, relato de historias y al paseo.

- El tiempo libre adquiere el carácter de excepcional. Ahora es el ocio el que tiene un sentido peyorativo: degrada y envilece.
- En consecuencia, el tiempo libre se ve restringido, pero no aniquilado.

### **EDAD CONTEMPORÁNEA**

Con la revolución industrial el hombre se convierte en objeto de la economía y hasta el tiempo libre deja de ser motivo de alegría.

- El tiempo libre y el aumento de salarios se convierten en banderas del movimiento obrero mundial.
- La enajenación progresiva del trabajo conduce a una presión continua de las organizaciones obreras en favor de mayor tiempo libre.