

URLX
05
T

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES

DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL
QUÉTZALTENANGO

“RECREACION DE LA MUJER INDIGENA EN EL AREA RURAL
DE SAN JUAN OSTUNCALCO”, MUNICIPIO DEL
DEPARTAMENTO DE QUÉTZALTENANGO



AURA YOLANDA GUTIERREZ LOARCA
DORA MILDETH TOLEDO FUNES

Como requisito previo a optar el Título de

TRABAJADORA SOCIAL RURAL URBANA

Quetzaltenango, Octubre de 1979

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD
RAFAEL LANDIVAR**

Rector:	Lic. José Lizarralde Arrillaga
Vice-Rector:	Lic. Mario Quiñónez Amézquita
Secretario General:	Dr. Isidro Iriarte
Director Financiero:	Ing. Alfredo Mury Luna

CONSEJO DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

Decano:	Dr. José Monsanto
Vice-Decano:	Licda. Blanca Delia López Pedrosa
Secretaria:	Licda. María Graciela Matheu Recinos
Director Departamento Filosofía y Letras:	Lic. Miguel Morillas
Pedagogía:	Lic. Vicente Arranz
Psicología:	Lic. Fidelio Swana
Representante de Catedráticos	Licda. Guillermina Herrera Ing. Alfonso Fernández Lavagnino

**CONSEJO DE LAS FACULTADES DE
QUETZALTENANGO**

DIRECTOR:	Lic. Juan Antonio Saéz Martínez
Vice-Director:	Lic. Francisco Alfredo Molina Pontac
Secretario:	Lic. Orlando Sacasa Sevilla
Tesorero:	Lic. Carlos Enrique Robles Flores
Vocales:	Lic. Alejandro Aguirrezabal
	Lic. Mario González Orellana
	Ing. Rudy Richter
	Lic. Julio Jacobo Aguilar
	Lic. Edi Rossbach Serrano
	Dr. Alfonso Loarca
Representante de Catedráticos:	T.S. Nery Morales Gavarrete
Representantes de Estudiantes:	Herson Aguirre Edgar Hasted

Guatemala, 19 de Junio de 1979.

Señor Lic.
ORLANDO SACASA S.
Secretario de las Facultades de Quetzaltenango.
Univ. R. Landívar,
Quetzaltenango.

Por medio de la presente y como asesora de la tesis intitulada "LA RECREACION DE LA MUJER INDIGENA EN EL MUNICIPIO DE SAN JUAN OSTUNCALCO", de las señoritas Mildeth Toledo y Yolanda Gutiérrez, me permito informarle que dicho tema ha sido investigado suficientemente, por lo que considero que llena los requisitos requerido para su aprobación.

Indiqué a las señoritas las últimas correcciones que me parecieron convenientes.

Sin más por el momento aprovecho la oportunidad para suscribirme atenta servidora.

T.S. Marina Aranda

FACULTADES DE QUEZALTENANGO
UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR
14 AV. 0-43. ZONA 3
APARTADO 87 - TEL. 2269
QUEZALTENANGO, GUATEMALA, C. A.

Oficio:300-79

SECRETARIA DE LAS FACULTADES DE QUEZALTENANGO DE LA UNIVERSIDAD
RAFAEL LANDIVAR: Quezaltenango, veintidos de septiembre de mil
novecientos setenta y nueve.

Con base en el dictamen rendido por la T.S. Marina Aranda, quien
fuera designada Asesora, se acepta el trabajo de tesis denomina-
do: "LA RECREACION DE LA MUJER INDIGENA EN EL MUNICIPIO DE SAN
JUAN OSTUNCALCO", que para su graduación profesional presentaron
las señoritas: DORA MILDETH TOLEDO FUNES Y AURA YOLANDA GUTIERREZ
LOARCA, autorizándose su impresión.


Lic. Orlando Sacasa S.
Secretario



OSS/amdef

ACTO QUE DEDICO

A DIOS

A mis Padres:

Julian Toledo
Zoila de Toledo

A mis Hermanos:

Zoila Milagro, Alma Nivea,
Julio, Mario R. y Huberto.

A mi Novio:

Ing. Marco Antonio Hernández G.

A Fam.:

Hernández García

A:

Profa. Ma. Teresa Loarca de Gutiérrez

A:

Sra. Alicia Díaz Imeri

A mi Asesora:

T.S. Marina Aranda de Zea

A mis Catedráticos:

Lic. Orlando Sacasa Sevilla
Lic. Julio Jacobo Aguilar

Al Periodista:

Sr. Frisly Escobar Gómez

A mis Amigos:

Yolanda Gutiérrez Loarca
T.S. Paula López Jiménez
Silvia Polanco
Gladis Ramírez de Franco
Edgar Antonio Funes Cardona
T.S. Rolando Colomo
Prof. Jorge Luis Gutiérrez L.
P.C. Eduardo Calderón

DEDICO ESTE ACTO

A DIOS

Al Sagrado Corazón de Jesús

A mis Padres:

Jorge Luis Gutiérrez
María Teresa Loarca de Gutiérrez

A mis Hermanos:

Ing. Carlos Enrique Gutiérrez L.
Prof. Jorge Luis Gutiérrez L.

A mi Abuelita:

Cristina Alvarez V. de Loarca

A mi Novio:

Br. Edgar Antonio Funes Cardona

A Fam.

Morales Loarca

A Fam.

Funes Cardona

A Fam.

Toledo Funes

A mi Asesora:

T.S. Marina Aranda de Zea

A:

Lic. Orlando Sacasa Sevilla
Lic. Alejandro Aguirrezabal

Al Periodista:

Sr. Frisly Escobar Gómez.

A mis Amigos:

Ing. Marco Antonio Hernández G.
Dora Mildeth Toledo Funes.
T.S. Rolando Colomo.
Gladis Ramírez de Franco.
T.S. Paula López Jiménez.
Edilma Aracely Velasquez.
Silvia Eugenia Polanco.
Aura Herrera de González.

DEDICATORIA

A la mujer Indígena del Area Rural del
Municipio de San Juan Ostuncalco.

A los Maestros de la Escuela de la Aldea Buena
Vista:

Fredy Barrios

Sonia López de Morales

Samuel Ordoñez Jiménez

Miriam Escobar

Al Tribunal Evaluador del presente Trabajo:

T.S. Nery Morales Gavarrete

T.S. Benjamín Son Turnil

T.S. Rolando Colomo

INDICE GENERAL

	Página
Introducción	1
CAPITULO I	
Definición	3
Historia de la Recreación	4
Estudios realizados acerca de la Recreación	5
Objeto de la Recreación	7
Importancia de la Recreación	7
Importancia de la Recreación en la Educación	8
Importancia de la Recreación en la Salud	8
CAPITULO II	
Principales diversiones de los Indígenas de Guatemala, antes de la llegada de los Españoles	11
Recreación y Comunidad	12
Características Generales del Municipio de San Juan Ostuncalco	14
Recreación actual de la Mujer Indígena en el Area Rural de San Juan Ostuncalco	21
CAPITULO III	
Programa Recreativo para la Mujer Indígena	33
Aplicación del Programa	39
Evaluación del Programa	55
Conclusiones	57
Recomendaciones	59
Consideraciones Generales	61
Bibliografía	63

1. INTRODUCCION

El presente trabajo que exponemos al Honorable Tribunal Examinador, previo a obtener el título Universitario de Trabajadora Social Rural-Urbano, de la Escuela de Trabajo Social de las Facultades de Quetzaltenango de la Universidad "Rafael Landívar", se nos aprobó como punto de Tesis la "RECREACION DE LA MUJER INDIGENA EN EL AREA RURAL DE SAN JUAN OSTUNCALCO".

Hemos abordado este tema porque creemos es de sumo interés, debido a que en nuestro país se le ha dado muy poca importancia a la Recreación en las Comunidades Rurales y especialmente en las puramente indígenas, donde las mujeres de este grupo desconocen totalmente toda actividad recreativa que les proporcione satisfacción, y les ayude en su desarrollo físico, mental y emocional.

1.1 OBJETIVOS QUE SE PERSIGUEN.

Esta Tesis pretende contribuir en la labor educativa que realiza la Escuela, y en el Ambiente Físico Comunitario en la mujer indígena y propone los siguientes objetivos:

1. Contribuir a que la mujer indígena adquiriera actitudes positivas que le sirvan para valerse por si misma, dentro de las acciones de la vida.
2. Proporcionar a las niñas, adolescentes y adultas, actividades ligadas a sus necesidades e intereses.
3. Contribuir al deleite de su espiritualidad, proporcionándoles actividades sanas e instructivas, ligadas a su mundo.
4. Formar en la mujer indígena actitudes de sociabilidad, comprensión, respeto, compañerismo y responsabilidad.
5. Fomentar en ellas el amor y el sentimiento de nacionalidad, para que puedan desenvolverse en un ambiente más sano y agradable.

Para la elaboración del presente trabajo, se visitaron diez comunidades rurales del municipio de San Juan Ostuncalco; siendo el objeto de nuestra investigación: niñas, adolescentes y adultas.

Se recopilaron datos por encuestas y visitas a las escuelas.

Esperamos que lo investigado contribuya al desarrollo Social de nuestras Comunidades Indígenas; y por consiguiente al adelanto de nuestro país.

El trabajo que a continuación se expone está dividido en tres capítulos:

En el Capítulo Primero:

Se explica claramente y brevemente el significado de la recreación; se describen sus objetivos y se anotan sus antecedentes históricos con el fin de ilustrar al lector. Finalmente se hace referencia a la importancia de la recreación, en dos aspectos tan importantes, como lo son: El Ambiente Escolar y la Salud Física.

El Capítulo Segundo:

Trata sobre las principales formas de recreación que existían en Guatemala, antes de la llegada de los Españoles.

Seguidamente se toca un punto de suma importancia y en estricta relación con este trabajo de tesis, como lo es el referente a: Recreación y Comunidad. Para terminar este capítulo, en las dos últimas partes del mismo, se exponen los datos geográficos y características generales del Municipio de San Juan Ostuncalco, en el Departamento de Quetzaltenango, la cual constituye el área investigada para la realización de este trabajo. Seguidamente se anota todo lo referente a la recreación actual de la mujer indígena, en el municipio anteriormente mencionado.

En relación a este aspecto se tomaron en cuenta tres grupos: Niñas de edad Pre escolar, niñas de edad escolar, adolescentes y adultas.

En el Capítulo tercero y ultimo:

Se incluye el Programa Recreativo para la Mujer Indígena, el cual está dividido en la siguiente forma:

1. Actividades aplicables al ambiente escolar.
2. Actividades aplicables al ambiente físico-comunitario.

Se describe además en este capítulo la forma en que se aplicó el programa: haciéndose además la evaluación del mismo

Para finalizar, y de acuerdo a lo investigado, se dan las conclusiones y recomendaciones necesarias, y se expresan las consideraciones convenientes, esperando que estas sean tomadas en cuenta.

2. CAPITULO I

Hombres y mujeres, niños y adultos necesitan un escape de la "Rutina" para poder expresarse, liberarse espiritualmente y poder vivir en plenitud durante las horas libres.

Esta válvula de escape y medio de liberación física y mental se encuentra en la RECREACION.

La palabra Recreación se ha popularizado en todos los ambientes, y sin embargo, no siempre se le atribuye el mismo significado.

Para los efectos de este ensayo la entenderemos como: "Una Actividad en Horas Libres". (1)

"La recreación significa el equilibrio de la vida en relación con el trabajo de quién aporta un contraste placentero a la responsabilidad y a la rutina; conserva vivo el espíritu de aventura y el sentido de la proporción que impide que se tome demasiado en serio la propia vida y el propio trabajo, previniendo así la muerte prematura de la juventud y frecuentemente la muerte del hombre". (2)

2.1 DEFINICION:

La recreación se considera como una actividad realizada conscientemente con el fin de obtener alguna "recompensa" física y/o mental.

Se practica habitualmente en horas libres; ofrece al ser humano una salida espontánea a sus emociones y abre las puertas a una predisposición de buen humor y voluntad.

Esta actividad se convierte en esparcimiento para el individuo porque despierta en él una respuesta placentera y satisfactoria.

Puede decirse también que "Recreación es cualquier forma de experiencia o actividad a que se dedica cualquier individuo por el goce

- (1) Alfredo Mendoza Gutiérrez "Recreación en el Desarrollo de la Comunidad" Folletos de Hymanitas.
- (2) Ob. citada.

personal y la satisfacción que le produce directamente". (3)

Este concepto destaca la naturaleza individual de la recreación e indica porqué las actividades recreativas son tan diversas como los intereses del hombre.

2.2 HISTORIA DE LA RECREACION.

El hombre siempre fue atraído por la diversión deseando pasar las horas libres en una forma amena y agradable; como cazar, pescar, participar en competencias de arco y flecha, beber y conversar con los amigos.

Los Griegos preferían participar en una Olimpíada o en una representación teatral. La principal diversión de los Romanos consistía en asistir a las luchas de los Gladiadores en el Coliseo. En la Edad Media, si se gozaba de un título nobiliario, se podía participar en los torneos de caballería; y más tarde vendrían los bailes, teatros, juegos, deportes, etc.

Desde que alguien notó que ciertos hombres estaban dispuestos a pagar para divertirse, comenzaron a surgir los profesionales del entretenimiento. El más antiguo de todos, como lo señala un dicho popular, fue la prostituta, aunque el placer sexual no fuese el único.

En Grecia pagaban algunas veces, solamente para conversar o alegrar una reunión simplemente con su presencia.

Bastante más dura fue la existencia de otros profesionales tales como los gladiadores (4) en Roma y los Ministriles (5) y luchadores medievales. Los artistas incluían desde los actores de teatros ambulantes hasta los domadores de osos en las ferias.

En la Historia de la recreación tenemos que el hombre primitivo tuvo sus primeras manifestaciones de recreación cuando surgió la división del trabajo, y le quedaron horas libres que empleó en actividades de diversión, se dedicó a las artes plásticas, modelado en barro o esculpir en cocas; pintar, tejer mimbres y estambres de algodón

(3) Ob. citada.

(4) Gladiadores: Combatían en los juegos del circo contra otro hombre o contra una fiera.

(5) Ministriles: Músicos que tocaban algún instrumento de viento. Sinon. de Trovador.

y participar en celebraciones de ceremonias principalmente religiosas. También en aquella remota época ya narraban cuentos y leyendas, teatro, canto, cerámica, escultura, pintura, el juego de pelota y el baile estaba íntimamente relacionado con diferentes actividades como las cosechas, la lluvia, las guerras, bodas funerales y aún en la actualidad existen comunidades que tienen vestigios de estas costumbres.

En la Edad Media las actividades de diversión estaban ya mucho más desarrolladas y a pesar de las continuas guerras hacían grandes fiestas o se dedicaban al boxeo, lucha libre, pesca, caza, juegos de pelota, baile, lanzamiento de pesa, representaciones teatrales, teatro de títeres y música.

Los nobles daban suntuosos banquetes donde aparecían los bufones para hacer reír. Gustaban mucho de los deportes de guerra como el tiro con arco y flecha, esgrima, espada y lanzas; una de las diversiones favoritas eran las “Justas” que consistían en “competencias de combates militares con espíritu de amistad”.

Hubo una época en que se creía que la recreación era una pérdida de tiempo propia de indolentes y holgazanes, pero era debido a que el hombre se mantenía muy atareado en su trabajo (esto es precisamente lo que sucede en la actualidad en las comunidades indígenas que destinan todo el tiempo a su trabajo para poder ganarse el sustento diario, este es un factor, y el segundo, que sus problemas y necesidades no les dejan tiempo para divertirse, pero sin embargo puede despertarse en ellos el interés por la recreación ya que es un medio para hacer la vida más placentera).

2.3 ESTUDIOS REALIZADOS ACERCA DE LA RECREACION.

Según la Enciclopedia de la Vida dice que: “Las diversiones no son solo “cosas de niños” sino necesidades concretas del individuo adulto que necesita de los juegos con mayor frecuencia de lo que le place admitir”. (6)

Los primeros estudios serios sobre las diversiones fueron realizados en el siglo XIX, pero con resultados relativamente pobres. Al principio, se sostuvo que los juegos —tanto en el caso de los adultos como en el de los niños— representaban el desahogo y la

(6) “Enciclopedia de la Vida” Tomo No. 7, Pág. 2553.

desconcentración, después de la tensión sufrida cotidianamente. Hacia 1890, el Suizo Karl Groos modificó este concepto, afirmando que en los juegos el niño solo ensayaba habilidades necesarias para su vida adulta.

Vino Freud, y el Psicoanálisis explicó que los juegos serían una representación de deseos inconscientes, acontecimientos desagradables, conflictos y ensayos de la manera para poder resolverlos. Sin embargo eso era todavía muy genérico afirmó Schlosberg. Para él, los juegos constituían un conglomerado tan extenso de tipos de comportamiento que su estudio integral solo podría llevar a conclusiones muy generales.

Jean Piaget, por ejemplo se limitó, al análisis de los juegos que contribuían al más elevado desarrollo intelectual. Por su parte Lorenz y Tinbergen, etólogos, se interesaron por el significado biológico de comportamientos aparentemente gratuitos y de estos estudios surgió una tipología de juegos y juguetes.

Los juegos funcionales son aquellos en que interviene el sistema sensorial o fisiológico; los imaginativos, los compuestos por sueños o fantasías; los pasivos, cuando el que juega es en realidad solo un observador, como ocurre en la lectura de una historieta; los constructivos, aquellos en que se emplea la imaginación frente a elementos concretos, y por último los desarrollistas, aquellos que participan activamente en el proceso de aprendizaje del individuo.

Existen por supuesto diferencias de forma entre la diversión infantil y el ocio de los adultos. Además el niño menos socializado y sin preocuparse por el "sentido de la realidad", no necesita "explicar", sus juegos y disfruta de mayor libertad para practicarlos y alterar sus reglas de acuerdo a su fantasía.

Los adultos en cambio requieren que sus juegos tengan una "explicación" asignándoles las más variadas funciones sociales (religiosas, comunitarias, etc.). Es precisamente ahí, donde se encuentra la diferencia entre el entretenimiento del adulto y los juegos infantiles.

En la infancia, los juegos sirven para liberar energía, o realizar un adiestramiento mental, físico o sensorial. Pero eso solo en un aspecto, el otro es la participación en un universo de fantasía, en cuya creación el niño desempeña un papel muy activo (al hacer un dibujo) pero limitado en juego por las reglas; y pasivo como en las historietas,

en donde el universo de fantasía ya está armado, y el lector solo le cabe integrarse a él.

Con el adulto sucede exactamente lo mismo, en sus entretenimientos y juegos, él libera energía y utiliza su potencial físico, mental y perceptivo dentro de un mundo de fantasía.

2.4 OBJETO DE LA RECREACION

La recreación tiene importancia capital para toda persona e interviene directamente en el desarrollo de la salud y el rendimiento en el trabajo. Es por eso que uno de los objetivos principales de la recreación es el de ocupar las horas libres con actividades sanas que den al individuo descanso físico y mental, proporcionándole a la vez una verdadera complacencia. La recreación también tiene como objeto olvidar las diferencias que existen por la condición económica y social, raza, religión, educación, etc., diferencias que separan a la humanidad.

Las actividades recreativas constituyen uno de los medios más eficaces como prevención contra los vicios y la criminalidad, contribuye al desarrollo del carácter y personalidad del individuo, haciéndolo más valiosos y útil a la comunidad a la cual pertenece.

La recreación desde el punto de vista colectivo, facilita ampliamente las relaciones humanas y proporciona mayor sensibilidad social haciendo que entre la gente existan duraderas relaciones de amistad.

El objetivo específico de la Recreación en el medio rural, es elevar su nivel de salud física y mejorar el nivel cultural de las comunidades.

Para que la recreación llene sus objetivos es necesario e importante que todas las actividades sean diversas y planificadas de tal manera que los intereses de los habitantes no salgan perjudicados, y todos tengan oportunidad de participar, proporcionándoles ratos de verdadera satisfacción.

2.5 IMPORTANCIA DE LA RECREACION

Desde épocas remotas, la recreación, el trabajo, el amor y el culto ha sido una forma de actividad humana, Festivales, danzas, juegos, música, etc., han constituido un interés en la vida.

Durante las últimas décadas, la recreación en sus diversas formas se ha desarrollado inusitadamente, grandes extensiones de tierra y de agua le han sido destinadas y se han dado facilidades para un ancho campo de actividades y en esta forma ha nacido la nueva profesión del Líder de recreación.

La recreación es muy importante en la vida humana, ya que proporciona oportunidades para la satisfacción de las necesidades humanas. Es un medio, para liberarse de tensiones causadas por la rutina del trabajo.

2.6 IMPORTANCIA DE LA RECREACION EN LA EDUCACION

La escuela rural es uno de los centros de mayor interés de la comunidad, no solo para los niños sino para jóvenes y adultos. Es en la escuela, en donde el niño aprende no solo los conocimientos básicos de la llamada "primera enseñanza", sino también aprende conceptos y valores para sus necesidades y su vida de adulto. En la escuela generalmente participa en la organización y realización de diversos proyectos, es miembro activo de Clubs deportivos, interviene en los juegos, y colabora en la preparación de fiestas cívico-sociales, de acuerdo con el calendario escolar y las costumbres de la localidad. No obstante, en muchos lugares, la vida del campesino está llena de insatisfacciones. Pero es precisamente la Escuela Rural la que debe ser el centro de interés que servir de base a una serie de programas educativos, para la superación de sus habitantes.

2.7 IMPORTANCIA DE LA RECREACION EN LA SALUD

La recreación no tiene que ver con un solo y determinado sector de la población, todos los individuos, de todas las edades tienen la ineludible necesidad de recrearse.

La recreación ayuda a conservar la salud, a fortalecer o desarrollar los músculos; además da seguridad interior, bienestar mental y espiritual.

Muchas de las enfermedades (úlceras gástricas, artritis, etc.), son producidas por tensiones y falta de una actividad que les aleje de la rutina diaria.

La recreación tiene las siguientes repercusiones biofisiológicas:

1. Ayuda a la circulación.
2. Aumento de los glóbulos rojos y de la hemoglobina.
3. Mayor eliminación de los productos y deshechos de los tejidos.
4. Limpieza de la piel.
5. Fortalecimiento del sistema muscular.
6. Disminución de la congestión interna.
7. Tonificación del corazón.
8. Fortalecimiento y ensanchamiento de los pulmones.
9. Tonificación y control del sistema nervioso. (7)

(7) Lidia Marina Juárez de León. "Recreación en las Comunidades Rurales de Quetzaltenango". Pág. No. 23.



3. CAPITULO II

3.1 PRINCIPALES DIVERSIONES DE LOS INDIGENAS DE GUATEMALA ANTES DE LA LLEGADA DE LOS ESPAÑOLES.

Queremos hacer algo de historia de la recreación del indígena de nuestro país, para darnos cuenta que la recreación siempre ha existido, pero que no se le había dado la importancia sobre todo en el área rural y en la mujer.

Entre las principales diversiones de los indígenas, sabemos que estaban los juegos de pelota, danza, música, teatro, etc.

La danza primitiva era la expresión inmediata del sentimiento estético; y el origen de la representación dramática.

Al principio las ideas tuvieron que expresarse con el gesto y el movimiento; se imitó a los animales y así nacieron las primeras danzas. Aún hay algunas de este género, por ejemplo las del Mazat (venado); las del Junacup-Coy (mono) y otros. De la simple imitación se pasó a acompañar los ritmos con la cadencia melodiosa del agua, el susurro del viento y la onomatopeya de la naturaleza. Se danzó en la orilla del mar, junto a los ríos, bajo la luna o bien alrededor del fuego; en estas danzas ya se había unificado el movimiento con la música.

Las danzas podían clasificarse así: religiosas, eróticas y bélicas. En nuestras tribus las danzas eran no solo variadas, sino que formaban parte del culto de sus Dioses.

El drama indígena nació del baile y de la danza; y en el Rabinal las primeras manifestaciones de recitación se hacían al compás de movimientos rítmicos. La música del Rabinal está compuesta por el Tun, dos trompetas, flautas de barro o de madera llamados chules, silbatos, chinchines, marimba rudimentaria de tecomates. Usándose máscaras durante la danza. (8)

Entre otras diversiones que practicaban los indígenas encontramos el TOCONTIN y el TOPOCOMED, eran danzas guerreras que se ejecutaban por grupos de cuarenta bailarines, cubierta la cabeza con casco y trajes lujosamente adornados de bellos plumajes.

(8) Cardoza y Aragón "El Rabinal Achí" Cap. III p.p. Ministerio Público Tomo No. 43. Guatemala, 1953.

Se fingía una cacería de bestias salvajes y bailaban lanzando enormes gritos. Los danzarines se disfrazaban de animales: tigres, leones, pájaros, etc. Existía también la danza de los enamorados para las parejas que contraían matrimonio y a esta se le llamaba POBCHOB; era una danza ligera con música veloz.

También ejecutaban un baile erótico que se llamaba OXTUM el cual se bailaba al compás de una música rápida y bullanguera de caracoles y largos cuernos por grupos crecidos de hombres y mujeres. Antes de bailarlo se privaban del contacto sexual por varios días, y los ejercicios de la danza permitían acoplamiento entre los espectadores y los danzantes. Este baile fue suprimido en tiempo de la colonia por inmoral.

La danza TZAYI o TAPIR era ejecutada por los más ancianos llevaban palmas en las manos y reverenciaban al padre de la música.

En el aspecto deportivo encontramos a los Mayas-Quiché realizando el juego de pelota en la ciudad de XIBALBA, según el Popol-Vuh, el juego de pelota a que se refiere es el más antiguo, pues varía de lo que dicen los cronistas de la conquista, y tal como lo relataban los sobrevivientes de aquellos trágicos sucesos. El señor Girard, dice al respecto: “la invención del juego de pelota a raíz del descubrimiento de hule, se realizó en tiempos protohistóricos y en el área donde se estaba incubando la cultura Maya”.

De esto tenemos un testimonio fehaciente en el Popol-Vuh, única fuente indígena que menciona cuando, donde y en que circunstancias apareció este elemento cultura, explicando a la vez su simbolismo.

También nos describe esta obra todas las actividades recreativas de los indígenas que giraban alrededor de los festejos y ritos religiosos; pero con la llegada de los españoles la influencia de ellos fue adoptada y surgieron otras actividades y costumbres, dándole importancia a todo lo relacionado con la conquista; en sus diversiones incluyeron carreras de caballos, siendo ésta una gran festividad.

3.2 RECREACION Y COMUNIDAD

Hoy más que nunca los hombres pretenden encontrar cada día más y mejores oportunidades de recreación. Los Gobiernos y pueblos sobre todo en las últimas décadas multiplican sus esfuerzos para establecer mejores programas en el campo de la recreación. Los

dirigentes y promotores del desarrollo se auxilian con la recreación para atender a ciertas necesidades individuales y colectivas de las comunidades. El reconocimiento de su importancia y urgencia se está manifestando aún en los países más conservadores de tradiciones y costumbres. Y es natural que esto suceda, ya que todos desean alcanzar un sistema de vida más feliz y pleno.

La práctica de la recreación se ha difundido en un grado sin precedentes en los países altamente desarrollados; pero, al mismo tiempo los gobiernos y pueblos de países menos desarrollados se esfuerzan por alcanzar una situación semejante.

Mientras los primeros dedican grandes extensiones de terreno para la recreación y ejecutan grandes programas, los segundos apenas ensayan los primeros intentos en el difícil arte de enseñar a vivir mejor a sus ciudadanos. Hoy está plenamente demostrado que el recreo es tan esencial a la salud física y mental, como el dormir el tiempo necesario, el comer y el beber. De ahí la importancia de asociarla a todos los planes de progreso integral del hombre y, por lo tanto a los programas de desarrollo.

La recreación es un medio por excelencia para abrirnos las puertas de una comunidad, porque permite hacer contacto con la gente, atraerla, interesarla en actividades comunales despertando su simpatía hacia ciertos valores educativos y obtener su colaboración en el orden social.

La recreación en los programas de desarrollo de la comunidad debe entenderse como un conjunto de actividades que tienden a proporcionar a la gente los medios de expresión natural y espontánea que signifique satisfacción, seguridad, alegría, y plenitud. Debe servir para que el pueblo disfrute del placer de crear, para que alcance estados placenteros física, moral e intelectualmente y para que goce con la contemplación de la belleza y el orden; para que se estimule su sensibilidad social y se sienta incluída a colaborar con los demás en la solución de necesidades colectivas.

Un plan bien concebido de recreación debe servir para motivar la educación de la Comunidad y proporcionar su desarrollo.

Debe tomar en cuenta a la comunidad entera y desarrollar actividades propias, tanto para niñas, jóvenes y adultas.

3.3 CARACTERISTICAS GENERALES DEL MUNICIPIO DE SAN JUAN OSTUNCALCO

3.3.1 DESCRIPCION GEOGRAFICA:

En la parte central del Departamento de Quetzaltenango, se encuentra el Municipio de San Juan Ostuncalco, colindando al Norte con los Municipios de Cajolá y Palestina de los Altos, al Sur con Concepción Chiquirichapa y San Martín Sacatepéquez, al Este con el Municipio de San Mateo y el Oeste con los Municipios de Palestina de los Altos, San Pedro Sacatepéquez, San Cristóbal Cucho y el Quetzal, perteneciendo estos tres últimos al Departamento de San Marcos.

El terreno del Municipio es quebrado en su mayor parte y dentro de su orografía se encuentra el volcán apagado Lacandón.

3.3.2 EXTENSION TERRITORIAL Y POBLACION:

El Municipio de San Juan Ostuncalco tiene una extensión territorial de 250 Km² y una población estimada para 1979, de 25,188 habitantes, lo que da una densidad de 101 habitantes por kilómetro cuadrado.

3.3.3 CONDICIONES CLIMATOLOGICAS:

Según el sistema Holdrich, San Juan Ostuncalco queda en la Zona Ecológica montano bajo húmeda. Su precipitación pluvial es de 1000 a 2000 mm. por año. Su temperatura en general oscila entre los 12 y 18 grados centígrados. La cabecera Municipal se encuentra a una altura de 2,500 metros sobre el nivel del mar.

3.3.4 VIAS DE ACCESO:

La carretera Interamericana, que desde la Ciudad Capital conduce a la región Occidente del País y frontera con México, atraviesa el Municipio de San Juan Ostuncalco, distando la Cabecera Municipal 16 Kms. de la ciudad de Quetzaltenango.

Otras poblaciones importantes cercanas son: San Mateo (5 Kms.), Palestina de los Altos (18 Kms.) y Concepción Chiquirichapa (1 Km.).

Caminos de herradura y veredas unen las poblaciones de San Juan Ostuncalco entre sí y con los Municipios vecinos.

3.3.5 DIVISION POLITICO-ADMINISTRATIVA:

El Municipio cuenta con un pueblo elevado a la categoría de Villa que es la Cabecera Municipal. Cuenta además con 6 aldeas, 3 cantones, 4 caseríos y 2 barrios que pertenecen al área rural.

Cabecera Municipal: San Juan Ostuncalco.

Aldeas: Monrovia, Varsovia, La Nueva Esperanza, La Nueva Concepción, Agua Tibia.

Cantones: Sigüilá, Las Barrancas y Buena Vista.

Caseríos: Pueblo Nuevo, El Tizate, Las Lagunas y Espumpujá.

Barrios: San Antonio y el Calvario.

3.3.6 ECONOMIA:

La investigación socio-económica efectuada permitió establecer que, el 100o/o del área estudiada, se dedica a la agricultura, que ha sido siempre la fuente principal de los productos primarios de consumo de los habitantes ya que, en su gran mayoría son agricultores por tradición. Las mujeres se dedican a los quehaceres domésticos, pero también un buen número de ellas, participan en el trabajo del campo, ya sea en la siembra o en la fumigación.

La tenencia de la tierra puede clasificarse en algunos lugares como mínima y máxima, sin embargo prevalece el minifundio en toda el área rural del municipio, llegando a un 85o/o la población comprendida dentro de la tenencia mínima.

La fragmentación de propiedades es frecuente en todas las comunidades indígenas estudiadas y de ahí que la forma más común de tenencia de la tierra, sea la propiedad individual.

Topográficamente las tierras son quebradas, pendientes y empinadas. Sus riquezas naturales son los bosques de encino, ciprés, roble, pino blanco y colorado, los cuales forman parte de la economía de subsistencia de la población, ya que venden los árboles para madera y leña, ya sea por unidad o por docena. A la larga, estas riquezas pueden ir en decadencia a causa de la deforestación producida.

3.3.7 CALIDAD DE TIERRAS:

Dado que en el municipio la producción agrícola es constante, es lógico, que por el tiempo que tienen las tierras de producir, vayan en decadencia, aunque por el momento, pueden considerarse de una fertilidad regular.

Para mejorar sus tierras los agricultores de esta región utilizan abono orgánico.

Una parte de los agricultores usa abono químico, pero los demás no lo usan porque su situación económica no se los permite, siendo éste uno de los varios factores que obstaculizan el desarrollo agrícola del país. La pobreza extrema y el aislamiento cultural del indígena, no le permite adquirir nuevas técnicas de producción, lo cual le obliga a labrar la tierra en una forma rudimentaria. La falta de carreteras y otras vías de comunicación, contribuyen al atraso y falta de desarrollo.

3.3.8 MIGRACIONES:

Debido a la falta de tierra y a la escasez de recursos económicos, la gente emigra periódicamente hacia la Costa Sur del país y hacia la boca costa.

Estas emigraciones se producen en los meses de enero y febrero cuando se dedican a arrendar tierras y a prepararlas para el cultivo del maíz. Nuevamente emigran en el mes de mayo para siembra, regresando en junio. Finalmente en los meses de agosto a diciembre, vuelven a la Costa para la cosecha.

En el municipio hay muchos que tienen tierras propias pero de poca extensión; algunos de ellos, juntamente con los que no las poseen son los que tienen que emigrar a las fincas de la Boca Costa y la Costa Sur del País, ya sea para arrendar tierras o para trabajar como jornaleros asalariados en las cosechas del café y algodón ya que solo así pueden subsistir.

La investigación dio a conocer que hay algunas familias indígenas que poseen propiedades en la Costa en donde siembran café.

Este tipo de migración es el único motivo por el cual estos indígenas se relacionan con otras poblaciones.

3.3.9 CULTIVOS:

En todas las comunidades estudiadas, la mayor porción de tierras cultivables se encuentra dedicada a la siembra de maíz el cual siendo el principal cultivo, es fundamental en la alimentación indígena y su producción está destinada, casi exclusivamente, para consumo local.

En menor escala cultivan el trigo; es producto importante en la región por ser específico de clima frío, pero no es un alimento común para la población indígena, ya que entre ellos el consumo de harina es muy poco.

Dentro de la variedad de cultivos se incluyen también papa, frijol, güicoy, haba, arveja y chilacayote; los productos cosechados son utilizados, tanto para consumo en el hogar como para su venta en el mercado.

En estas siembras utilizan el Sistema de Cultivo Asociado, es decir siembran maíz con los productos antes mencionados.

En poca cantidad tienen árboles frutales destacándose la manzana, durazno y la cereza, cultivándolos algunos con fines lucrativos.

Los productos mencionados constituyen los principales alimentos y en la mayor parte de la región, sirven para la subsistencia diaria de los habitantes.

También hay siembras de henequén que les sirve para la producción de mecate.

3.3.10 PRODUCCION PECUARIA:

En la mayor parte del área estudiada, se pudo comprobar que este tipo de producción es muy baja. La crianza de ganado vacuno y caballar oscila entre 3 y 5 animales como máximo; en los grupos familiares que los poseen.

Lo que sí se observó en la mayor parte de casas, es ganado ovino, oscilando los rebaños entre 2 y 15 animales, pudiéndose constatar a simple vista que, por deficiente alimentación, su rendimiento será poco satisfactorio, tanto en carne como en lana. Los rebaños son pastoreados por mujeres, adolescentes y adultas y en algunos casos por niños.

.3.11 INDUSTRIAS:

En pequeña escala hay fábricas de muebles de mimbre y henequén; fábricas de ladrillo y teja; telares típicos.

3.3.12 EDUCACION:

La investigación realizada permitió comprobar que, de las 10 Comunidades estudiadas, que tienen escuela de educación primaria, solamente 3 llenan más o menos las condiciones adecuadas para darle un mínimo de comodidad y satisfacción al niño, por lo menos en ese sentido. Las restantes no llenan esas condiciones, ya que son bastante reducidas, no tienen edificio propio, ni mobiliario adecuado y los alumnos escriben sobre tablas colocadas a manera de mesas, sentándose sobre trozos o piedras y algunas veces en el suelo.

Asisten a estas escuelas primarias niños y niñas de los 8 años en adelante, habiendo todavía alumnos de 15 años en algunas escuelas. El horario de clases es de 8 a 13 horas en jornada única.

En cinco comunidades asisten a la escuela solo alumnos indígenas, en tanto que en las otras cinco, la asistencia es de los dos grupos étnicos, predominando el grupo indígena.

La asistencia del niño indígena y su rendimiento escolar, son bastante bajos, ya que en su mayoría los niños ayudan a sus padres en los trabajos agrícolas y las niñas en el trabajo doméstico, prefiriendo esto antes que dedicar el tiempo al aprendizaje. Estas son las causas principales del ausentismo escolar, a las cuales se suma también las distintas enfermedades que padecen los escolares.

De las 9 escuelas visitadas, 4 cuentan con un promotor Educativo, que facilita el aprendizaje a los niños. Este es un factor muy importante, ya que el niño no asiste regularmente a la escuela, entre otros factores, por falta de aprendizaje del idioma español.

Otro factor que dificulta el aprendizaje, es la emigración de los padres de familia hacia la costa en tiempo de siembra y de cosecha. Según reportaron los maestros, al principio del año hay super-población escolar, pero al acercarse la época de cosechas, ya sea en sus propios terrenos o en los de la Costa, la mayoría de alumnos tiene que partir, abandonando así las clases.

Por último, se constató que lo reducido del terreno libre en las escuelas, no permite a los alumnos actividades que necesitan espacio suficiente.

3.3.13 VIVIENDA:

Por lo regular las casas de los indígenas están construídas de la siguiente manera: Las paredes son de adobe o bajareque, techos de paja y también de lámina, ventanas y puertas de madera; la mayoría de pisos son de tierra.

La vivienda del indígena por lo regular consta de una sola habitación, la cual es utilizada tanto como dormitorio, como de cocina, ya sea para una o dos familias, existiendo siempre entre ellos la promiscuidad.

En algunas viviendas tienen construida otra pieza separada, la que utilizan para recibir a los visitantes o para almacenar lo que cosechan, también la utilizan algunas veces como dormitorio.

Las casas de los indígenas carecen de ventilación e iluminación, existiendo en algunas una ventana pequeña únicamente, que les proporciona de manera insuficiente estas condiciones higiénicas. Son muy pocas las viviendas que poseen letrinas.

3.3.14 INDUMENTARIA:

El traje regional de ambos sexos es el siguiente: El traje del hombre está compuesto de pantalón largo, camisa, saco, sombrero de paja, cinturón de cuero y algunos usan zapatos y botas de hule, la mayoría usa caites de hule de llanta y cuero, dependiendo esto de la situación económica en que se encuentre la persona. Estas prendas son adquiridas en tiendas de la cabecera municipal o en la departamental.

La indumentaria de la mujer consiste en: enagua enrollada, faja, listón para el cabello y un perraje para cubrirse del frío, son raras las que usan zapatos, siendo estos de plástico. Una parte del traje es tejido por ellas mismas, por ejemplo: el güipil, la faja y el perraje.

3.3.15 RELIGION:

En 10 de las comunidades estudiadas, 9 practican dos religiones: La Católica y la Protestante, existiendo una en la que se lleva a cabo la brujería, no aceptando la mayoría de sus habitantes ninguna de las religiones antes mencionadas. La brujería la realizan los hechiceros los días domingos en las cuevas de los cerros, llevando candelas de color, licor y copal, el cual es utilizado en forma de incienso.

Del total de las comunidades, antes mencionadas, 4 tienen su propia iglesia, a donde acuden las personas católicas, frecuentándolas más en tiempo de la fiesta patronal.

Los Protestantes se reúnen para la celebración de sus cultos los días domingos en la casa de algún miembro de la Congregación, llamada Sala Evangélica. Pudiéndose comprobar que únicamente la Iglesia de Dios Evangelio Completo y la Metodista, son las que sí poseen sus propios templos para estas celebraciones.

3.3.16 SALUD:

Este elemento de la vida tiene causas que lo deterioran por el simple hecho de que las medidas básicas de higiene no pueden aplicarse en estos lugares por razones económicas, lo cual es muy típico de las comunidades rurales guatemaltecas.

Las enfermedades más comunes en estas regiones son: Las gripes, padeciendo habitualmente de catarro, sobre todo los niños; tos, vómitos, diarrea, calambres, etc., todo esto afecta la salud de estas personas, sobre todo las enfermedades parasitarias en los niños.

Algunas de estas enfermedades se han logrado curar en el Puesto de Salud del Municipio; cuentan además con una Clínica Evangélica Mam, que está situada en la Aldea Buena Vista, a un Km. de la cabecera municipal. Esta clínica está equipada al grado de poder efectuar intervenciones quirúrgicas.

A pesar de que hay brujos y curanderos en las aldeas no recurren mucho a ellos por la falta de confianza.

En lo que respecta a las personas evangélicas de la Secta Pentecostés, no acuden con frecuencia a los puestos de Salud, ya que por fé son sanados por medio de la oración que llevan conjuntamente con los ancianos de la iglesia o el Pastor.

3.3.17 LINGUISTICA:

En las 10 comunidades se habla el Mam, el cual es el dialecto predominante. La mayoría de los hombres entienden un poco el idioma castellano, no así la mayoría de mujeres y niños quienes no lo hablan por dificultárseles bastante.

3.3.18 RECURSOS FISICOS EXISTENTES:

En la cabecera Municipal, cuentan con campo de foot-ball, una cancha de basquet-ball en el centro de la población, una cancha de basquet-ball en la Escuela de niñas y otra en la Escuela de varones.

Se cuenta también con un teatro Municipal, un teatro de cine particular que da funciones los días jueves, sábados y domingos y días festivos en matinée y noche.

Existen también dos bibliotecas. El municipio cuenta con un balneario público llamado "Agua Tibia"; y un parque.

3.3.19 SISTEMA POLITICO ADMINISTRATIVO:

El municipio está dividido en Aldeas, Cantones y Caseríos.

La cabecera municipal cuenta con una alcaldía municipal, policía municipal y Nacional.

En las comunidades rurales se encuentran también las Auxiliaturas, teniendo estas, dos alcaldes auxiliares, primero y segundo, uno o dos ministriles, el número varía de acuerdo a la densidad de la población.

3.4 RECREACION ACTUAL DE LA MUJER INDIGENA EN EL AREA RURAL DE SAN JUAN OSTUNCALCO

A continuación se exponen los juegos que según la investigación y la observación constituyen actualmente la recreación en el área rural de San Juan Ostuncalco. Los datos expuestos constituyen la información obtenida por medio de las encuestas, las cuales se realizaron tomando en cuenta el nivel cultural de las personas, con el fin de que estas fueran perfectamente bien comprendidas al momento de realizar las mismas.

Se indagó por medio de las mismas el grado de recreación existente en la comunidad y la disponibilidad de tiempo para recrearse. Se obtuvo la información deseada, por medio de entrevistas formales e informales, es decir que las encuestas se pasaron de dos formas:

1. Por medio de visitas domiciliarias: Se estructuró de antemano el cuestionario y se procedió a visitar cada domicilio, con el fin

de obtener la información deseada. Se aprovechó esta oportunidad para observar las formas de recreación existentes en cada hogar.

Ocasionalmente: Es decir que la información se solicitó y obtuvo de una manera informal, pues las entrevistas se realizaron con hombres y mujeres por igual en el lugar mismo en donde se encontraban (en el camino, en el campo, etc.).

La colaboración de la comunidad se concretó a la aportación de datos y a la interpretación y traducción de las preguntas por parte de algunas personas a quienes se les orientó y preparó para tal fin; las cuales colaboraron eficazmente en este sentido.

Seguidamente se describen los juegos que constituyen la recreación actual de la mujer indígena:

3.4.1 NIÑAS DE EDAD PRE-ESCOLAR:

JUEGOS NO DIRIGIDOS:

En las 10 comunidades estudiadas se pudo observar que la mujer indígena de 3 a 7 años se recrea únicamente imitando a la madre, para lo cual se cargan una especie de muñeca, es decir, que enrollan un perraje o cualquier tela, simulando de esta manera un "Nesh" o una Muñequa (9) haciendo esto especialmente cuando van al río con la mamá, además llevan sobre la cabeza un canasto con trapitos para lavar, cuando terminan esto se ponen a moler lodo con unos palos, para hacer tortillas, luego ponen una tabla, simulando el comal, el cual es sostenido por piedras o tetuntas; las latas que encuentran, las utilizan como juguetes, para hacer comidas.

Haciendo la comparación con el niño indígena de esta misma edad, también se recrea imitando al padre, pues el niño indígena en general, hasta en su forma de vestir se le hace dar cuenta pronto de que pertenece al mismo sexo que su padre, y a temprana edad se le considera como un pequeño hombre (tal como lo define Richard Adams, en su libro de Antropología Social).

A esta edad tanto niñas, como niños indígenas, empiezan a dejar los juegos porque empiezan las obligaciones de la casa.

3.4.2 NIÑAS DE EDAD ESCOLAR:

JUEGOS DIRIGIDOS:

Son los que practican las niñas de 8 a 15 años que asisten a la escuela y que son dirigidos por el maestro (a).

En algunas de las comunidades reportaron que varios de estos juegos los practican una o dos veces por semana; pudiéndose comprobar que las niñas indígenas apenas si saben los siguientes juegos: “Ratón y el Gato”, “La Ranita”, “Arroz en Leche”, “Huevo Duro” y “San Pedro y San Pablo”. Estos juegos los practican en forma esporádica y en forma rudimentaria; es decir que los juegan en su propio dialecto, y por falta de interpretación de los mismos, le cambian palabras o nombres a estos.

En la investigación que se hizo durante las visitas a las escuelas (donde asisten a clases los dos grupos, indígena, ladino) se pudo observar que en los juegos toman parte activa, las niñas no indígenas, mientras que las indígenas prefieren permanecer aisladas del grupo. Los principales motivos del aislamiento de la niña indígena se debe a la falta de comprensión del idioma español, y a la discriminación de que son objeto por parte de algunas niñas no indígenas.

La niña indígena para la hora del recreo prefiere bordar, o hacer la tarea escolar; mientras que otras corren entre las siembras, sobre todo en tiempo de frutas.

JUEGOS NO DIRIGIDOS:

Estos se llevan a cabo principalmente en las Comunidades puramente indígenas, donde las niñas realizan juegos sin ninguna dirección, algunas lo saben por tradición o porque los han aprendido por medio del contacto con niñas de otras comunidades.

Entre los juegos que saben por tradición están:

“Chucho con rabia”

“Escondrijo”

“Baile tonto”

Además entre los juegos no dirigidos tienen otros que son agresivos, ejemplo:

“Pegarse en la espalda”

“Morderse las orejas”

“Tirarse tierra encima”

“Tirarse agua encima y chapotear el agua con manos y pies”.

Los Yax, es un juego que lo han aprendido por medio del contacto con otras niñas y es un juego que solo lo conocen 5 comunidades; pero ninguna de estas niñas poseen el verdadero juego de Yax, debido a que no pueden comprarlos, por lo que los substituyen con piedras y cualquier pelota.

A continuación damos a conocer la forma en que se practican algunos juegos, por ejemplo:

“CHUCHO CON RABIA”:

Este es conocido en las 10 comunidades y parece que fuera sustituto de la tenta, por la forma en que lo practican, es más frecuente que lo jueguen cuando están pastoreando. Antes de iniciar el juego, deciden quien de ellas será el “chucho con rabia” y luego ésta las empieza a correr y a la que toque se convertirá en chucho con rabia, y ésta correrá a las demás en la misma forma.

ESCONDRIJO:

Este juego también es conocido en las 10 comunidades, es también un juego por tradición, ya que también las adultas informaron haber jugado cuando eran pequeñas.

Este lo practican sobre todo en tiempo de siembra de maíz, cuando la milpa ya está grande, pues esto les facilita esconderse.

BAILE TONTO:

Este juego se realiza en la forma siguiente: Participan dos mujeres indígenas, quienes se visten de ladinas (mejor si el vestido es largo); se echan bastante tizne en la cara y en los brazos y se pintan la boca; tapándose la cara con el pelo.

Se colocan frente a frente, y principian a bailar un Son con una muñeca abrazada, se entrecruzan, siempre al compás del Son y tiran la muñeca al suelo, le dan 3 o 4 patadas y al mismo tiempo la escupen y continúan bailando, luego la recogen y repiten el baile, durando éste de 15 a 20 minutos.

Se pudo observar que en estas comunidades, la niña ha inventado sus propios juegos como un escape a la monotonía de la vida.

A la mujer indígena casi nunca se le ve sola, sobre todo en las niñas y las adolescentes, sino se obarse la pareja y la triade, estas parejas ya sea en la escuela o fuera de ésta siempre practican ciertos juegos bruscos que a conatinuación damos a conocer.

PEGARSE EN LA ESPALDA:

Este consiste en correrse una a la otra, cuando una de ésta logra alcanzarla, le da de 5 a 6 manotazos en la espalda; y ésta al soltarse procura darle más golpes de los que ha recibido; y así continúa la competencia hasta ver quién pega más.

MORDERSE LAS OREJAS:

También es parecido al anterior, solo que en lugar de golpearse, se muerden las orejas, y aquella que va corriendo a la otra procura que ésta se canse y así ya no pueda defenderse.

TIRARSE TIERRA:

En las 10 comunidades se comprobó que este juego lo practican todas las niñas indígenas, tanto en la escuela como en su casa; en la escuela lo practican a la hora de recreo y cuando salen a medio día. En la casa lo practican ya sea con sus hermanos o con otras niñas que se reúnen para este fin, cuando ya no tienen que hacer.

CHAPOTEAR AGUA:

Este es un juego propio del invierno, ya que para esta temporada se forman charcos en las veredas y caminos por donde ellas pasan. En las escuelas donde cuentan con agua potable, la niña indígena aprovecha esto para recrearse ya que la satisfacción es echarle agua a los demás; y estarse lavando los pies, mojarse el pelo; esto se observó en dos comunidades.

OCUPACIONES EN HORAS LIBRES:

Estas ocupaciones pueden ser productivas, cuando la niña indígena se dedica a actividades con fines lucrativos, pues de las 10

comunidades, 6 reportaron que algunas niñas se dedican a bordar; pero se pudo comprobar que por lo regular la niña después de las labores escolares y del trabajo, tienen como pasatiempo practicar los juegos antes mencionados como también peinarse, esto les lleva tiempo, ya que se trenzan de 3 a 6 mechones cada una.

DEPORTES:

De las 10 comunidades en ninguna se practica ninguna clase de deporte, a excepción de una comunidad que informó que la niña indígena participa en los juegos de Basquet-ball en la escuela, cuando se llega la hora de recreo.

CANTOS:

Son muy pocas las niñas indígenas que saben algunos cantos, siendo únicamente los siguientes: "Mariposita", "Las Vocales", (este lo saben en dialecto Mam) "El Son Chapín", "Arroz en Leche".

A esta edad ya le empiezan a dar preferencia a la música ranchera, pues sobre todo las que están en la escuela, ya tienen más habilidad para aprenderlas, pues hay muchas que tienen en su casa "El Almanaque Escuela para todos", donde vienen algunas canciones rancheras (para las que saben leer).

RADIO:

En toda el área estudiada las niñas reportaron que sí escuchan radio, (es decir en los hogares donde poseen radio), pero manifestaron que los programas de música ranchera que escuchan lo hacen en una forma obligada, pues son programas que sus padres sintonizan, de esta manera las niñas van creciendo dándole preferencia a esta clase de música.

En lo que respecta a cuentos, cantos infantiles, chistes, cine y deportes, lo desconocen totalmente.

3.4.3 ADOLESCENTES Y ADULTAS:

Adolescentes:

En este período de transición la mujer indígena deja de asistir a la escuela por varios factores:

- 1o. Porque en este período los deberes y obligaciones se vuelven cada vez más significantes, puesto que tendrá a su cargo cada vez más responsabilidades en los deberes domésticos, pues a esta edad ya han concluído su asistencia formal a la escuela.
- 2o. Que la mayoría a esta edad contrae matrimonio.
- 3o. La escolaridad parece hacer poca impresión sobre sus hábitos de conducta.

Las adolescentes indígenas que se entrevistaron y que han asistido a la Escuela, conocen algunos juegos; practicando además los juegos de las niñas o sean los no dirigidos, ejemplo: "Chucho con rabia", "Escondrijo", etc.

3.4.4 ADULTAS:

En lo que respecta a la mujer adulta, podemos asegurar que existe una igualdad entre las actividades de las adolescentes y la mujer adulta, sobre todo en lo que concierne a la vida doméstica.

Adelante se exponen las actividades en que tanto adolescentes como adultas participan.

ACTIVIDADES PRODUCTIVAS EN HORAS LIBRES:

En las 10 comunidades informaron y se pudo comprobar que tanto adolescentes como adultas, se dedican en su tiempo libre a la elaboración de telas típicas, para lo cual utilizan el telar de cintura, que es un telar rústico, que viene usándose desde antaño. Los productos los utilizan para hacer delantales, servilletas, cintas para el pelo, fajas; la mayor parte de la producción es para uso personal; en menor escala para personas particulares. A esto se dedica el 46o/o de la población, pero participa más la mujer adulta.

También en las 10 comunidades informaron que el 37o/o de la población se dedica a bordar güipiles y blusas para uso personal y particular; mientras que el 17o/o no bordan ni tejen por no saber hacerlo y otras porque no les gusta.

DEPORTES:

En este aspecto tanto adultas como adolescentes no participan en estas actividades, porque en primer lugar lo desconocen y segundo

porque sus patrones culturales no se los permite.

RADIO:

Según las visitas domiciliarias se pudo comprobar que al 90o/o le agrada escuchar radio, al 4o/o no le gusta; y el 6o/o manifestó no poseer radio.

Con respecto a la clase de programas que les gusta escuchar, un 67o/o manifestó que prefieren marimba y rancheras, el 26o/o tiene preferencia por programas religiosos; siendo únicamente un 7o/o el que no comprende el idioma español, por lo que no escucha radio.

BAILES:

De toda el área estudiada, en tres comunidades se practica el baile ocasionalmente, o sea solamente para la fiesta patronal de estas comunidades, tomando parte de estos bailes solo la mujer ladina, mientras que la indígena solo asiste a observar.

En las otras siete comunidades no existen los bailes, llevándose a cabo celebraciones de menor importancia y que se efectúan por regla general de acuerdo a la situación económica de la familia, (en estas fiestas toma parte activa la mujer).

Las fiestas navideñas en algunas casas son amenizadas por un conjunto marimbístico, existiendo también la costumbre de hacer tamales de arroz.

Para la celebración de la Semana Mayor se acostumbra comer pescado, aprovechando esta oportunidad para convidar a sus familiares. Por la tarde, los católicos asisten a la iglesia (donde las hay), trasladándose también a la cabecera municipal para observar las procesiones.

Los Protestantes se reúnen en sus capillas o Salas Evangélicas, realizándose en algunas comunidades campañas o conferencias, en las cuales participa la mayoría de las mujeres.

FIESTAS ESCOLARES EN QUE PARTICIPA LA MUJER LADINA:

De las 10 comunidades 9 celebran las fiestas Patrias llevando a cabo un pequeño desfile que recorre la calle principal del lugar; seguidamente se realizan actos y en algunas de estas comunidades se

brinda un refrigerio a madres y alumnos. Otra de las celebraciones escolares en la que participa la mujer indígena es el día de la madre (10 de mayo).

A estas festividades no siempre asiste la mujer indígena debido a sus ocupaciones domésticas, así lo manifestó un 10o/o. El 32o/o no asiste debido a que su religión no se los permite.

Al 58o/o de la mujer indígena le agrada participar en estas fiestas escolares, pues es su único medio de distracción.

ACTIVIDADES QUE SE CONSIDERAN COMO UNA DISTRACCION PARA NIÑAS, ADOLESCENTES Y ADULTAS.

ACARREAR AGUA:

El 62o/o de las entrevistadas esta actividades esta actividad les proporciona una distracción, principalmente cuando acarrean agua por el simple hecho de recrearse con ello, sin tener la necesidad de usar este líquido vital; pues aprovechan para dialogar con sus amistades, con lo cual se liberan de la monotonía diaria.

Esta actividad no es aceptada por el 33o/o de las entrevistadas, a quienes no les gusta proveerse de agua, aduciendo que les resulta bastante cansado hacerlo, debido a que el lugar en donde se abastecen se encuentra retirado.

El 5o/o restante informó poseer agua potable en su domicilio.

PASTOREAR:

El 45o/o de la población femenina afirmó que esta es otra de las actividades que les produce distracción, pues el sistema propio de pastoreo les proporciona tiempo y oportunidad para bordar o para platicar con otras compañeras que se dedican al mismo trabajo. Por el contrario, el 28o/o informó que esta es una labor cansada y aburrida, pues en muchas ocasiones las ovejas causan daños a las siembras (milpa) en terrenos ajenos, lo cual ellas tienen que velar que no ocurra.

Finalmente el 27o/o manifestó no poseer animales, para dedicarse a esta actividad.

Se observó que a la niña indígena esta labor le proporciona una distracción mayor, pues es la única que mientras Pastorea, pone en práctica el juego.

VISITAS:

El 74o/o de las entrevistadas manifestaron visitar a sus amigas, pero solo en casos especiales, es decir, cuando estas se encuentran enfermas; visitan además por el mismo motivo y en forma especial a sus familiares y comadres.

El 26o/o restante expuso que no realizan ninguna clase de visita debido a que se encuentran muy ocupadas en su hogar, respondiendo algunas mujeres a la pregunta formulada, de la siguiente manera:

Pregunta:

¿Visita Ud. a sus amigas?

Respuesta:

“No, pues no estoy loca, y además nosotras siempre nos encontramos muy ocupadas”.

Por lo tanto, las visitas no son frecuentes entre las mujeres indígenas de estas comunidades, debido a que generalmente se dedican más a las labores hogareñas.

DIA DOMINGO:

Empezamos este tema aclarando que el sub-título Día Domingo, hace referencia a otra de las preguntas de nuestra encuesta, la cual en su totalidad dice: ¿Le gusta a Ud. que llegue el día domingo? . Se incluyó esta pregunta en el cuestionario debido a que se consideró la posibilidad de que, por lo menos este día la mujer indígena tendría algún tiempo libre que le permitiera un poco de diversión.

La respuesta que se obtuvo a la investigación es la siguiente: La mayoría de los habitantes de las 10 comunidades, este día se dirigen a la cabecera municipal, con el fin de ir a comprar sus alimentos o de ir a vender sus productos.

Con respecto a esta pregunta el 92o/o de las entrevistadas manifestaron que sí les gustaba que llegara el día domingo, pues trasladándose a la cabecera municipal ellas salían de la rutina diaria.

Se observó además que para las compras y ventas que se realizan este día en la cabecera municipal, las mujeres se turnan, es decir que un domingo van las madres y otro las hijas, y así descansan del trabajo diario.

El 80/o respondió que debido a que se van y regresan a pié de la cabecera municipal, no les gusta el día domingo, pues esta acción les resulta muy cansada.

En cuatro comunidades informaron que en raras ocasiones las mujeres regresan de este viaje embriagadas a la par del esposo, llegando al hogar sin las compras y sin el dinero.

ENTRE OTRAS ACTIVIDADES ESTAN LAS DE DESARROLLO DE LA COMUNIDAD.

Se descubrió que las actividades generales que realiza desarrollo de la comunidad y especialmente sus programas intensivos y extensivos, también proporciona distracción a cinco de las diez comunidades, las cuales son visitadas por dicho programa. De estas 5 comunidades 3 son las que cuentan con programa intensivo.

Se llama programa extensivo porque estas comunidades son visitadas a cada 15 días; y es programa intensivo porque las visitas se realizan a cada 8 días. Estos programas incluyen actividades como: Bordados, tejidos, mejoramiento de la vivienda, agricultura y alfabetización para lo cual se cuenta con la participación de Promotores Sociales, quienes tienen a su cargo dichas actividades.

En lo que se refiere a la labor agrícola existe una huerta comunal, y se practica un sistema de repartición de los productos cosechados entre todas las personas que han trabajado en la siembra y cuidados de la misma. Estas personas son generalmente capacitadas y orientadas por el Programa de Desarrollo de la comunidad.

En una de estas comunidades fue fundada una Sala de Lectura, la cual está ubicada en una casa particular. Esta se encuentra a cargo de una señorita miembro del grupo, quién fue capacitada en el Centro Local Dos de Desarrollo de la Comunidad, para desempeñar esta labor y también para alfabetizar.

A estos grupos asisten adolescentes y adultas, y algunas veces niñas, en quienes se observa un gran interés por aprender.

4. CAPITULO III

4.1 PROGRAMA RECREATIVO PARA LA MUJER INDIGENA.

Presentamos a continuación el programa recreativo para la mujer indígena, esperando que, de acuerdo a la coordinación de ideas que se tuvo con miembros de la comunidad, maestros y especialmente con los miembros del grupo, este contenga actividades que contribuyan al logro de la integración y desarrollo de las comunidades en general, así como también al engrandecimiento físico y espiritual de sus habitantes.

Se persigue además aliviar el aburrimiento, cansancio y el agotamiento que produce la monotonía del trabajo.

Para la elaboración de este programa se expuso primeramente a miembros de la comunidad, maestros y grupos organizados (comunitario y escolar) los objetivos perseguidos y se explicaron las generalidades de este programa. Así mismo, se aceptaron opiniones de los asistentes y participantes sobre las actividades que se podrían incluir en el programa.

Indicaron todas las personas asistentes que colaborarían en todo lo que les fuera posible, para lograr la eficacia de las actividades.

Por considerarse de gran valor educativo y recreativo el canto, el juego, el cuento y la poesía infantil, se adaptaron a este programa algunas creaciones de estos géneros literarios.

El presente programa es posible aplicarlo en las escuelas rurales.

4.4.1 ACTIVIDADES PARA PRIMERO, SEGUNDO Y TERCER GRADO.

- 4.1.1.1. Cantos Infantiles.
- 4.1.1.2. Organización de Coros.
- 4.1.1.3. Cuentos Infantiles.
- 4.1.1.4. Teatro Infantil.
- 4.1.1.5. Rondas Infantiles.
- 4.1.1.6. Poesías Infantiles.
- 4.1.1.7. Juegos de Competencia.

CANTOS INFANTILES:

El canto constituye una forma de expresión humana. Por medio de la música pueden expresarse fácilmente los pensamientos, es además una distracción para la mente porque proporciona gozo. Entre los cantos infantiles que pueden aplicarse a los primeros grados están los de Cri-Crí (Gabilondo Soler) ya que vienen a facilitar el aprendizaje por medio del canto.

Para llevar a cabo en mejor forma los cantos infantiles y lograr una mayor participación de todas las niñas es necesario organizar el coro, tomando en cuenta la participación de los tres grados.

Entre los cantos infantiles están los siguientes:

La Marcha de las Vocales.
 Los Sentidos.
 La Muñeca vestida de azul.
 El Patio de mi casa.
 Arroz en leche.
 Patito, Patito.
 Naranja Dulce.
 La Sanjuanerita.

TEATRO INFANTIL:

Es otra actividad que se puede aplicar a la recreación infantil.

Para estas actividades los temas deben estar basados en la realidad y no en una fantasía que esté muy lejos de ella.

El lenguaje debe ser sencillo, de fácil comprensión, familiar, concreto, vivo y abundante en colorido, con el objeto de retener la atención de la niña, sobre todo la indígena, es preferible que las comedias sean de lo más sencillo y no complicadas, para que puedan comprenderlas.

El teatro infantil es un medio de recreación del cual el Maestro, el Promotor Educativo, Practicantes de Servicio Social y todos los que tienen a su cargo estos de niños, puedan valerse con un poco de esfuerzo y dedicación, proporcionando así a las niñas, momentos de diversión y contribuyan así al desarrollo de su personalidad.

CUENTOS INFANTILES:

La enseñanza del cuento en la niña es muy importante y necesario, pues además de diversión le sirve como un medio eficaz para poner en juego su imaginación y vaya así conociendo nuevos términos que enriquezcan su vocabulario. Además desarrollarán su percepción e inteligencia.

Entre los cuentos infantiles están los siguientes: “La Cenicienta”, “Blanca Nieves y los Siete Enanitos”, “El Patito Feo”, “El Ratón Campesino”, “El Gavilán y los Siete Pollitos”, “La Caperucita Roja”, “Cuentos de Tío Conejo y Tío Coyote”.

RONDAS INFANTILES:

También la enseñanza de las rondas es muy útil ya que las mismas se prestan para que la niña al participar, no solo ponga en juego su mentalidad al cantar, sino que realice ejercicios físicos lo cual le produce satisfacción y bienestar. Entre las rondas están las siguientes:

Pares o Nones	El Cabrito Perdido
Ratón y el Gato	Granito de Maíz.
La Ranita.	La Viudita.
Los Elefantes.	El Patio de mi casa.
La Huerfanita	La Danza de las sillas.

POESIAS INFANTILES:

Estas contribuyen a la sociabilidad de la niña; al desarrollo del carácter, enriquecen su vocabulario y es propicio para ejercitar la memoria y la inteligencia.

Entre las poesías infantiles están las siguientes:

El Crayonsito	Margarita
Pollito-Pollito	Patria
Conejito Blanco	El Quetzal
Madre	Mazorca.

JUEGOS DE COMPETENCIA:

Estos

Estos, al igual que los anteriores, son importantes y dejan mucho en la niña indígena debido a que en su realización pone en

juego sus músculos desarrollando su fuerza, velocidad, agilidad e inteligencia. A continuación se mencionan algunos juegos:

Pelotas sobre las cabezas
 El Túnel
 Vestir a las muñecas
 Carreras en un pie
 Competencia de la cuerda. etc. etc.

4.1.2 ACTIVIDADES APLICABLES A LOS GRADOS: CUARTO, QUINTO Y SEXTO.

Los juegos propios para estos grados tienen una estructura más complicada, sin embargo se les puede agregar algunas de las actividades anteriores, que serán una base para mejorar las actividades posteriores que las ayudarán a formar actitudes de sociabilidad, comprensión, respeto, compañerismo, justicia y responsabilidad.

Además de los cantos infantiles están también los cantos netamente Guatemaltecos que despierten el amor a la Patria y así evitar en parte la introducción de música ranchera a nuestras comunidades.

- 4.1.2.1. Organización de Coros y Cantos
- 4.1.2.2. Rondas
- 4.1.2.3. Juegos de competencia
- 4.1.2.4. Juegos Pre-deportivos
- 4.1.2.5. Juegos Deportivos.

4.1.2.1. ORGANIZACION DE COROS Y CANTOS:

El cantar en grupo le permite a la mujer indígena vencer la timidez y la vergüenza, pues por naturaleza son cohibidas y tímidas.

Estas actividades también despiertan en la mujer indígena el amor al arte musical y se presta para mejorar su carácter e inteligencia y al formarse los coros afianza el respeto y el compañerismo. Entre los cantos están los siguientes:

La Sanjuanerita	El Son Chapín
El Grito	El Buen José
La calle real del Guarda	Un Vals para mi madre
El Mishito.	

4.1.2.2. RONDAS:

La enseñanza de rondas en estos grados viene a confirmar y a afianzar lo enseñado en los grados anteriores y que no haya quedado muy claro. A continuación se mencionan algunas rondas:

La Huerfanita
 La Ranita
 Pares o Nones
 Los Estudiantes
 Los Elefantes, etc., etc.

4.1.2.3 JUEGOS DE COMPETENCIA:

Los ejercicios físicos en las niñas de estos grados y que oscilan entre los 11 y 15 años son muy importantes y nada mejor para ello que los juegos de competencia ya que en ellos lograrán un mejor afianzamiento de sus habilidades y destrezas.

Para estos grados se pueden aplicar los siguientes juegos:

Vestir a las muñecas
 Competencia de la cuerda.
 Relevé de insignias.
 Pasar y quitar el aro.
 Pelota sobre las cabezas.
 El túnel.
 Arriba y abajo.
 Carrera de dos sobre tres pies, etc., etc.

4.1.2.4 JUEGOS PRE-DEPORTIVOS:

Los juegos pre-deportivos son de suma importancia para este grupo, ya que a través de estas actividades ampliarán sus conocimientos y desarrollarán sus habilidades y aptitudes, por lo tanto se les darán pequeñas informaciones para que tengan nociones de lo que son los juegos deportivos; sin embargo a manera de introducción se practicarán los siguientes juegos:

Matado
 Caza de pájaros.
 Un Veintiuno.
 Balón al vuelo.
 Introducción al Basquet-Ball.
 Introducción al Voly-Ball.

4.1.2.5 ORGANIZACION DE JUEGOS DEPORTIVOS:

Para confirmar los conocimientos anteriores y para fortalecer el compañerismo y el espíritu de grupo, es necesario organizar los equipos especialmente de Basquet-Ball y Voly-Ball para contribuir al desarrollo físico, mental y social.

4.1.3 ACTIVIDADES APLICABLES AL AMBIENTE FISICO COMUNITARIO A REALIZARSE CON JOVENES DE 10 A 15 AÑOS.

Todas las actividades propias de su edad, es decir, que se les puede aplicar todas las que menciona el Programa aplicable a las niñas de 4o., 5o. y 6o. grado escolar, incluyendo las actividades de las adultas que a continuación se dan a conocer:

4.1.3.1 ACTIVIDADES SOCIALES:

- a) Mejoramiento de las fiestas tradicionales.
- b) Reuniones Comunales.
- c) Fiestas familiares: Bautizos, casamientos, cumpleaños, etc.
- d) Organización de tardes y noches sociales.
- e) Organización de juegos de salón.
- f) Proyección de películas educativas.

4.1.3.2 ACTIVIDADES ARTISTICAS:

- a) Cantos.
- b) Organización de coros.

4.1.3.3 ACTIVIDADES MANUALES:

- a) Ornamentación del hogar.
- b) Construcción de muñecas.
- c) Construcción de títeres y marionetas.
- d) Elaboración de joyeros.
- e) Elaboración de figuras con tapones de corcho.
- f) Esculturas con frutas y hortalizas.
- g) Confección de flores de papel.
- h) Confección de cepilleras.
- i) Confección de costuras de cruceta.
- j) Macramé (morrales y bolsas).

4.2 APLICACION DEL PROGRAMA:

Previo a la aplicación del programa se organizaron dos grupos para las diferentes actividades:

- a) Grupo de tipo Escolar.
- b) Grupo de tipo Comunitario.

En los dos grupos anteriores, la introducción de estas actividades se presentaron un tanto difíciles debido a dos situaciones de suma importancia:

- a) Patrones culturales existentes y,
- b) Falta de interpretación del idioma español.

Para evitar el problema del idioma y lograr una mayor y más eficaz participación de los grupos, se aprendieron frases y oraciones en dialecto Mam, tales como:

- ¿Cómo se llama Ud.?
- ¿Cuántos años tiene?
- ¿Le gusta jugar?
- Vamos a jugar
- Vengan a jugar
- Hagamos una rueda
- ¿Les gusta cantar? etc., etc.

Se contó con la colaboración de varios líderes, tanto en el grupo Comunitario, como en el Escolar; quienes demostraron gran interés y dinamismo en todas las actividades que se realizaron.

Antes de dar inicio a las actividades recreativas en ambos grupos, se dieron pláticas y técnicas sobre lo siguiente:

- a) Pláticas de recreación. (Objeto e importancia de la recreación en la vida).
- b) Enseñanza en forma escrita a las personas alfabetas. (Repartiéndoles hojas que contenían la letra de los cantos, rondas, poesías, etc. etc.
- c) Enseñanza, en dialecto de los juegos, de las alfabetas a las analfabetas.

- d) Enseñanza auditiva.
- e) Enseñanza audiovisual.

Con estas dos últimas técnicas se procedió a una enseñanza más práctica que permitió agilizar el programa; a la vez se logró una buena motivación dentro de los grupos, llevando para este fin cassettes con la letra y música de los cantos, juegos, rondas y carteles con estampas de algunos animales que se mencionan en las mismas.

A continuación damos a conocer la forma en que se llevó a cabo la práctica de estas actividades.

4.2.1 RONDAS INFANTILES

4.2.1.1 PARES O NONES:

Primeramente se les enseñó la música y la letra del juego, para una mayor comprensibilidad del mismo.

Seguidamente se procedió a explicarles lo que significaban estas dos palabras, es decir lo que son Pares y lo que son Nones; por ejemplo: Pares: Dos, cuatro, seis, etc.; y Nones: tres, cinco, siete, etc., etc.

A continuación se les indicó que tendrían que formar un círculo y que al contar tres tenían que abrazarse con otra compañera, y así formar parejas; esto se repitió varias veces y la que quedaba sola pasaría dentro del círculo, imponiéndosele un castigo (cantar, bailar, recitar, imitar a un animal, etc.).

Después se les indicó a las participantes que formaban este círculo que tenían que quedar de tres, cuatro, de cinco y así sucesivamente.

4.2.1.2 RATON Y EL GATO:

Inicialmente se explicó a todas las participantes en que consiste el presente juego, y se les enseñó la letra del mismo.

Seguidamente se pasó a la práctica de éste, se seleccionó a dos personas, quienes hicieron el papel de ratón y de gato respectivamente.

Se formó el círculo y se les indicó a las participantes que se tomaran de la mano.

A continuación se indicó al ratón y al gato su posición dentro y fuera del círculo respectivamente en el juego.

Se dio inicio a la parte dialogada entre estos, indicándoseles que al final de ésta, el gato tenía que correr al ratón hasta alcanzarlo. Este juego se practicó varias veces y con otras parejas, para que así todas tomaran parte del mismo y se les grabara.

OBSERVACIONES:

En este juego también se observó cierto grado de inhibición por parte de las participantes, puesto que al inicio del mismo, las seleccionadas que hacían de ratón y gato optaron por taparse la boca en la parte dialogada, demostrando su timidez, la cual se evitó con la práctica repetida del juego.

4.2.1.3. LOS ELEFANTES:

Esta ronda como todas las demás antes de practicarla, se les entregó a las niñas unas láminas tanto de elefantes como de telas de araña, para que les fuera más fácil interpretar el juego y al mismo tiempo les sirviera de motivación al grupo.

Luego se dio inicio al juego, indicándoles que todas las niñas que formaban el círculo, harían la tela de araña y que la niña que quedaba al centro haría el papel de elefante (estas comparaciones les causaba mucha gracia).

Seguidamente se les enseñó la música y la letra del juego, se ensayó varias veces para ver si había sido comprendido.

Luego de esto se formó el círculo, dejando a una niña al centro, indicándoles nuevamente que al terminar el canto, otra niña pasaría a ser el segundo elefante y luego el tercero, cuarto, etc. etc.

4.2.1.4 LA RANITA:

Esta es una ronda rítmica en la cual, primeramente se formó un círculo con las participantes a quienes se les indicó que dentro de este debía de quedarse una persona, alrededor de la cual, las otras que

formaban el círculo debían de dar vueltas brincando y cantando a la vez el coro que previamente se les había enseñado, para después dar inicio al diálogo entre el círculo y la ranita, quien al finalizar este diálogo, sale corriendo, hasta atrapar a una participante, la cual hará el papel de ranita, y así sucesivamente continúa el juego.

Al igual que las rondas descritas anteriormente, existen otras más, pero todas tienen el mismo sistema de iniciación y continuación del juego; por lo que ya descritas, son un ejemplo para todas las demás. Estas se adaptan perfectamente a los dos programas, es decir al de niñas (escolares) y al de adolescentes (extraescolares), por lo que la descripción, es también la misma en los dos grupos.

4.2.2 CANTOS INFANTILES.

Entre los cantos infantiles que se aplicaron se procuró que estos fueran de carácter educativo, para que les sirvieran no solo de diversión sino de instrucción.

Entre los cantos de introducción estuvieron los siguientes “Naranja Dulce”, “Patito, Patito”, “Arroz en leche”, previo a estos se escucharon algunos cantos que ellas ya sabían, esto con el único fin de darles confianza, los cantos que entonaron son los mismos que se mencionan en la investigación, tales como “Mariposita”, “Las Vocales” (en dialecto Mam), “El Són Chapín”, “Arroz en leche”.

Los nuevos cantos que se impartieron y en los cuales se emplearon algunas técnicas están los siguientes:

4.2.2.1 LA MARCHA DE LAS VOCALES:

1. Se procedió a enseñar las vocales y en algunos casos solo a repasarlas.
2. Por medio del dirigente del grupo, se procedió a cantar varias veces, para que las niñas percibieran algo de la letra y música del mismo.
3. Se repasó varias veces la letra y la música, con el objeto de que se les quedara en una mejor forma.

4.2.2.2 LOS SENTIDOS:

Este fue uno de los cantos que interesó mucho al grupo.

1. Se enseñaron los cinco sentidos que posee la persona, repasándolos varias veces.
2. Adaptación de la música y repaso de la misma.
3. Preguntas improvisadas, por ejemplo:
 María: ¿Los ojos para que son?
 Respuesta: Los ojos son para ver.
 (Estas preguntas se hacían ya con la música que se le adaptó).

4.2.2.3 LOS 10 PERRITOS:

En este canto tomaron parte todas las niñas, pero para mayor comprensión se organizó un grupo de 10 niñas quienes hacían de perritos, designándoles a cada una un número del uno al diez, para que al ir contando fueran saliendo conforme lo indica el canto, por ejemplo:

Yo tenía 10 perritos,
 yo tenía 10 perritos,
 uno se murió en la nieve,
 no me quedan más que nueve,
 nueve, nueve, nueve.

Sale la niña número diez y quedan en el grupo solo nueve y así sucesivamente hasta que salen todas.

Entre otros cantos que se les enseñaron están: “La Muñeca vestida de azul”, “Naranja Dulce”, “El Patio de mi casa”, “Los Cochinitos”, “El Gatito”, etc., etc.

Para el grupo de adolescentes también se usaron las mismas técnicas en lo que respecta a los cantos, entre estos están los siguientes: “La Sanjuanerita”, “El Buen José”, “La Calle real del Guarda”, “El Grito”, “El Mishito”, “Un Valsa para mi Madre”.

Con los cantos que ya sabían y los nuevos que se les impartió se organizó el coro con grupos de niñas y adolescentes tanto en el grupo escolar como en el comunitario.

Con la organización de coros y la enseñanza de cantos adecuados a la edad se está contrarrestando la influencia de la música mexicana en esas áreas.

4.2.3 POESIAS INFANTILES.

Las poesías pudieron aplicarse en el grupo con niñas y algunas adolescentes que participan en las tardes sociales; las cuales constan de una sola estrofa, por ejemplo:

METAMORFOSIS

Un huevito de primero
tepocate de segundo
renacuajo de tercero
y al final de la canción
sapo grande y gordiflón

GIRASOL AMARILLO

El girasol amarillo
gira y gira su corola
tras el vuela un pajarillo
mirando de frente al cielo
entre flores de amapola.

A continuación se mencionan los títulos de otras poesías que se enseñaron: "Patria", "Crayoncito", "Conejito Blanco", "Pollito, Pollito", "Mis Uñas", etc., etc.

Queremos dejar claro en este punto que antes que las participantes estudiaran las poesías, se les explicaba claramente el significado de cada palabra desconocida para ellas, por ejemplo Metamórfosis. También se utilizaron carteles para mejor comprensión y entendimiento de las palabras explicadas; con estas técnicas se logró una mayor motivación y mejor aprendizaje.

JUEGOS DE COMPETENCIA.

Se pudo comprobar que esta clase de actividades tuvo mucha aceptación en las niñas y adolescentes, enseñándoles juegos de fácil comprensión, explicándoles además en que consistían los mismos, por ejemplo: Carreras en un pié, conejos a sus cuevas, carrera de relevos, vestir a sus muñecas.

Los juegos de competencias que se aplicaron a las adolescentes están: El túnel, pelota sobre las cabezas, arriba y abajo, andares andares, el turrón, pasar y quitar el aro, relevo de insignias, etc., etc.

Estos juegos en las adolescentes de ambos grupos (escolar y extraescolar) se iniciaron con Andares, andares, para que vieran en que consistía la competencia.

Los juegos de competencia que no fueron aceptados por no ser de su agrado fueron: El túnel y arriba y abajo, porque estos consistían en pasarse la pelota en medio de las piernas y al hacer esto se les subía la ropa.

El juego del Turrón se practicó varias veces, pues fue uno de los juegos que más les gustó.

1. Se les enseñó a hacer el turrón.
2. Luego se les indicó que tenían que darse de comer una a otra.
3. Se sentaron en unas sillas.
4. Se les vendaron los ojos.
5. Y al mando de uno, dos, tres empezó el juego.

En lo que respecta al grupo estrictamente Comunitario y donde participaron mujeres adultas, se llevó a cabo como introducción a la recreación, las pláticas y técnicas que dimos a conocer con el grupo anterior, con el objeto de que las madres de familia conozcan la importancia de la Recreación y la transmitan a generaciones futuras, y que ellas con estos conocimientos acepten con mayor facilidad las actividades recreativas y así se vayan restando los aspectos negativos que complementan la ignorancia.

A continuación damos a conocer la forma en que se dio inicio a la práctica de estas actividades en este grupo:

1. Se realizó una demostración de piñatas, confeccionándolas para este fin con figuras conocidas por ellas. Haciéndose esta vez un repollo, utilizando para ello el siguiente material:
 - Una olla de barro.
 - Cuatro pliegos de papel de china, color verde,
 - Engrudo.

Al mismo tiempo que se iba confeccionando se les explicaba el objetivo y en que consisten las piñatas.

En esta actividad se notó mucho entusiasmo por parte de las integrantes del grupo, demostrando así interés por las actividades manuales.

2. Se organizó una fiesta familiar, celebrándose el cumpleaños de la hija de una integrante del grupo. Esta vez se les dejó a ellas

la elaboración de la piñata, confeccionando para ello una rosa (pero siempre bajo nuestra orientación). El material utilizado fue el siguiente:

- Una olla de barro ya usada.
- Cuatro pliegos de papel de china color rojo.
- Un pliego de papel de china color verde.
- Engrudo.

Reunidas todas las integrantes del grupo se dio inicio a la fiesta de la manera siguiente:

- a) Se le dieron las Mañanitas a la cumpleañera, utilizando para tal efecto un tocadiscos, haciéndole la salvedad al grupo que al no poseer dicho aparato, las invitadas a esta fiesta podían interpretar esta canción; (se hizo uso del tocadiscos debido a que no todas las participantes conocían la letra de la misma).
- b) Se les indicó que le dieran un abrazo a la cumpleañera previa aclaración del significado de ello.
- c) Se procedió a la quiebra de la piñata, en la cual participaron numeroso grupo de niños y adultas; recordándoles que estas celebraciones son de tipo infantil.
- d) Luego de acuerdo a su situación económica se llevó a cabo un pequeño refrigerio que consistió en pasteles y refresco de horchata, (colaborando en esta oportunidad cada una de las participantes con dos centavos). Para la celebración de estas fiestas hay que tomar en cuenta la situación económica del grupo.
- e) Se llevaron a cabo (como último punto de la fiesta) juegos, cantos, rondas y juegos de competencia, participando de esto niñas, adolescentes y adultas.

En esta actividad se notó timidez y vergüenza por parte de las participantes al momento de darle el abrazo de felicitación a la cumpleañera, en igual forma al momento de iniciar los juegos y rondas (pero esta vez por parte de adolescentes y adultas).

3. Se organizó en forma espontánea e informal una tarde social con el fin de darles a conocer el desarrollo de las actividades que se llevan a cabo en una tarde o noche social.

- a) Reunidas ya las asistentes se les invitó a cantar, declamar, bailar y a participar en juegos recreativos, sobre todo de competencia. Se llevó a cabo el juego del Turrón en el cual participaron dos niñas, luego dos adolescentes y por último dos señoras. En este último concurso la diversión fue en grande debido a que nunca habían visto participar de estos juegos a las señoras. Esta actividad se llevó a cabo por espacio de una hora y cuarto, pues debe tomarse en cuenta que las asistentes siempre estarán cansadas de las labores diarias y con facilidad pueden fastidiarse.

Para llevar a cabo una tarde o noche social es muy importante tomar en cuenta los siguientes aspectos:

- a) No implicar gastos económicos a las asistentes. Solamente si ellas toman la iniciativa para contribuir en algo y así mejorar esta actividad, puede ser aceptado.
- b) La participación debe ser voluntaria. No se debe obligar a las asistentes a tomar parte en estas actividades ya que solo se lograría un resentimiento por parte de ellas.
- c) Procurar que la tarde o noche social sea placentera para que los asistentes olviden momentáneamente sus problemas y asistan en otra oportunidad a dichas actividades.

En lo que respecta a las actividades recreativas tipo físico se pusieron en práctica, dentro de este grupo tal y como se ejecutaron en el Programa de tipo Escolar explicado con anterioridad, y donde participaron solo adolescentes. La única diferencia estriba en lo que es la introducción de los juegos pre-deportivos, donde participaron los tres grupos: niñas, adolescentes y adultas.

Los juegos pre-deportivos se pusieron en práctica para que en primer lugar, desarrollaran sus habilidades, su destreza y su astucia, y segundo que en esta práctica aprendieran a sostener el balón en sus manos.

FORMA EN QUE SE DESARROLLARON LOS JUEGOS PRE-DEPORTIVOS:

Primer Juego: Balón al Vuelo:

El único material requerido para este juego son dos pelotas de basquet-ball.

Se les indicó a las jugadoras que se formaran en un círculo amplio, dejando un metro o más de distancia entre una y otra, en el centro del círculo debería de quedar una de ellas.

Para lograr el objetivo del juego, se les indicó que se pasaran la pelota entre sí estableciendo una serie de combinaciones para que la jugadora del centro tratara de interceptar los pases y quitar la pelota, y una vez lo haya conseguido, la jugadora del círculo y cuyo pase fue interceptado, pasará al centro para interceptar la pelota y ayudar a la primera. Así las jugadoras del centro irán aumentando según los pases vayan siendo interceptados.

Previo al inicio de este juego se les explicó las reglas siguientes:

1. La pelota no debe ser quitada de las manos.
2. Las jugadoras del círculo no deberán moverse de su lugar.
3. La jugadora del centro y todas las que vayan pasando a desempeñar ese papel, pueden moverse libremente por todo el círculo.
4. La pelota es pasada entre las del círculo sin ningún orden.

OBSERVACIONES:

La repetición en estos juegos es importante para una buena práctica, como la participación del líder de recreación para que el grupo entre en confianza.

Este juego fue del agrado del grupo ya que participaron señoras (de 20 a 26 años) y pidieron que se repitiera el juego.

Segundo juego. Caza de Pájaros:

En este juego se les explicó al grupo que debían formar dos sub-grupos: Un grupo serán los Cazadores y el otro grupo serán los Pájaros, ambos grupos llevarán un distintivo para evitar confusiones.

Por cada pájaro se designa un cazador y todos se desplazan por todo el campo.

El objeto del juego es que los "Cazadores" cacen a los "Pájaros" pasándose la pelota o lanzándosela en el momento oportuno, para pegar en el cuerpo de los pájaros; y que todo pájaro que sea cazado se convierta en cazador.

Tan pronto como se elimine a los pájaros, se dará por terminado el juego. El principal motivo de este juego es que los cazadores establezcan una serie de combinaciones de pelota entre sí antes de cazar.

Tercer Juego. Matado:

Se organizaron 2 grupos de 15 personas cada uno. Se les explicó varias veces en que consistía el juego, luego se jugó en forma informal y se practicó hasta que se les hubo quedado.

Este fue otro de los juegos que se impartió con el objeto de que las participantes desarrollaran su agilidad y aprendieran a sostener la pelota.

Luego de haber practicado varias veces estos juegos y habiendo notado bastante astucia por parte de las participantes a lo largo del desarrollo de los mismos se procedió a un nuevo juego "Introducción al Basquet-ball".

Para ello se les explicó tantas veces como fue posible las siguientes reglas:

1. Que trataran de no dar más de dos pasos con la pelota entre las manos.
2. Que pasaran la pelota a sus compañeras de equipo (por alto o por bajo) pero sin usar por ningún motivo los pies.
3. El equipo que cometa una falta cederá la pelota al equipo contrario quienes iniciarán el juego por uno de los laterales del campo.

4. Deben evitar en todo momento que la pelota caiga en poder del bando contrario.
5. Se les indicó además las faltas que se castigan en el desarrollo del juego.
 - a) patear la pelota.
 - b) empujar a una contraria, etc.

Se improvisaron dos equipos y se dio inicio al juego; el cual se efectuó con bastante rudeza, debido a la falta de interpretación del mismo por parte de las integrantes y luego por desarrollarse en campo demasiado pequeño que no permitía poner en práctica las reglas antes descritas. Por no poderse cumplir estas y por no contar con un campo adecuado se le indicó que el equipo triunfador sería el que detuviera la pelota por más tiempo en su poder.

OBSERVACIONES:

Los juegos anterioremente descritos tuvieron mucha aceptación dentro del grupo escolar y el puramente comunitario, llegando a tal grado que participaron de este señoras. Y para dejar más claros estos juegos se practicaron cuantas veces el grupo lo pedía. Sobre todo el Basquet-ball, fue el que más se practicó y las reglas de este se pudieron aplicar cuando se terminó el campo de Basquet-ball. Este proyecto se llevó a feliz término en forma tripartita, contando para ello con la colaboración de la propia Comunidad, de la Universidad "Rafael Landívar" y la nuestra, lo cual permitió hacer dicho campo en el patio de la escuela, aunque las medidas no fueron del todo reglamentarias debido a que el terreno de la Escuela no era lo suficientemente amplio. Para perfeccionar el Basquet-ball y lograr una buena participación de todas se organizaron 4 equipos, jugando una cuadrangular el día de la inauguración de la Cancha.

ACTIVIDADES MANUALES:

Queremos dejar claro que otra de las actividades que pueden ser recreativas en el grupo indígena son las actividades manuales, pues asisten a estos grupos señoras de 50 años de edad que las toman como recreativas, siempre y cuando sean un entretenimiento que les proporcione ratos de distracción. por ejemplo:

CONFECCION DE MUÑECAS DE TELA:

Se pensó llevar a cabo la elaboración de muñecas de tela, por ser una actividad manual propia para las mujeres, pues a la vez que ejercitan su capacidad motriz, es un medio de diversión para ellas, llevando para esto las medidas que tendría cada parte del cuerpo como también el material del mismo siendo este el siguiente:

- Retazos de tela de toda clase y de todo color.
- Hilo de todo color.
- Agujas.
- Lana.
- Algodón.
- Botones.

Las medidas de la muñeca son las siguientes:

Largo del tronco: 12 Cms. por 8 de ancho.

Brazos: 7.5 cms. de largo por 2.5 cms. de ancho.

Piernas: 9.5 cms. de largo por 3 cms. de ancho.

La cabeza se hace de acuerdo al tamaño del cuerpo, formando una circunferencia.

Este trabajo se llevó a cabo de la manera siguiente:

- a) Se les dio a conocer lo anteriormente descrito, y se dieron instrucciones.
- b) Se les hizo entrega de material, para que ellas tomaran la iniciativa y confeccionaran sus muñecas sin las medidas correspondientes, tomando como base únicamente el original, con el fin de que aplicaran lo aprendido en el modelo que se les llevó.
- c) Se hizo entrega nuevamente de material para que confeccionaran otra muñeca, pero ya con las medidas que tenía la original. Aquí se les indicó que las partes del cuerpo se cosen por separado hasta darles forma, no sin antes dejarle un agujero por donde se le introducirá el material que servirá de relleno.

OBSERVACIONES:

Esta fue una actividad bastante aceptada por el grupo, pues se sintieron complacidas al poder elaborar ellas mismas sus propias muñecas, las cuales fueron elaboradas con tela típica en su mayoría. Los ojos, la nariz y la boca de las muñecas fueron hechos con puntadas de cruceta, y también se utilizaron botones. El pelo fue simulado con lana.

Por iniciativa de las participantes del grupo, al terminar sus respectivas muñecas, les colocaron adornos adicionales tales como: aretes y collares, demostrando así el entusiasmo que causó en ellas esta actividad recreativa manual.

En el transcurso del trabajo las participantes gozaron con la realización de las muñecas (es decir en la confección de las primeras, pues en estas no aplicaron las medidas exactas y por esto algunas hacían las piernas y los brazos demasiado anchos o demasiado delgados.

Estas actividades son propicias para la recreación de estos grupos, porque les permite descansar y dialogar con sus compañeras de grupo e ir formando un ambiente de camaradería.

TITERES Y MARIONETAS:

Esta fue otra de las actividades que se efectuó dentro del grupo.

- a) Se les explicó el porque del nombre de títeres y Marionetas.
- b) Se hizo una demostración del manipuleo de títeres.
- c) Se invitó a varias de las integrantes del grupo a que participaran en un diálogo improvisado de títeres.
- d) Las integrantes del grupo participaron en la confección de dos títeres, para que estos les quedaran en el grupo y les sirvieran en otras actividades.

OBSERVACIONES:

La demostración que se hizo del manipuleo de caracteres les causó demasiada risa; pero en lo que respecta al diálogo en el que participaron algunas adolescentes, demostraron al principio demasiada vergüenza y optaron por taparse la boca y la cara con el perraje o las manos, situación que fue desapareciendo conforme iban participando otras parejas, pues esto les permite entrar en confianza.

De las invitadas a dialogar, ni las niñas, ni las adultas quisieron participar, únicamente las adolescentes, que dialogaron primeramente en dialecto y después en español.

Es importante agregar a esta tesis algunas actividades manuales para que conozcan su procedimiento y que los pongan en práctica dentro de estos grupos. Entre estas actividades que se consideran de tipo recreativo están:

- Figuras con tapones de corcho.
- Esculturas con frutas y hortalizas. etc., etc.

5. EVALUACION DEL PROGRAMA RECREATIVO

Para conocer los resultados de las diferentes técnicas empleadas durante el desarrollo del "Programa Recreativo" en la Aldea Buena Vista, fue necesaria la evaluación y así determinar si se cumplieron los objetivos fijados.

Al hacer un análisis de estas técnicas en cada uno de los dos subgrupos Escolares: Primero, segundo y tercer grado; cuarto, quinto y sexto respectivamente podemos concluir diciendo que es evidente su efectividad por cuanto en cada una de las reuniones se hacía notoria la intervención, el entusiasmo, la colaboración, el aprendizaje, la unión entre las participantes y lo principal que es el olvido de la monotonía, que la vida en las áreas rurales les presenta a diario; el programa en sí tuvo bastante aceptación en el grupo escolar.

En lo que al grupo comunitario se refiere, donde participaron niñas, adolescentes y adultas, se preveía una actitud un poco negativa de parte de las últimas, dado a que son personas mayores de edad y chocan con limitaciones importantes como: La voluntad que cada una de ellas debe poner en la participación en grupo o individualmente; la vergüenza, debido a que estas personas en su mayoría nunca han estado en reuniones y no están acostumbradas a participar en público; el tiempo de que disponen es corto, porque son personas ocupadas en sus labores hogareñas o en otro tipo de trabajo que las absorbe la mayor parte del día.

Sin embargo, y a pesar de contar con estas limitantes, las técnicas utilizadas dieron resultados positivos, puesto que durante el desarrollo del programa se despertó el interés y se contó con la participación constante y activa de los miembros de ambos grupos.

Uno de los objetivos principales del Programa de Recreación en las Comunidades Rurales es el de proporcionar una vida más placentera a las mujeres indígenas que al fin de cuentas es en las que más repercute el hastío y la monotonía de la vida diaria. Con las técnicas puestas en práctica se pudo observar cambios muy notorios durante y después del desarrollo del programa y conforme las participantes iban tomando conciencia de la diferencia de lo que es la vida diaria y lo que es tener en la actualidad al menos una vez por semana una distracción física y mental que las hacía salir de su rutina diaria.

Con la práctica de juegos recreativos, la celebración de pequeñas fiestas, tardes sociales, elaboración de manualidades hechas por ellas mismas y con todo lo referido para la distracción física y mental puesto en práctica por ellas, se ve lo positivo de cualquier programa de esta naturaleza.

En sí, el programa llenó su cometido tanto en el grupo Escolar como en el grupo Comunitario, llevando y dejando en sus mentes y en sus corazones que con un poco de voluntad, deseo de participación y orden pueden distribuir su tiempo, en productivo, utilizando también una pequeña parte de él para la distracción.

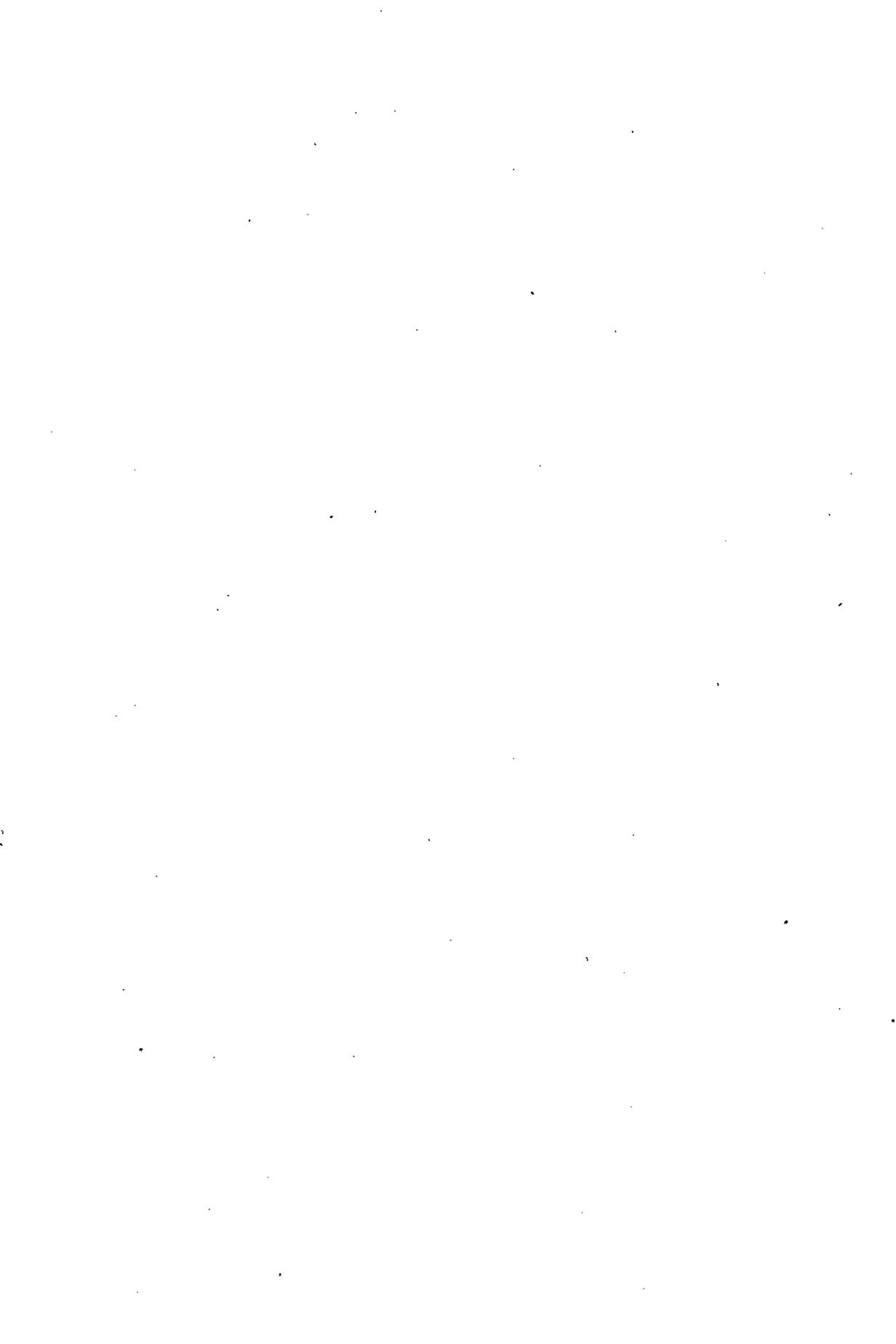
6. CONCLUSIONES

1. Es fácil apreciar que existe cierta recreación en el medio rural indígena, pero esta es insuficiente, especialmente en la mujer, quién crece tímida y cohibida, carente de oportunidades para desenvolverse y desarrollar su personalidad.
2. La mujer indígena no participa en las actividades de la comunidad, debido al poco interés, costumbre y a las pocas oportunidades que se le brindan para hacerlo.
3. En el estudio realizado en las 10 comunidades, se pudo comprobar que no existe una recreación sana que satisfaga las necesidades físicas, mentales y espirituales de ella.
4. En la aplicación que se hizo el Programa Recreativo, tanto en el medio Escolar como en el Ambiente Físico Comunitario, la mujer indígena respondió positivamente a estas actividades.
5. Se comprobó en la aplicación del programa que los factores que obstaculizan las actividades recreativas son:
 - a) Patrones culturales.
 - b) Religión.
 - c) Situación económica.
6. Se constató que la Recreación es un medio eficaz que contribuye al mejor rendimiento educativo.
7. Tanto los Programas Educativos como los de Desarrollo de la Comunidad no han beneficiado en ese sentido a la mujer, considerando que es deber de los Maestros y Representantes de las instituciones, crear Programas Recreativos, como también es necesario y urgente aplicarlos para evitar tensiones del trabajo, y proporcionarles satisfacción y alegría que les servirá para adquirir hábitos y costumbres positivas que estarán contribuyendo al mejoramiento de las comunidades.

7. RECOMENDACIONES

Consideramos oportuno proporcionar a todas las personas que trabajan en el área rural, algunas recomendaciones con respecto a la aplicación de los Programas Recreativos.

1. Es conveniente buscar actividades que estén de acuerdo a los intereses y a la cultura de la comunidad y por lo tanto de la mujer indígena. Seleccionando juegos para provocar descansos periódicos que equilibren las actividades.
2. Que los Maestros, Trabajadores Sociales, se agencien de bastante material relacionado con el canto, juegos, cuentos y leyendas para variar constantemente las actividades recreativas, y que no se practiquen juegos demasiado complicados, porque la falta de comprensión de las participantes resta interés a estas actividades.
3. Que los Maestros dediquen parte de su tiempo, tanto adentro como afuera del aula a la realización de diversos juegos y otras actividades recreativas que contribuyan a la formación de hábitos sociales, cualidades indispensables para su formación.
4. Que los empleados de Desarrollo de la Comunidad y los Practicantes de Trabajo Social, que frecuentan comunidades Rurales, coordinen las actividades en su plan de Trabajo, incluyendo en él, las relativas tanto para niñas, adolescentes y adultas, fomentando así en esas áreas la recreación.
5. Que las personas y Líderes Comunales que laboren con base en las actividades recreativas, anteriormente programadas, pongan su sensibilidad social al servicio de la recreación en las comunidades rurales.



8. CONSIDERACIONES GENERALES

El Trabajador Social, deberá siempre tomar en cuenta que existe una manera de pensar y actuar muy propia de la mujer indígena, debido a los usos y costumbres de esta gente ya que siguen sus tradiciones, y que debe ser el quién comprenda y se adapte al plano de los intereses indígenas.

Esto significa que toda acción educativa (que sea para el desarrollo de las comunidades indígenas) para que se ampare en fines benéficos, debe inspirarse en las necesidades e intereses del indígena, tomando como punto de partida la propia personalidad de este, lo que quiere decir que habrá que respetar las diferencias individuales en bien del desarrollo de la propia personalidad (manifestación externa del verdadero ser humano) y de la armonía social. Motivo por el cual debe practicarse los procedimientos democráticos.

BIBLIOGRAFIA

1. Butter George D. "Principios y Métodos de Recreación para las Comunidades". Vol. No. 1 Pág. 26.
2. Cardoza y Aragón "El Rabinal Achí". Cap. III. p.p. Ministerio Público, Tomo No. 43, Guatemala, 1953.
3. Juárez de León Lidia Marina. "Recreación en las Comunidades Rurales de Quetzaltenango". Pg. No. 23.
4. Mendoza Gutiérrez, Alfredo. "Recreación en el Desarrollo de la Comunidad". Folletos de I. nitas.
5. Enciclopedia de la Vida. Pg. 25 53.