

Resumen

Dentro de la Cultura Física, la recreación juega un papel de mucha importancia convirtiéndose en un factor determinante de la salud, el mismo que se relaciona con la calidad de vida que el individuo va adquiriendo durante su formación estudiantil, la aplicación de nuevos métodos y formas renovadoras permiten integrar a las nuevas generaciones, dotándolas de conocimientos, preparándolas política e ideológicamente con valores que se conviertan en elementos reguladores de su modo de actuar, que le admitan convivir en una sociedad justa, sin egoísmo ni violencia donde prime el espíritu de cooperación y compañerismo.

En este sentido; Dentro de la Cultura Física la recreación juega un papel de mucha importancia convirtiéndose en un factor determinante de la salud, el mismo que se relaciona con la calidad de vida que el individuo va adquiriendo durante su formación estudiantil, la aplicación de nuevos métodos y forma renovadoras permiten integrar a las nuevas generaciones, dotándolas de conocimientos, preparándolas política e ideológicamente con valores y decisiones, por lo que, no puede desaprovecharse un instante de la vida estudiantil, en tal dirección se propone elaborar una estrategia con actividades físico recreativas que contribuyan al uso adecuado del tiempo libre a la formación integral de los guardiamarinas, insertando en los horarios de ocio varias de las actividades recreativas y formativas de plena aceptación por parte de los guardiamarinas, es ahí donde se aplicaron métodos del nivel teórico y empírico con influencia cualitativa. La aplicación de una estrategia logrará altos índices de organización y reducirá considerablemente la actitud negativa de los estudiantes.

Palabras claves:

- **RECREACIÓN**
- **GUARDIAMARINAS**
- **ESTRATEGIA**

ABSTRACT

Within Physical Culture, recreation plays an important role due to its determining factor on health, which is related to the quality-of-life style that the individual acquires during their student training. Furthermore, the application of new and innovating methods allow new generations to be integrated, endowing them with knowledge, preparing them politically and ideologically with values that become regulatory elements of their way of acting; which allow them to coexist in a fair society, without selfishness or violence where the spirit of cooperation and companionship prevails.

In this sense, within education in this direction it is proposed to develop a strategy with physical recreational activities that contribute to the proper use of free time of midshipmen integral training, inserting various recreational and training activities fully accepted by the midshipmen in the leisure timetables, this is where methods of the theoretical and empirical level with qualitative influence are applied.

The application of a strategy will achieve high levels of organization and considerably reduce the negative attitude of students.

Keywords:

- **RECREATION**
- **MIDSHIPMEN**
- **STRATEGY**