	PROGRAMA DE RECREACION Y CULTURA (DOCUMENTO DE TRABAJO)	Código	OD-GH-06 / v0
		Página	1 de 5

1. Objetivo

Generar un ambiente positivo y de bienestar laboral, que permita reducir el Impacto del estrés y aumentar la productividad en el puesto de trabajo, del personal docente y administrativo de la Universidad Francisco de Paula Santander.

2. Alcance

El programa de recreación y cultura, aplica para todo el personal Docente ó Administrativo, adscrito a la Universidad Francisco de Paula Santander, sede Cúcuta.

3. Responsables

La Universidad Francisco de Paula Santander sede Cúcuta, tendrá como responsables de la aplicación del programa de recreación y cultura, a los líderes de los procesos de Gestión del Capital Humano y Gestión de Bienestar Universitario, quienes serán los encargados de establecer y coordinar las actividades necesarias para el desarrollo óptimo del mismo.

4. Definiciones

4.1 Cultura:

Por definición, la cultura es considerada como el conjunto de valores vinculantes, mitos, ritos y en general, conjuntos simbólicos que dan cuerpo y cimiento a una sociedad particular o general¹; incluye las costumbres, prácticas, códigos, normas y reglas de la manera de ser, vestimenta, religión, rituales, normas de comportamiento y sistemas de creencias.


4.2 Recreación:

El concepto general de recreación, constituye el “conjunto de actividades, practicadas voluntariamente por cualquier persona, sin distinción de ninguna especie, en forma placentera y que resulta ser más benéfica, cuanto más se aparta de la obligación diaria². Tiene carácter dinámico e involucra intereses particulares y colectivos.

¹ <http://www.mundolatino.org/textos/queescul.htm>

² Sitio Web: Ministerio del Poder Popular para el Trabajo y Seguridad Social, Gobierno Bolivariano de Venezuela

Elaboró:		Revisó:		Aprobó:	
IVONN ASTRID GUEVARA GARCIA NIDIA ESPERANZA URBINA CABEZA Estudiantes Ingeniería de Producción Industrial		VICTOR MANUEL ARDILA SOTO Jefe Oficina de Planeación			
Coordinador Implementación MECI:					
SAMUEL VILLAMIZAR BERDUGO Profesional Universitario					
Fecha	26/09/2008	Fecha	24/11/2008	Fecha	

	PROGRAMA DE RECREACION Y CULTURA (DOCUMENTO DE TRABAJO)	Código	OD-GH-06 / v0
		Página	2 de 5

5. Contenido

5.1 Introducción

Hoy en día, en nuestro país, los Programas de Recreación, se caracterizan por ser ineficaces, puesto que, no permiten el correcto desarrollo del individuo. Esto en cierta parte, es debido, a la falta de formación profesional del personal asignado para efectuar dichas acciones recreativas.

La recreación, bien puede orientarse al campo social y empresarial, ya que no se trata sólo de un elemento formativo, sino también educativo, que permite el mejoramiento del clima laboral, la generación de interés e indica las capacidades y potencial de cada uno de sus participantes.

Asimismo, es considerada, una necesidad básica para el ser humano, y requiere de actividades físicas e intelectuales de esparcimiento, que le permitan mejorar su calidad de vida, tanto individual, como social. Además, es necesario recordar, que dentro de éste plan, el participante es el factor principal, por lo tanto las actividades que se planeen, deben estar basadas en las necesidades, intereses y habilidades, que éste posea.

Ahora si se tiene en cuenta desde la perspectiva empresarial, se puede hablar entonces, de la recreación Laboral, la cuál, involucra no sólo las actividades, sino también las emociones, experiencias y vivencias del personal, con el fin de generar un equilibrio social, emocional y físico en el trabajador, que permitan la satisfacción en el puesto de trabajo y la disminución de patologías laborales.


El concepto de cultura, es un término fundamental para el ser humano, ya que a través de ella, éste puede expresarse.

5.2 Objetivos Específicos

- Mejorar las condiciones físicas, sociales y mentales del trabajador.
- Fomentar en el personal docente y administrativo, una cultura de recreación física, que impulse a la realización de algún ejercicio ó deporte de forma regular.
- Propiciar condiciones favorables para el desarrollo de actividades culturales y artísticas, que promuevan la participación activa de los funcionarios y el buen uso del tiempo libre.

5.3 Justificación

Actualmente, el exceso de trabajo ha hecho que el hombre se olvide de la importancia que representa en su calidad de vida, el tiempo libre. Esto ha traído

	PROGRAMA DE RECREACION Y CULTURA (DOCUMENTO DE TRABAJO)	Código	OD-GH-06 / v0
		Página	3 de 5

como consecuencia el estrés, el desgaste físico y psicológico, además de otros problemas de salud que ponen en riesgo la vida de los trabajadores.

A través de actividades recreativas, la institución puede facilitarle al funcionario el mejoramiento de su nivel sociocultural, potenciar sus habilidades y brindarle la oportunidad de disfrutar una vida plena y satisfactoria, tanto en lo personal, como en lo laboral.

El programa de recreación y cultura, le permite a la universidad planear en forma adecuada, actividades culturales, de esparcimiento y recreación para los funcionarios adscritos, quienes a través de la lúdica, podrán desarrollar sus habilidades, fortalecer sus valores y aptitudes, que son características importantes para el mejoramiento del desempeño individual y colectivo. Además, la institución resultará beneficiada, al fortalecer en el personal, cualidades como la participación, la autoconfianza, el liderazgo, la integración, la comunicación y el trabajo en equipo.

5.4 Actividades del Programa de Recreación y Cultura


Las instituciones, hoy en día, deben enfocarse en las necesidades que a diario se presentan en el entorno laboral y en la aplicación del plan de recreación y cultura, como forma de contribuir al desarrollo de las capacidades propias del individuo. Como apoyo a lo anterior, se establecen las siguientes actividades:

- **Jornadas Deportivas**

- Deportes y torneos organizados: fútbol, fútbol sala, baloncesto, voleibol,
- Juegos tradicionales: bolas criollas, bolo campesino, minitejo, rana...
- Juegos de mesa: parques, ajedrez, dominó, damas chinas...
- Ejercicios Físicos: aeróbicos, yoga, capoeira...
- Conferencias: ejercicios para una vida sana, dieta sana

- **Jornadas Culturales**

- Cineforo
- Cinearte
- Talleres de artes plásticas
- Club Literario

	PROGRAMA DE RECREACION Y CULTURA (DOCUMENTO DE TRABAJO)	Código	OD-GH-06 / v0
		Página	4 de 5

- Encuentro de cuenteros
- Teatro al aire libre
- Conciencia ecológica

• **Actividades Recreativas**

- Bailoterapia
- Risoterapia
- Musicoterapia
- Concurso de pintura infantil: dirigido a los hijos de los funcionarios de la universidad
- Talleres de Integración: campamentos, convivencias, acertijos para equipos de trabajo
- Juegos lúdicos: acertijos, rompecabezas, memoria, crucigramas...

6. Documentos de Referencia

El plan de recreación y cultura debe considerar dentro de su desarrollo lo establecido en:


Constitución Política de Colombia.

Artículo 52. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

Ley 30 de 1992. Por la cual se organiza el servicio público de la Educación Superior:

Artículo 117. Las instituciones de Educación Superior deben adelantar programas de bienestar entendidos como el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, psico – afectivo, espiritual y social de los estudiantes, docentes y personal administrativo.

Artículo 119. Establece que las instituciones de educación superior garantizarán campos y escenarios deportivos, con el propósito de facilitar el desarrollo de estas

	PROGRAMA DE RECREACION Y CULTURA (DOCUMENTO DE TRABAJO)	Código	OD-GH-06 / v0
		Página	5 de 5

actividades.

Ley 181 de 1995. Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte.

7. Historial de modificaciones

Aquí se citan los cambios que ha tenido el documento por la actualización de su versión, en el siguiente cuadro:

CONTROL DE CAMBIOS			
VERSION	FECHA	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO	RESPONSABLE APROBACIÓN

8. Control de registros

Aquí se encuentra la información base de los registros que pertenecen al documento y asean internos o externos, se relacionan los registros que genera un documento y se identifica su control de la siguiente forma:

Código	Nombre	Responsable	Almacenamiento	Acceso	Tiempo de Retención	Disposición Final

9. Anexos

Formato Listado de Asistencia