

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 1 de 9

21.1

FECHA	Martes, 11 de julio de 2023
--------------	-----------------------------

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
 BIBLIOTECA
 Ciudad

UNIDAD REGIONAL	Sede Fusagasugá
------------------------	-----------------

TIPO DE DOCUMENTO	Trabajo De Grado
--------------------------	------------------

FACULTAD	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
-----------------	--------------------------------------------

NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
-----------------------------------------------	----------

PROGRAMA ACADÉMICO	Licenciatura en Educación Básica Con Énfasis en Educación Física
---------------------------	------------------------------------------------------------------

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Gómez Lara	Johan Sebastián	1234640841

Teléfono: (091) 8281483 Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co Línea Gratuita: 018000180414
 NIT: 890.680.062-2

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 2 de 9

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
Romero cuestas	Carlos alberto

TÍTULO DEL DOCUMENTO
Experiencias En Deportes De Aventura Desde Diversos Contextos En Cuba.

SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

EXCLUSIVO PARA PUBLICACIÓN DESDE LA DIRECCIÓN INVESTIGACIÓN	
INDICADORES	NÚMERO
ISBN	
ISSN	
ISMN	

Teléfono: (091) 8281483 Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co Línea Gratuita: 018000180414
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
 Asegúrese que corresponde a la última versión
 consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 3 de 9

AÑO DE EDICION DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
29/05/2023	11

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)	
ESPAÑOL	INGLÉS
1. Deportes de aventura	Adventure sports
2. Cuba	Cuba
3. contextos	contexts
4. experiencias	experiences
5. turismo	tourism
6. Deporte	Sport

FUENTES (Todas las fuentes de su trabajo, en orden alfabético)
<p>Batista Sánchez, E., Serrano Leyva, B., & Vega de la Cruz, L. O. (JULIO-DICIEMBRE de 2021). <i>TENDENCIAS</i>. Obtenido de Revista de la Facultad de Ciencias: : https://doi.org/10.22267/rtend.212202.177</p> <p>Danneris Velázquez-Ramírez¹, M. R.-A.-T. (30 de noviembre de 2018). El montañismo, una alternativa para el entrenamiento físico de los Judocas . <i>Revista Cultura Física y Deportes de Guantánamo</i> .</p>

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 4 de 9

Danneris Velázquez-Ramírez¹, M. R.-A.-T. (Fecha de recepción: 22 de octubre de 2018
Fecha de aceptación: 24 de noviembre de 2018). El montañismo, una alternativa
para el entrenamiento físico de los Judocas. *Revista Cultura Física y Deportes de
Guantánamo* , 1-8.

Otero Collazo, V., González Ramón, A., Molerio León, L., Chavez Bonora, O., & Alonso
Martínez, M. (2021). Sobre la espeleogénesis de las cavidades de Boca de Jaruco:
Mayabeque-Cuba: primeros resultados de las campañas de 2019-2020. *Boletín de
la Sociedad Española de Espeleología y Ciencias del Karst (16): 6-15 (2021)*, 1-10.

parra, m. (2020). pedagogía del riesgo. *facultad de ciencias del deporte de extremadura*.

parra, m. (s.f.). pedagogía del riesgo. *facultad de ciencias del deporte de extremadura*.

Pelegrín Entenza, N. M. (julio-septiembre 2020). Senderismo como opción para pequeñas
ciudades patrimoniales en regiones turísticas: Trinidad de Cuba. *Revista de
Ciencias Sociales (RCS). FCES - LUZ* , 1-14.

Ramírez D1, & R. (2018 noviembre 30).

Ramón Puebla, A. M. (6/11/2019). Evaluación de los recursos paisajísticos e históricos
para el desarrollo del turismo de naturaleza en las zonas de uso público del
Parque Nacional Pico Bayamesa. Cuba. *Revista Investigaciones Turística*.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 5 de 9

Ramón Puebla, A. M., Salinas Chávez, E., Millán Escriche, M., Labrada Vega, O., & Espinos.,

R. (11 de JUNIO de 2019). *Revista Investigaciones Turísticas*. Obtenido de

<https://doi.org/10.14198/INTURI2020.19.10>

rovira, p. m. (s.f.). pedagogía del riesgo total .

Sánchez, M. R. (marzo de 2019 marzo enero).

Sánchez, M. S. (1, enero - marzo de 2019). Espeleología y educación ambiental: una

relación necesari. <http://revista.ucpejv.edu.cu/index.php/rPProf>.

Torres, L. M. (2020 enero- marzo). DESARROLLO DEL TURISMO DEPORTIVO DE

NATURALEZA EN LAS ZONAS COSTERAS DE LA PROVINCIA ARTEMISA. *deporvida*.

Torres, L. M. (enero-marzo (2020). DESARROLLO DEL TURISMO DEPORTIVO DE

NATURALEZA EN LAS. *deporvida*, 1-14.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 6 de 9

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS
(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

Resumen

La sociedad actual en medio de la búsqueda de vivir nuevas experiencias, le está apostando a los deportes de aventura, logrando una vivencia que integra naturaleza, superación personal y trabajo individual o en equipo. En Cuba teniendo contextos naturales como mar, río, cuevas y montaña, las personas optan por practicar este tipo de deportes. Así mismo, se observa esta práctica en medios institucionales y en contextos urbanos.

Dada la experiencia en este ámbito y la actual formación que adelanto en este país, es de interés personal y profesional, abordar un objetivo que conduzca a profundizar en estas

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 7 de 9

Experiencias y compartir una reflexión que aporte a constituir una base fundamental sobre los deportes de aventura en Cuba.

Metodológicamente el presente artículo se estructura desde tres (3) etapas: búsqueda bibliográfica, selección de artículos catalogados en Q1 y Q4 y análisis desde la experiencia misma en diferentes provincias de la isla de CUBA, tomando en cuenta las zonas donde se pueda desarrollar la espeleología, senderismo, descenso en cuerda (Rapel), buceo y paisajismo, tomando de estos sitios las vivencias obtenidas en el sujeto a practicar este deporte, aportando una fundamentación teórica en el campo de los deportes de aventura.

Abstract

Today's society, in the midst of seeking to live new experiences, is betting on adventure sports, achieving an experience that integrates nature, personal improvement and individual or team work. In CUBA having natural contexts such as sea, river and mountains, people choose to practice this type of sport. Likewise, this practice is observed in institutional environments and in urban contexts.

Given the experience in this area, it is of personal and profesional interest to address an objective that leads to delve into these experiences and share a reflection that contributes to establishing a fundamental base on adventure sports in CUBA.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 8 de 9

Methodologically, this reflection document is developed under the argument of the experience itself in different provinces of the island of CUBA, taking into account the areas where speleology, hiking, rope descent (Rappel), diving and landscaping can be carried out, taking of these sites the experiences obtained in the subject to practice this sport, leaving a theoretical foundation in the field of adventure sports as a reference to cite a researcher or project carried out with a concept close to it.

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son: Marque con una "X":

1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	x	
2. La comunicación pública, masiva por cualquier procedimiento o medio físico, electrónico y digital.	x	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza		

Teléfono: (091) 8281483 Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
 Línea Gratuita: 018000180414
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 9 de 9

Perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	x	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	x	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
Teléfono: (091) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión
consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 10 de 9

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(herimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 11 de 9

Contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos Patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo

11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado.

SI ___ NO _x__.

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos) en carta adjunta, expedida por la entidad respectiva, la cual informa sobre tal situación, lo anterior con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, Licencia de Publicación será permanente).

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 12 de 9

- b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.
- e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por universidad en el “Manual del Repositorio Institucional AAAM003”
- i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 13 de 9



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



Nota:

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. Nombre completo del proyecto.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1expeiciencias en deportes de aventura desde diversos contextos en cuba. PDF	Texto.
2.	
3.	
4.	

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafa)
Gómez Lara Johan Sebastián	

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 6
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2021-09-14
		PAGINA: 14 de 9

21.1-51-20.

Experiencias En Deportes De Aventura Desde Diversos Contextos En Cuba

Johan Sebastián Gómez Lara

Universidad de Cundinamarca, Colombia.

**Licenciatura en Educación Básica, con énfasis en Educación Física, Recreación y
Deporte**

Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física

Lic. Martha Yolanda Hernández Nieto

Camagüey, Cuba

11 de julio de 2023

Resumen

La sociedad actual en medio de la búsqueda de vivir nuevas experiencias, le está apostando a los deportes de aventura, logrando una vivencia que integra naturaleza, superación personal y trabajo individual o en equipo. En Cuba teniendo contextos naturales como mar, río, cuevas y montaña, las personas optan por practicar este tipo de deportes. Así mismo, se observa esta práctica en medios institucionales y en contextos urbanos.

Dada la experiencia en este ámbito y la actual formación que adelanto en este país, es de interés personal y profesional, abordar un objetivo que conduzca a profundizar en estas experiencias y compartir una reflexión que aporte a constituir una base fundamental sobre los deportes de aventura en Cuba.

Metodológicamente el presente artículo se estructura desde tres (3) etapas: búsqueda bibliográfica, selección de artículos catalogados en Q1 y Q4 y análisis desde la experiencia misma en diferentes provincias de la isla de CUBA, tomando en cuenta las zonas donde se pueda desarrollar la espeleología, senderismo, descenso en cuerda (Rapel), buceo y paisajismo, tomando de estos sitios las vivencias obtenidas en el sujeto a practicar este deporte, aportando una fundamentación teórica en el campo de los deportes de aventura.

Palabras clave: Deportes de aventura, Cuba, contextos, experiencias

Experiences in adventure sports from different contexts in Cuba

Abstract

Today's society, in the midst of seeking to live new experiences, is betting on adventure sports, achieving an experience that integrates nature, personal improvement and individual or team work. In CUBA having natural contexts such as sea, river and mountains, people choose to practice this type of sport. Likewise, this practice is observed in institutional environments and in urban contexts.

Given the experience in this area, it is of personal and professional interest to address an objective that leads to delve into these experiences and share a reflection that contributes to establishing a fundamental base on adventure sports in CUBA.

Methodologically, this reflection document is developed under the argument of the experience itself in different provinces of the island of CUBA, taking into account the areas where speleology, hiking, rope descent (Rappel), diving and landscaping can be carried out, taking of these sites the experiences obtained in the subject to practice this sport, leaving a theoretical foundation in the field of adventure sports as a reference to cite a researcher or project carried out with a concept close to it.

Keywords: Adventure sports, CUBA, contexts, experiences

Experiencias En Deportes De Aventura Desde Diversos Contextos En Cuba

A través de la historia los deportes de aventura se han caracterizado por la integración entre el deporte y la naturaleza, aumentando el interés a nivel mundial por la gran variedad de prácticas deportivas y escenarios llenos de vida y magia , permitiendo el aumento de actividades teniendo el encuentro en la naturaleza desarrollándolo con los deportes de aventura, algunos aspectos negativos se han enfrentado en territorios o expansión en donde se practica el dicho deporte, aun así no ha sido un límite para el crecimiento y expansión de estos encuentros de reflexión, magia, deporte y creación ((parra, pedagogia del riesgo, 2020)

Apostándole a una articulación interdisciplinar en donde de igual manera se desarrollen los deportes de aventura con diferentes dinámicas, turísticas, deportivas, recreativas, culturales, pero resaltando el sentido o finalidad con la cual se realiza la actividad, dejando un mensaje y experiencia con la persona que lo desarrolle, llevándose consigo mismo no solo la vivencia de estar en cuerpo, si no tener un momento de reflexión y no de consumismo.

La isla de Cuba se presta para la proyección de los deportes de aventura, teniendo componentes como mar, rio, montaña, valles, cuevas, en los cuales turistas prefieran optar por este tipo de contextos por el acercamiento a lo natural, donde también encuentran historia, cultura y religión esto permite tener una variedad al momento de viajar y escoger su destino natural.

En Cuba en cualquier provincia se encontraran una diversidad de reservas custodiadas por el sistema nacional de áreas protegidas llevando ese cuidado en cualquiera de los contextos nombrados anteriormente, permitiendo de igual manera generar articulaciones con parques

nacionales donde desarrollan gran amplitud del territorio generando proyectos de turismo o cuidado ambiental de zonas no visitadas (Ramón Puebla A. M., 6/11/2019)

Se puede afirmar, entonces, que en Cuba si se tiene el territorio para poder desarrollar diferentes actividades que vinculen los deportes de aventura, resaltando la opción de control y manejo a la habilitación de sus áreas restringidas como aumento de la participación turística para brindar experiencias únicas al turista y escenarios nuevos para deportistas que buscan el contacto directo con la naturaleza en montaña, mar, río y cuevas generando un impacto en el deporte nacional e internacional.

El montañismo, buceo, senderismo, descenso en cuerda (rappel) y la espeleología son actividades en las cuales se puede hablar de deportes de aventura con finalidades diferentes como el competitivo, experiencial o turístico.

En el ecosistema de montaña su diversidad te lleva a un encuentro con la fauna y flora única ofreciendo una fuente experiencial en la actividad, en el deporte del montañismo siempre se piensa participar frente al trekking, senderismo o deportes del mismo entorno, en Cuba se desarrollan proyectos desde diferentes academias deportivas en las cuales le apuestan a un entrenamiento físico en cual el deportista tenga un encuentro con la naturaleza y los deportes de aventura llevándolo a un preparación física y psicológica dentro de su formación como persona y profesional. (Ramírez D1, 2018 noviembre 30) esto lleva a pensar en la articulación de la interdisciplinariedad de los deportes con bases enfocadas a los entrenamientos o medio de encuentro de reflexión como forma del pre o post del mismo llevándolos a un espacio y condiciones naturales, “salvajes” con dinámica adaptada al fin que se quiere llegar.

Cuba siendo una isla que puede brindar experiencias en sus diversos contextos como en su archipiélago donde cumple con más del 70 % de su territorio en gran parte brotado y trabajo por el paso de sus aguas en anteriores décadas, dejan de la tal manera un impacto en sus

costas relacionándolo con el carso llevándolo a la formación de sus cuevas que generan un gran choque por fenómenos naturales o el trato de la mano humana. (Sánchez M. R., marzo de 2019 marzo enero) Dejando una gama alta de cuevas y cavernas terrestres y marinas en la cuales abre la posibilidad de realizar el buceo y la espeleología con una variedad inmensa de ecosistemas y experiencias únicas en toda la isla de Cuba.

Para finalizar el contenido temático del presente artículo reflexivo sobre las experiencias de los deportes de aventura en diversos contextos en Cuba se dejan clara temáticas de territorios y actividades a desarrollar dentro de ellos como los sitios naturales comprometidos con la historia y la cultura de su país en donde por medio de sus representaciones ópticas, geológicas paisajistas y espectaculares deje como finalidad a la proyección de los deportes de aventura con sentido y justificación de la protección y relación de la naturaleza y el humano. (Torres L. M., 2020 enero- marzo) apostándole a un turismo diferente con el encuentro de la naturaleza y el ser a si mismo captando un contexto cultural, agro turístico, y sostenible en la provincia que se desarrolle.

Bases fundamentales de los deportes de aventura en Cuba

Cuba cuenta con un territorio excepcional para el fortalecimiento de los componentes de los deportes de aventura, atrayendo a turistas con ganas de vivir una variedad de experiencias en la naturaleza, es agradable encontrar contextos donde la finalidad del entorno atrapa de manera indescriptible al turista, sacándolo de un momento recreativo y vacío, trasladándolo a una participación con sentido dentro de la actividad, articulando la historia, cultura y reflexión con el ambiente y el ser, encontrando tranquilidad y equilibrio en la vivencia a desarrollar.

Las comunidades del sector turístico indican que el ministerio del turismo, están desarrollando estrategias de inversión a los contextos más atraídos por los turistas

extranjeros, en el caso los atractivos naturales fortaleciendo el sector económico, y llevándolos a una estabilidad y seguridad en sus contextos, permitiendo abrir las puertas a la población cercana y brindando la posibilidad de iniciar procesos de turismo sostenible con la región. Pensándose en incluir proyectos agricultura, agropecuaria, con enfoque turístico hacia vivencias cercanas en espacios que son normales para la gente de la región rural o provincial.

Experiencias en diversos contextos cubanos

Desde su Sierra hasta el azul turquesa de sus playas, pasando por el medio de estalactitas y estalagmitas de sus oscuras cuevas, retomando por las sendas de sus bosques tropicales, al cantar de sinsontes y el revoleteo del tocororo con sus colores azul, blanco y rojo reflejando los colores de la bandera de Cuba. Se transpira una isla mágica con un territorio amplio en biodiversidad, para encajar perfectamente en actividades con sentido experiencial, natural y deportivo llevando a sus visitantes a vivencias en cualquier contexto fuera de lo común, fuera de lo más visitado, los deportes de aventura han tomado fuerza en los últimos años en la isla de Cuba, generando vinculaciones entre entidades para fortalecer campos de operación turística tanto como capacitación del personal para brindar seguridad en las actividades y propuestas alternativas de turismo sostenible a comunidades aledañas de sus zonas nativas; “En este sentido en los Lineamientos de la Política Económica y Social de la Revolución (2011), debatidos en el VI Congreso del Partido Comunista de Cuba, como parte del proceso de cambio y reestructuración del modelo económico, se aprobaron un conjunto de lineamientos que tributan directamente al desarrollo local y reflejan su estrecha vinculación con el sector turístico (Torres L. M., 2020 enero- marzo) permitiendo la posibilidad de proyectos turísticos con un apoyo político, social, ambiental y económico en la revolución cubana.

Vivencias en variedad de los deportes de aventura.

El caminar en los senderos de la Sierra de Najasa, y las trochas de la vereda los Cangilones, permite tener un encuentro con el paisajismo, el ecosistema de un bosque semi caducifolio habitando en él: lagartos, gusanos, y aves, llevando a todo aquel que visite estas tierras acogedoras a guardar un recuerdo de una experiencia de cuerpo y ambiente, generando automáticamente el nacimiento de un vínculo con la naturaleza y su ser, queriendo forjarla en cada vivencia de sendero y montaña. Sumándole con un poco de esfuerzo y escalada llegar a sus puntos de resguardos como lo son sus cuevas una llamada la cueva Gaspar y cuevas las Dianas con una historia de por medio política, y ambiental en saber quiénes habitaron y se resguardaron en ellas hasta el cómo se formaron estas cavidades y columnas de las cuevas.

Trasladándolo a las profundidades de su mar caribe a encuentros de inmersiones de 3 a 40 metros de profundidad, llevándose la imagen de un mundo nuevo y es el mundo marítimo, encontrando colores únicos en los peces y arrecifes que se observan. Pero de igual manera explorando los naufragios cuentan las historias de todos aquellos que pasaron por esta isla queriendo arribar o marcharse. El mundo acuático es impresionante y el realizarlo específicamente en Santa Lucía es tan único que lo repetiría una y otra vez.

La actividad del descenso en cuerda por medio de la técnica rappel en un contexto urbano, aporta y aplica a el fortalecimiento de capacitaciones o cursos para desarrollarlas periódicamente en áreas remotas sean en el ámbito del turismo ambiental, o deportivo de igual manera deja el nacimiento de nuevos deportistas o amantes a los deportes de aventura para seguir en la escuela y aportar dentro de la sociedad cubana para el bien común de su sociedad impulsándose a generar tejidos económicos y ambientales en su territorio nacional.

Conclusiones

- Se logra reflexionar sobre los componentes esenciales de los deportes de aventura en Cuba desde la experiencia misma.
- Se logra observar bajo la misma vivencia que los deportes de aventura en el contexto turístico optan como un fortalecimiento en una estrecha relación con la naturaleza.
- Se vivencia la práctica de deportes de aventura de manera turística y deportiva como componente para la articulación en diversos contextos cubanos.

Referencias

- Batista Sánchez, E., Serrano Leyva, B., & Vega de la Cruz, L. O. (JULIO-DICIEMBRE de 2021).
TENDENCIAS. Obtenido de Revista de la Facultad de Ciencias: :
<https://doi.org/10.22267/rtend.212202.177>
- Danneris Velázquez-Ramírez1, M. R.-A.-T. (30 de noviembre de 2018). El montañismo, una alternativa para el entrenamiento físico de los Judocas . *Revista Cultura Física y Deportes de Guantánamo* .
- Danneris Velázquez-Ramírez1, M. R.-A.-T. (Fecha de recepción: 22 de octubre de 2018 Fecha de aceptación: 24 de noviembre de 2018). El montañismo, una alternativa para el entrenamiento físico de los Judocas. *Revista Cultura Física y Deportes de Guantánamo* , 1-8.
- Otero Collazo, V., González Ramón, A., Molerio León, L., Chavez Bonora, O., & Alonso Martínez, M. (2021). Sobre la espeleogénesis de las cavidades de Boca de Jaruco: Mayabeque-Cuba: primeros resultados de las campañas de 2019-2020. *Boletín de la Sociedad Española de Espeleología y Ciencias del Karst (16): 6-15 (2021)*, 1-10.
- parra, m. (2020). pedagogia del riesgo. *facultad de ciencias del deporte de extremadura*.
- parra, m. (s.f.). pedagogia del riesgo. *facultad de ciencias del deporte de extremadura*.
- Pelegrín Entenza, N. M. (julio-septiembre 2020). Senderismo como opción para pequeñas ciudades patrimoniales en regiones turísticas: Trinidad de Cuba. *Revista de Ciencias Sociales (RCS). FCES - LUZ* , 1-14.
- Ramírez D1, & R. (2018 noviembre 30).

Ramón Puebla, A. M. (6/11/2019). Evaluación de los recursos paisajísticos e históricos para el desarrollo del turismo de naturaleza en las zonas de uso público del Parque Nacional Pico Bayamesa. Cuba. *Revista Investigaciones Turística*.

Ramón Puebla, A. M., Salinas Chávez, E., Millán Escriche, M., Labrada Vega, O., & Espinos., R. (11 de JUNIO de 2019). *Revista Investigaciones Turísticas*. Obtenido de <https://doi.org/10.14198/INTURI2020.19.10>

rovira, p. m. (s.f.). pedagogia del riesgo total .

Sánchez, M. R. (marzo de 2019 marzo enero).

Sánchez, M. S. (1, enero - marzo de 2019). Espeleología y educación ambiental: una relación necesari. <http://revista.ucpejv.edu.cu/index.php/rPProf>.

Torres, L. M. (2020 enero- marzo). DESARROLLO DEL TURISMO DEPORTIVO DE NATURALEZA EN LAS ZONAS COSTERAS DE LA PROVINCIA ARTEMISA. *deporvida*.

Torres, L. M. (enero-marzo (2020). DESARROLLO DEL TURISMO DEPORTIVO DE NATURALEZA EN LAS. *deporvida*, 1-14.